

ランチン、楽チン、健康も手に入る料理BOOKs!



ベテラン料理家2名それぞれの電子レンジ活用レシピ集。とくに1冊目では、調理に加えるだけで必要な栄養の吸収をサポートする「長生き調味料」8種類の作り方と活用法を伝授。

電子レンジレシピ集大成 2冊組み

注文番号 **144070** 本体 **2,993円**(税込3,292円)

電子レンジ調理の決定版 2冊セット

- 1 80歳、村上祥子さんの元気の秘訣は超かんたんランチンごはんだった!
 - 2 60歳から始めたい ほんとうにおいしいものだけ! 石原洋子の電子レンジベストメニュー
- 定価税込3,465円 ●著者/①村上祥子 ②石原洋子 ●サイズ/各約25.7×18.2cm、各112頁
●世界文化社 ●初版日/①2021年9月 ②2022年3月

シンプルな組み合わせ&ひと手間加えて、レパートリーを広げる



そのまま食べてもおいしいコロッケや唐揚げ、焼鳥などを「ひと手間」加えることでさらにおいしい「どんぶり」や「鍋」に大変身! もやしをおいしく食べるアイデアや卵の魅力を生かしたバラエティ豊かなレシピも満載。

アイディア広がる簡単レシピ 4冊セット

注文番号 **144088** 本体 **4,180円**(税込4,598円)

シンプルだけどアイデアいっぱい

- 1 ぜんぶ 簡単どんぶり 2 ぜんぶ 小鍋
 - 3 ぜんぶ もやしレシピ 4 ぜんぶ 卵レシピ
- 定価税込4,840円 ●著者/①③さじまりゆうた ②大庭英子 ④重信初江
●サイズ/各約17.3×11.5cm、各160頁 ●世界文化社 ●初版日/2017年11~12月

NHKの人気番組で朗読されたベニシアのエッセイ集&ハーブの栽培・料理法も収録



ベニシアの英語の朗読は心地よく聞き取りやすく、英語の学習にも役立つと好評のため、DVDと和訳付きのエッセイが一冊の本に。ガーデニング日記やエッセイとともに毎月使えるハーブ70点の育て方&ハーブを使った料理レシピ84点を収録した本をセットで紹介。

DVD収録時間: 約106分 英語原文和訳付き

注文番号 **144096** 本体 **3,420円**(税込3,762円)

庭を愛し、日本を愛した、ベニシアさんの本 2冊セット

- 1 ベニシアの心の旅 2 ベニシアの庭づくり
- 定価税込3,960円 ●著者/ベニシア・スタンリー・スミス ●サイズ/①約19.5×13.8cm、96頁 ②約25.7×19.0cm、240頁 ●世界文化社 ●初版日/①2015年3月 ②2013年12月

ブーケやアレンジメントに、色で探せる花図鑑の最新版!



人気フローリストによる、「眺めるだけで幸せな気持ちになる」ナチュラルでエレガントな花の組み合わせ。さらに880種の切り花の写真図鑑とともに、色別に探せるアレンジ例はデザイン見本にも活用できます。

花の名前を知らなくても色で探せる

注文番号 **144100** 本体 **3,895円**(税込4,285円)

フラワーアレンジ 2冊セット

- 1 大切な人への贈り花 2 新版 花の色で見本帖
- 定価税込4,510円 ●著者/①フルール・トレモロ、藤野幸信 ●サイズ/①約25.7×18.2cm ②約25.7×18.8cm、各160頁 ●世界文化社 ●初版日/①2021年4月 ②2017年3月

懐かしい風景のぬり絵、まちがい探しで脳を活性化!



前頭葉・小脳などを鍛えるのに効果的な「まちがいさがし」と、集中力や認知力の維持に役立つ「ぬり絵」の3冊セット。懐かしい昭和の暮らしをテーマにした絵柄が、脳トレ・回想・コミュニケーションの向上に役立ちます。

認知症をちょっと気にし始めた年齢の方に!

注文番号 **144118** 本体 **2,850円**(税込3,135円)

手軽に始める脳活 3冊セット

- 1 脳トレ・介護予防に役立つ まちがいさがし 昭和の暮らし編
 - 2 脳トレ・介護予防に役立つ やさしいぬり絵 昭和の暮らし編
 - 3 脳トレ・介護予防に役立つ まちがいさがし 昭和の思い出編
- 定価税込3,300円 ●監修/篠原菊紀 ●サイズ/各約29.7×21.0cm、各64~68頁 ●世界文化社 ●初版日/2016年2月~2019年11月

和服を愛し、愉しんでいる素敵な女性へ



初めてでも自信がもてる、和装全般の分かりやすい解説書。また着物好きのバイブルとして定評のある文様の解説書。そして、着なくなった着物を服や小物として蘇らせる、型紙付きのリメイク本の3冊セット。

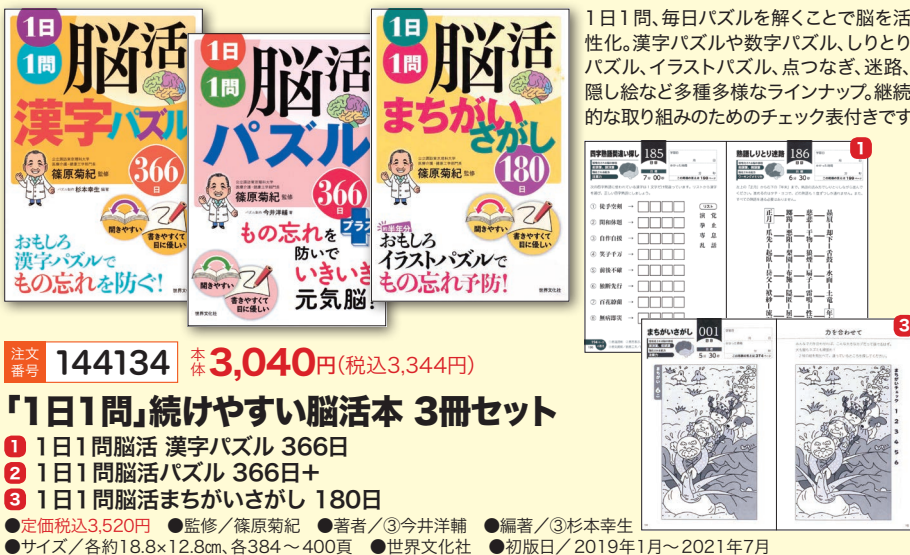
きもの初心者からベテランまでの必需品!

注文番号 **144126** 本体 **6,745円**(税込7,420円)

「きもの」を極める 3冊セット

- 1 家庭画報特選 決定版 きものに強くなる
 - 2 オールカラー改訂版 格と季節がひと目でわかる きもの文様
 - 3 着物リメイクで大人のおしゃれ服
- 定価税込7,810円 ●監修/②藤井健三 ③もりもとこ、昆布尚子 ●サイズ/①約27.3×22.0cm ②約23.5×18.2cm ③約24.5×19.0cm、各80~296頁 ●世界文化社 ●初版日/2016年10月~2022年4月

毎日飽きずに楽しめて、無理なく脳の寿命をのばす!



1日1問、毎日パズルを解くことで脳を活性化。漢字パズルや数字パズル、しりとりパズル、イラストパズル、点つなぎ、迷路、隠し絵など多種多様なラインナップ。継続的な取り組みのためのチェック表付きです。

注文番号 **144134** 本体 **3,040円**(税込3,344円)

「1日1問」続けやすい脳活本 3冊セット

- 1 1日1問脳活 漢字パズル 366日
 - 2 1日1問脳活パズル 366日+
 - 3 1日1問脳活まちがいさがし 180日
- 定価税込3,520円 ●監修/篠原菊紀 ●著者/③今井洋輔 ●編者/③杉本幸生 ●サイズ/各約18.8×12.8cm、各384~400頁 ●世界文化社 ●初版日/2019年1月~2021年7月

女性の体のスペシャリストがシニアのために書いた2冊!



ヨガドクターでもある産婦人科医の著書、2冊セット。1冊は閉経前後を上手に乗り切る知恵が満載。もう1冊は、インナーマッスルを効果的に鍛え、頻尿や尿もれなどのトラブルを撃退する超かんたんヨガを紹介! TVでも話題の高尾先生

シニア女性の健康維持に必携!

注文番号 **144142** 本体 **2,755円**(税込3,031円)

シニア女性の健康バイブル 2冊セット

- 1 いちばん親切な更年期の教科書
 - 2 超かんたんヨガで若返りが止まらない!
- 定価税込3,190円 ●著者/高尾美穂(産婦人科医・ヨガドクター) ●サイズ/①約18.8×12.8cm、224頁 ②約21.0×14.8cm、112頁 ●世界文化社 ●初版日/①2021年10月 ②2019年9月

「読む力」だけでなく、「伝える力」など様々な能力をひきだす!

「国語が苦手でも楽しく読める!」と好評の人気シリーズに、小学4~6年生向けが登場。受験にも頻出する偉人たちの物語を各12話ずつ紹介。「読む力」のみならず「伝える力」「考える力」などを伸ばす工夫も満載です。

1 1話5分 おんどく伝記 4年生
2 1話5分 おんどく伝記 5年生
3 1話5分 おんどく伝記 6年生

●定価税込4,290円 ●監修/加藤俊徳(脳科学者) ●文/①北川テマリ
②新井悦子 ③楠 章子 ●サイズ/各約21.0x14.8cm、各160頁
●世界文化社 ●初版日/各2023年2月

伝記で楽しく読める(4~6年生) 3冊セット

算数が好きになる! 考える力がつく!

ナンプレは楽しみながら数字に親しめ、論理的思考力が養われるパズルです。低学年のうちに論理的思考力と集中力を身につけましょう。「はじめて」から「むずかしい」へ、レベルアップが子どものやる気を促します。

1 わくわく! 小学生のナンプレ はじめて
2 わくわく! 小学生のナンプレ とっても かんたん
3 わくわく! 小学生のナンプレ かんたん
4 わくわく! 小学生のナンプレ ちょっとむずかしい
5 わくわく! 小学生のナンプレ むずかしい

●定価税込5,060円 ●監修/村上綾一 ●著者/津内口真之
●サイズ/各約21.0x14.8cm、各144頁
●世界文化社 ●初版日/2017年7月~2022年7月

わくわく! 小学生のナンプレ 5冊セット

世界のはたらく乗り物や列車の仕組みがしかけ絵本でよくわかる!

親子で乗り物の仕組みが楽しめるしかけ絵本。消防車に救命ヘリ、海で活躍する救難艇、救急車など世界ではたらく乗り物や、蒸気機関車、リニアモーターカーなど列車のさまざまな仕組みを美しいイラストで紹介しています。

1 RESCUE はたらくのりもののおしごと 2 TRAINS きかんしゃでんしゃのおしごと

●定価税込4,620円 ●著者/①スティーヴン・ビースティ ●文/①イアン・グラム ●日本語監修/①戸部 勲 ②櫻井 寛 ●翻訳/①青木亮澄、松田理歩 ②平形澄子、青木亮澄 ●サイズ/各約22.6x30.6cm、各16頁 ●世界文化社 ●初版日/2019年2月~11月

しかけ絵本でのりもののおしごとがわかる 2冊セット

謎だらけで危険で、すごく楽しい生物図鑑!

巨大生物、深海生物、猛毒生物、おかしなウチをする生物、食べるとおいしい生物をそれぞれ1冊の図鑑にしました。今までは一味違った視点、子どもの好奇心を刺激する作りで、大人も楽しめます。

1 とても巨大な絶滅せいぶつ図鑑
2 かなり不気味な深海せいぶつ図鑑
3 すごく危険な毒せいぶつ図鑑
4 やばいウチのせいぶつ図鑑
5 ヤバいけどおいしい!? せいぶつ図鑑

●定価税込5,500円 ●著者/③西海太介 ④今泉忠明
●監修/①田中源吾 ②新野 大 ⑤成島悦雄
●サイズ/各約18.5x12.8cm、各192頁
●世界文化社 ●初版日/2017年12月~2021年2月

子どもに大人気の生物図鑑 5冊セット

子どもの好奇心と知識欲を広げる本

日本の「地図・行事・文化」をまとめて解説する絵本と、「今日が何の日なのか」を親子一緒に楽しく学べるアイデアを満載した本がセットに。季節の行事や旬がひと目でわかるイラストポスターも付いています。

1 きょうは何の日? 366日
2 にっぽんまるごと! ちず・行事ずかん

●定価税込3,300円 ●監修/①横山洋子 ②由井園 健 ●著者/①清水洋美
●サイズ/①約21.0x14.8cm、240頁 ②約26.0x21.0cm、80頁
●世界文化社 ●初版日/①2018年2月②2020年9月

行事に詳しくなる 2冊セット

第28回 日本絵本大賞入賞作品&幻のデビュー作

注目の絵本作家・なかの真実。日本絵本大賞に入賞した絵本と、幻のデビュー作の2冊セットです。美しい細密画で命の循環を描いた『ねこととり』。デビュー作『みどりのがけのふるいいえ』は、展開が読めないハラハラドキドキする物語です。

1 ねこととり 2 みどりのがけのふるいいえ

●定価税込3,190円 ●文/①たてのひろし ●絵/①なかの真実 ●作/②なかの真実 ●サイズ/①約27.8x21.0cm、32頁 ②27.1x23.4cm、24頁 ●世界文化社 ●初版日/①2022年10月 ②2023年5月

なかの真実の人気絵本 2冊セット

美しいイラストと心温まるストーリー

人気絵本画家いもとようこの3作品がセットに。世代を超えて愛されるイラストとともに、「友だちと豊かな関係性を築くためには?」など、子どもにも伝えたい大切なメッセージが詰まっています。

1 こんとまゆみちゃん 2 ねこライオン 3 ともだちだもん!

●定価税込4,620円 ●作/①いもとようこ ②梅田真理 ③ジュティ・デルトン
●絵/いもとようこ ●サイズ/①③各約27.2x23.5cm ②約27.2x23.4cm、各24~26頁 ●世界文化社 ●初版日/2023年1月~5月

いもとようこの絵本 3冊セット

型ぬきダンボールで「オリジナル恐竜」を作ろう!

ダンボールを型抜きた紙パークラフト。ティラノサウルスやトリケラトプスなどの、りやハサミを使わず手軽に組み立てられます。好きな色を塗ってオリジナルの恐竜を完成させよう。(完成時の寸法例:トリケラトプス、幅約27x高さ12cm)

1 恐竜と大昔のいきものシリーズ ティラノサウルス・ステゴサウルス
2 恐竜と大昔のいきものシリーズ トリケラトプス・スピノサウルス
3 恐竜と大昔のいきものシリーズ ブラキオサウルス・ナウマンゾウ

●定価税込2,310円 ●サイズ/各約21.3x29.0cm、各8頁 ●世界文化社 ●初版日/各2015年7月

恐竜工作キット 3点セット

感覚あそびで赤ちゃんが笑顔になる絵本!

軽くてやわらかな感触を楽しめる「布」絵本、めくるとやさしい気持ちになる「しかけ」絵本、なぞったり真似たりして、子どもに絵を描く喜びを感じてもらおう絵本の3冊。子どもの自由な想像力や感性を育みます。

1 おさんぼ 2 だっこだっこ 3 1日3分でおえかきじょうずになる本

●定価税込3,773円 ●絵/①リサ・ジョーンズ、エドワード・アンダーウッド ②あべつせこ ●作/絵/③門山恭子
●文/②山本和子 ●訳/①すずきゆりか ●サイズ/①約17.6x18.0cm ②約17.3x18.5cm ③約21.0x29.7cm、各10~98頁 ●世界文化社 ●初版日/2006年12月~2019年5月

赤ちゃんが夢中になる 3点セット

ご注文に関する注意事項 (ご利用に際して必ずお読みください。)

- 【お申し込み】 3月3回のOCR注文書の6ケタ注文欄に、注文番号と数を記入し、提出してください。お電話でのご注文は、コールセンター **0120-577-039** へ 8:30~21:00(土曜18:00まで)日曜休業 お申し込み期間は、3月11日(月)~3月15日(金)
- 【お届け方法】 生協登録住所に、郵送または宅配便でお届けします。※4月中旬迄にお届けします。※登録住所以外へのお届けの場合は、コープサービス・フリーダイヤルまでご連絡ください。全国どこでも発送いたします。お孫さん等への「プレゼント」にも最適です。
- 【お支払い】 共同購入利用代金と一緒に引き落としになります。
- 書籍は、梱包開封後の返品はご容赦いただいています。
- 注文後の取消や変更はできません。
- プレゼント包装はできません。セット箱のご用意はございません。
- 出版社の都合で、廃刊・休刊等によりお届けできない場合はご返金いたします。
- 絵本の発送は、販売元または販売会社に委託します。組合員様の個人情報は、商品の発送やご案内の業務のみに使用いたします。

お問い合わせは 変更は **ならコープ** コープサービス **TEL:0120-445-152**
9:00~17:00(月~金)
※携帯電話・PHS・課金電話(ピンク電話)及び県外からご利用の場合は右の電話番号をご利用下さい。 **TEL:0742-34-0243**