

7月の特集

夏を涼しく

今月の特集は
暑い夏、涼しくなる本・冷たくなる本を集めました。
7月に関する本もあります。



《特集本のタイトル一部紹介》

『手作りの冷たいデザート』
『ひんやりおいしい冷たいデザート』
『冷たい銃声』
『冷たい季節』
『ただ風が冷たい日』
『冷たい月』
『昨晚お会いしましょう』・深く冷たい夜
『ZOO』・冷たい森の白い家
『嘘をもうひとつだけ』・冷たい灼熱
『怪しい人々』・コスタリカの雨は冷たい
『涼しい脳味噌』
『雪女のキス』・涼しいのが好き？
『井坂洋子詩集』・涼しい風が吹いている
『ベツレヘムの星』・夕べの涼しいころ



《新刊本の一部紹介》

『今日から始める山歩き』 ブルーガイド／編

山歩きを始めたけれど、周囲に同好の人がいない、又は同好者がいても、より早くより正しい知識を習得したいという人は多いはず。たとえば、何を持っていけばいいのか？どう歩いたらバテないのか？万が一の時はどう対処したらいいのか？……などなど、山歩きを安全に楽しむための基礎知識を、イラストや図表でわかりやすく解説した初心者のための絶好の入門書です。

『一流の集中力』 豊田一成／著

つねに“最高のパフォーマンス”を要求されるのがプロの仕事現場です。そこでは、一切の言いわけは許されません。イチロー、中村俊輔、小野伸二、稲本潤一といった若きアスリートたちの精神面を鍛え上げ、世に送り出したメンタルのカリスマが、現場で役に立ち、“結果につながる”集中力の高め方を伝授する本です。

『「しつこい怒り」が消えてなくなる本』 石原加受子／著

ほんの小さなことで、いつまでもイライラ…ずっと昔のことなのに、思い出してムカムカ…そんな「しつこい怒り」に悩まされていませんか？いつも笑顔で朗らかな人でも、自分のほんとうの気持ちを抑えていると、いつのまにか、怒りが生まれて、溜まって、どんどん膨らんでいってしまいます。そんな「しつこい思い」をいち早く手放すためのレッスンを紹介している本です。