

学校生活協の

組合員のお役立ち満載。
書籍も文具も雑貨も売ってます!

11月号

共同購入ご利用 **アンケート**
あなたの声を聞かせてください
※いただいたご意見は、
チラシ紙面またはWEB
サイトに掲載させていただきます。
※掲載がございません。

チラシNO.918

申込締切日およびお届け日については
ご所属の生協のご案内をご確認ください

本やさん+文具 雑貨 スタンプ

— チラシ掲載品以外についての書籍のご注文は、
インターネット書店「**学校生活協の本やさん**」で!

何でも揃う**“国内最大級”**のネット書店です。

ご所属の学校生活協のHPからご利用ください。

※一部ご所属の生協によりご利用
いただけない場合があります。

割引販売
している場合も
あります

学校生活協は「令和6年(2024年)能登半島地震」で被害を受けられた学校を支援します。

お待たせしました! 組合員さんおすすめのトットちゃん登場!!

全世界累計2,500万部超のベストセラー、42年ぶりの続編!

【黒柳徹子さんからのメッセージ】

世界中で愛される、
「トットちゃん」のおはなし

「君は、本当は、いい子なんだよ!」校長先生はいつも
そういつてくれたのです。トモエ学園のユニークな
教育と、そこに学ぶ子どもたちの姿をいきいきと描
いた、黒柳徹子さんの自叙伝。

301 窓ぎわのトットちゃん (講談社)

申込
番号 301

本体 1,425円(税込1,567円)

★定価税込1,650円★P295★四六判★10歳~
★著:黒柳徹子★初版'81年3月

定価の
5%
OFF

定価の
5%
OFF



私は、どう考えても『窓ぎわのトットちゃん』よりおもしろい
ことは書けない、と思っていました。私の人生でトモエ学
園時代ほど、毎日が楽しいことはなかったから。だけど、
私のようなものの「それから」を知りたいと思ってくださ
る方が多いのなら、書いてみようかなと、だんだん思うよ
うになったのです。よし!と思うまで、なんと42年もかかっ
てしまったけど、書きはじめると、笑っちゃうこと、泣いちゃ
うこと、それから戦争のことも次々に思い出されて……。

組合員さんの
声!

「戦時中、1日15粒の大豆しか
食べられなかったトットちゃん。
防空壕の中で手元に残った大
豆を見つめながら「もしかし
て死んじゃうかもしれないから、
今食べようかな?」これは
トットちゃんの体験だけでな
く、日本中の子どもたちが体
験してきたことだと思います。
小学生の子どもが毎日このよ
うなことを思っていたかと思
えらると、とても心が痛くな
ります。今の時代だからこ
そ、子どもたちと一緒に読ん
でほしい1冊です。」
大分県学校生活協 じょうとみほさん

302 続 窓ぎわのトットちゃん (講談社)

申込
番号 302

本体 1,425円(税込1,567円)

★定価税込1,650円★P254★四六判★10歳~★著:黒柳徹子★初版'23年10月

みんなが
会いたかった
「その後」の
トットちゃん

国民的ベストセラー42年ぶり、
待望の続編!泣いたり、笑つたり、
トットちゃんの青春記。

「いつ読んでも新しい発見がある」
改めて読み返したい方は
「2冊セット」でどうぞ!



+



303 トットちゃん2冊セット (講談社)

申込
番号 303

本体 2,850円(税込3,135円)

★セット内容:「窓ぎわのトットちゃん」「続 窓ぎわのトットちゃん」
※こちらはセット用の申し込み番号です。ご確認ください。

定価の
5%
OFF



トットちゃんの等身大の
戦争体験を描きます



304 トットちゃんの15つぶのだいず (講談社)

申込
番号 304

本体 1,520円(税込1,672円)

★定価税込1,760円★P32★AB変型判★5歳~★原案:黒柳徹子/文:柏葉幸子/絵:松本春野★初版'23年7月

定価の
5%
OFF



子どもたちが確実に食いついてくれる!

学級通信、時間割表、ポスターなどあらゆるデザインこれ一つ。パズル感覚でプロの仕上がり楽しい!



購入者限定特典
動画解説付き特設サイトで
Canvaの使い尽くし方を
超絶簡単に解説

あれ! 私でも
作れちゃった!!

学校でCanvaを使うべき8つの理由

- 初心者でも簡単に使いこなせる
- テンプレートの多彩さ
- 動画の編集も手軽に
- 縦書きテキストの入力が可能
- 先進的なAI機能
- 教育者向けの特別なプラン
- 豊富な素材やフォント
- ブラウザベースで軽快な動作

【実践事例60例を厳選!】

- 「先生が使う」アイデア
- テンプレートから学級通信を作成する
 - Google MapsやYouTubeなど他のWebアプリを埋め込む
- ほか全26事例
- 「子どもたちが使う」アイデア
- 生活目標のポスターを作成する
 - 委員会活動のお知らせムービーを作る
- ほか全11事例
- 「授業で使う」アイデア
- 子どもたちを電子板書に参加させる
 - 習字の手本とめし書きを比較する
- ほか全23事例

定価の
5%
OFF

読者の声

一つ一つ事例と共に使い方が書いてあり、
イメージしやすい。アレンジもイメージしやすい。
解説も非常にわかりやすく、また手順が図解
されているので、初心者でも取り組みやすい。

305 先生のための

Canvaハック60+α (明治図書)

申込
番号 305

本体 2,147円(税込2,361円)

★定価税込2,486円★P143★B5判★小・中学校教職員★著:前多昌顕★初版'24年2月
※本書の情報は2024年1月時点のものです。

子どもの事実から導かれた100のスキル

支援実績2000人を超える特別支援教育のエキスパートで元教師である著者が、実際に現場で
〈本当に効果があった〉と実感できた支援の考え方やスキルをイラストや漫画でわかりやすく紹介。



本書の内容

- 発達障害のある子が見ている世界・感じていること
 - 上手に支援するための「目のつけどころ」と原則
 - 順番を守れない子に、順番の守り方を教える方法
 - こだわり行動を止め、切り替えてもらうコツ
 - パニックを防ぐ一言
 - 暴力が出たら
- ほか

組合員さんの
声!

どの学校、学級にもいる
と思われる「発達障害」
の傾向をもっている子ど
もへの対応の仕方がたく
さん紹介されている」
大分県学校生活協 組合員さん

定価の
5%
OFF

306 発達障害・グレーゾーンの子がグリーンと伸びた
声かけ・接し方大全 (講談社)

申込
番号 306

本体 1,520円(税込1,672円)

★定価税込1,760円★P288★四六判★小学校教職員★著:小嶋悠紀/イラスト:漫画:かなしろにゃんこ。★初版'23年3月

※紙面表示の税込価格と実際の請求額が異なる場合があります。詳細は請求書にてご確認ください。
※書籍の帯の有無や商品のパッケージはメーカー都合により変更することがございます。
※著作物については不良品以外の返品・交換はできません。ご了承ください。

個人情報の扱い ご注文は所属生協指定の申込書に必要事項をご記入ください。ご注文いただいたときの組合員の皆様の個人情報は、以下の目的のために利用いたします。それ以外の目的では利用いたしません。
(1)ご注文いただいた商品の発送(商品発送のために出荷元に個人情報を委託します。)(2)商品代金の請求(3)ご注文の確認作業(4)商品の感想をお聞きする場合の連絡先

学校生活協同組合

文具・雑貨はP5~8に掲載

2024-チラシNO.918

Merry Christmas

クリスマスに贈りたい絵本

ミニ絵本サイズ：
各10×10cm
(1冊のみ15×15cm)

窓を開けると
世界の名作ミニ絵本！



開けば62cmのビッグサイズ！

カレンダーの窓のなかには世界の名作絵本が1冊ずつ。12月1日から1日1つずつ窓を開け、1日1冊読んでいくうちに、クリスマスには24冊の可愛い名作文庫ができていきます。お部屋に飾れば、素敵なクリスマスの装いに。



307 メリークリスマス！ せかいのめいさくえほん★アドベントカレンダー

(ひさかたチャイルド)

本体**3,240円**(税込**3,564円**) 申込番号 **307**

★42×31cm★2歳～★原作：ハンス・クリスチャン・アンデルセンほか／絵：ローレーナ・アルヴァスほか★初版'22年10月★生産国：中国



めくって楽しい
しかけがたっぷり！

とびきりのクリスマスを迎えるため、ねこさんかぞくが準備をする様子を12日前からカウントダウンで描いたアドベント絵本。ちりばめられたたくさんのしかけをあける楽しさとわくわくが詰まった1冊。

申込番号 **308**

308 ねこさんかぞくのクリスマス

(プロズ新社)

本体**2,160円**(税込**2,376円**)

★定価税込2,640円★P24★A4変型判★3歳～★文：ルーシー・ブラウンリッジ／絵：ソウニョン／訳：石津ちひろ★初版'23年10月★生産国：中国

実話から生まれた 心温まるクリスマス絵本



小さいフクロウがたった一羽で大きな木にすんでいた。ある日、大きな木は切り倒されニューヨークへ運ばれてしまいます。フクロウを木の穴に入れたまま…。フクロウが森に帰るまでを描く実話の絵本化。

309 ちいさいフクロウとクリスマスツリー

(鈴木出版)

本体**1,350円**(税込**1,485円**)

★定価税込1,650円★P31★B5変型判★5歳～★文：ジョナ・ウィンター／絵：ジャネット・ウィンター／訳：福本友美子★初版'22年10月★生産国：中国

クリスマスの雰囲気を感じます



おなじみエリック・カールのクリスマス絵本。サンタの一日が描かれ、最後のしかけページを広げればHappy Christmas Very Hungry Caterpillar! 楽しいボードブック絵本。

310 英語版 はらぺこあおむしとサンタクロース

(絵本の家)

本体**1,800円**(税込**1,980円**)

★定価税込2,200円★P10★B5変型判★一般★作・絵：Eric Carle★初版'21年10月★生産国：中国

大分県学校生協の 組合員さんのオススメ

「すきなひとないの？」とみっちゃんにきかれた。わかんないっていったけど、ほんとうはこうくんがすき。こんなにくるしいきもちが「すき」？みずみずしい「すき」の風景を描きます。

恋愛を描いた名作絵本はこれまでもあります。ただ、恋愛観や結婚観、ジェンダー観が変わりつつある今の世の中で、「好き」という素朴な感情を肯定しつつ、現代の感覚に響く恋の絵本があってもよいのではないかと。そんな思いから、このシリーズは生まれました。ぜひページをめくってみてください。

シリーズ監修／瀧井朝世
＜岩崎書店「恋の絵本」特設サイトより抜粋＞

申込番号 **311**

311 すきって いわなきゃ だめ？

(岩崎書店)

本体**1,350円**(税込**1,485円**)

★定価税込1,650円★P34★A4変型判★6歳～★作：辻村深月／絵：今日マチ子／編：瀧井朝世★初版'19年5月

辻村深月と今日マチ子が描く あたらしい恋の絵本



最後まで読むと、偏見ってこういふことなのかと自分を見つめることができる

友だちの心の声をきいてみよう



授業中じっとできない、すぐに怒る…その友だちは実はできなくて困っているのかも？発達障害の友だちの困っていることを理解し、どうしたらよいかをイラストでわかりやすく伝えます。

312 友だちのこまったがわかる絵本

(金の星社)

本体**1,530円**(税込**1,683円**)

★定価税込1,870円★P48★B4変型判★6歳～★編・著：WILLこども知育研究所／監修：赤木和重★初版'22年9月

大人が変われば、子どもは変わる

ほめる、しかる、つたえる、はげます…苦しさがある幼児から小学生の子どもたちに関わる人が身につけたちょっとした支援スキルを、イラストやエピソードを交えて紹介。



ハツとさせられること、明日から使える言葉がけなどいくつもヒントをもらえます

313 発達障害の子どもたちから教わった35のチェンジスキル

(合同出版)

本体**1,350円**(税込**1,485円**)

★定価税込1,650円★P86★B5判★一般★著：阿部利彦★初版'20年7月

サトシン＆西村敏雄が贈る 大人も泣ける絵本



わたしはあかねこ。わたしだけ赤い色をしているからみんなが心配するの。みんなと違う毛の色だけどわたしはわたし。自分を認めてもらえないあかねこはある日家を出て、そして出会ったのは…

314 わたしは あかねこ

(文芸堂)

本体**1,170円**(税込**1,287円**)

★定価税込1,430円★P32★AB変型判★4歳～★作：サトシン／絵：西村敏雄★初版'11年8月

視覚障害者を支えた小学生たちの心温まる実話が絵本になりました



はじまりは小学生の女の子が全盲になった男性にかけたひとこと「バスが来ましたよ」。助けられながら続けたバス通勤。その声は、次々と受け継がれ…。小さな親切がリレーしていく物語。

315 バスが来ましたよ

(アリス館)

本体**1,260円**(税込**1,386円**)

★定価税込1,540円★P40★A4変型判★4歳～★文：由美村嬉々／絵：松本春野★初版'22年6月

そのささやかでありふれた日常に 幸福感が漂います

トガリネズミは動きも。朝おきてから夜ねるまで、毎日決まった予定をこなし、つつがなく暮らしています。でも今日はひとつだけ、いつもと違うことがありました！



ボローニャ・ラガッツィ賞 特別賞などを受賞し、国内外で高い評価を受ける絵本作家による絵童話

316 ちいさなトガリネズミ

(偕成社)

本体**1,260円**(税込**1,386円**)

★定価税込1,540円★P71★A5変型判★5歳～★作：みやこしあきこ★初版'22年11月

第29回 日本絵本賞大賞受賞作品

沈みゆく太陽を中心に、ジャングルジムで遊ぶ男の子、悔しくて石を蹴る女の子、買い物帰りの親子…それぞれの感情を夕焼けが包み込み、誰にも静かな夜がやってきます。



著者のザ・キャピテンカンパニーさんは大分県出身、由布市で活動しています！

317 ゆうやけにとけていく

(小学館)

本体**1,615円**(税込**1,776円**)

★定価税込1,870円★P32★B4変型判★6歳～★作：ザ・キャピテンカンパニー★初版'23年7月

「人生の本質」をわかりやすい言葉で

1300年間でたった2人しか成し遂げていない千日回峰行を満行した大阿闍梨が贈る72のショートエッセイ。シンプルで大阿闍梨の言葉が小さな悩みや迷いを抱えた現代人の心に生きるヒントをそっと伝えます。



著者の塩沼亮潤さんは素敵な人柄なんだろうなうなうというのが伝わりやすい

318 くらしの塩かげん

(世界文化社)

本体**1,520円**(税込**1,672円**)

★定価税込1,760円★P160★A5判★一般★著：塩沼亮潤★初版'24年7月

俳句を楽しむ

季語にふれて 知性や感性をみがこう

クイズとともに季語が生まれた背景や意味をうんちくたっぷりに解説！語彙力、表現力はもちろん、理科や社会、美術や哲学まで、幅広いジャンルの知識が季語をとおして習得できます。



著者：齋藤孝先生

本書の内容

- 東から吹いてくる「東風(春)」は、何を知らせる風？
- 「かじけ猫(冬)」ってどんな猫？ ほか



③19 子どもの教養クイズで学ぼう 季語の世界

申込番号 319

(NHK出版) 本体1,170円(税込1,287円)
★定価税込1,430円★P160★A5判★8歳～★著：齋藤孝★初版22年3月

俳人・坪内稔典先生 初の俳句ドリル！

俳句の基礎知識を学び、スモールステップでつくる練習をし、俳句を読む目を養う。丁寧でわかりやすい入門ドリル。子どもからお年寄りまで楽しめます。



坪内稔典先生

読者の声！
俳句へのアプローチがスモールステップでわかりやすく示されています。「自分のこと」などから子どもたちに取り組ませたい。
(広島県/教員)



③20 みんなで俳句ドリル

申込番号 320

(清風堂書店) 本体1,350円(税込1,485円)
★定価税込1,650円★P128★B5変型判★8歳～★著：坪内稔典、田中俊哉、吉岡尚孝★初版23年7月

<同じ季語>でこんなにちがう？ 新旧の句を読みくらべ！



申込番号 321

③21 俳句いまむかしみたび

(毎日新聞出版) 本体1,620円(税込1,782円)
★定価税込1,980円★P224★四六判★一般★著：坪内稔典★初版22年9月

人気生物学者による 新しい俳句鑑賞の手引き

俳句においてカエルの定番は「カジカガエル」。だが著者は「ツチガエル」だと考える。その理由を生物学の視点で解き明かす！57の名歌・名句を、私たちが気づいていない新しい見方で楽しめる1冊。



読者の声！

「実るほど頭を垂れる 稲穂かな」慣用語にもなっているこの句だが、植物学的には重大な欠陥であつたらしい。我々がふつうだと思っていることこそ、自然の不思議が詰まっていることを知れる良書だった。
(40代/男性)

③22 古池に飛びこんだのは なにガエル？

申込番号 322

(辰巳出版) 本体1,350円(税込1,485円)
★定価税込1,650円★P232★四六判★一般★著：稲垣栄洋★初版24年6月

豊富な添削例で一気わかる！



③23 NHK俳句 添削でつかむ！ 俳句の極意

申込番号 323

(NHK出版) 本体1,350円(税込1,485円)
★定価税込1,650円★P192★四六判★一般★著：高柳克弘★初版23年10月

教育書

Instagramで 大人気！

教員生活がうまく回りだす！ 思考整理法&タスク管理術

頑張りすぎて休職を経験したゆきこ先生が、少しずつ働き方を変えてきた方法を公開！手帳や週案、SNSを使ったタスク管理術を、実際の書き込み例の写真も交え紹介。

本書の内容

- 毎日に余裕がうまれる「スケジュール管理術」
- 仕事がスムーズに進む「週案活用術」
- 理想の働き方を手に入れる「手帳・ノート術」
- 日々の仕事が何倍にも楽になる「SNS活用術」

申込番号 324

③24 教師の毎日がはかどる！ ゆきこ先生の1分だけ手帳術

(学陽書房) 本体1,530円(税込1,683円)
★定価税込1,870円★P143★四六判★小学校教職員★著：渡邊友紀子★初版24年3月



全国の先生がたの学びを 全力でサポート！

校内研究の特徴や構造、校内研究に目を向けることの価値や可能性といった基本を明らかにした上で、無理なく改善できる効果的で効果的な「校内研究」の充実策を紹介。

年間150回を超える講師・講演依頼を受け、小・中学校の授業改善に関わり続けてきた著者が贈る至高のバイブル！

本書の内容

- 校内研究が思うようにいかないのはなぜか
- 主体的・対話的で深い研究をつくる
- 教師同士で共通理解を深めておきたいこと
- 校内研究の改善に欠かせない10の視点 ほか

申込番号 325

③25 入門 校内研究のつくり方

(東洋館出版社) 本体1,800円(税込1,980円)
★定価税込2,200円★P224★四六判★小・中学校教職員★著：澤井陽介★初版24年6月



実践記録で学ぶ個に応じた深い学び

一人ひとりの個性に合わせた深い学びを実現する「自由進度学習」を、学習環境の作り方、教師の構えなどを交え詳述。日本語の苦手な外国人児童を対象にした実践も収録。



本書の内容

- 低学年での自由学習の始め方・進め方
- 学習環境づくりのテクニックのコツ
- 自由進度学習の魅力
- 「一人学び」の教育的意義 ほか

申込番号 326

③26 新装版 教科の一人学び 「自由進度学習」の考え方・進め方

(黎明書房) 本体1,800円(税込1,980円)
★定価税込2,200円★P148★A5判★小学校教職員★監修：小山儀秋★著：竹内淑子★初版22年1月

図鑑

楽しいしかけで科学センスと 理科4分野の基礎知識が身につきます

水と油 混ぜるとどうなる？

カラフルな紙面には楽しいしかけがいっぱい！しかけをめぐったりひっぱったりして、身近な科学現象のひみつがやさしく学べる体感型図鑑。



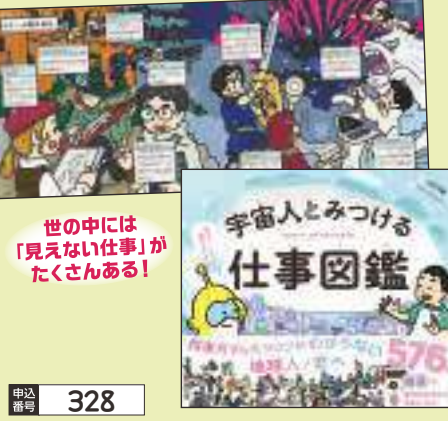
③27 さわって学べる 科学図鑑

(Gakken) 本体2,430円(税込2,673円) 申込番号 327
★定価税込2,970円★P18★B4変型判★8歳～★日本語監修：探究学舎★初版24年4月★生産国：中国



知らなかった仕事に出会えます

「将来の夢」の作文が書けないユメオは宇宙人のワプリンと地球の仕事を見に出発！空港や病院など50の場所で見つけた576の職業を紹介。働く人の心、仕事内容、その職業に就くための情報など掲載。



申込番号 328

③28 宇宙人とみつける 仕事図鑑

(文響社) 本体2,546円(税込2,800円)
★定価税込2,948円★P288★AB変型判★8歳～★監修：リクルートエージェント、絵：二村大輔★初版22年4月

偉人たちはこうやって 「好き」を伸ばしまくってた！



申込番号 329

③29 ヤバすぎる！ 偉人の勉強やり方図鑑

(大和書房) 本体1,350円(税込1,485円)
★定価税込1,650円★P224★A5判★8歳～★著：真山知幸★初版24年4月

伝記 「自分を信じて進む力」を 与えてくれます



③30 世界ではじめての 女性大統領のはなし

(平凡社) 本体1,710円(税込1,881円)
★定価税込2,090円★P44★A4変型判★8歳～★作：ラウン・フリーゲンリング/訳：朱位昌併★初版24年5月

新紙幣の肖像3人の物語を1冊に



申込番号 331

③31 マンガ 新しい紙幣の感動物語

(Gakken) 本体1,080円(税込1,188円)
★定価税込1,320円★P220★A5判★8歳～★編：木平木綿★初版24年6月

防犯 危険から自分を守る力を 育てます



申込番号 332

③32 あぶないばしょはどこ？ 遊んで学べる防犯絵本

(池田書店) 本体1,350円(税込1,485円)
★定価税込1,650円★P32★B5変型判★5歳～★監修：小宮信夫/イラスト：宮本巴奈★初版24年5月

あぶないめにあいそうなとき どうしたらいい！？



申込番号 333

③33 あぶないときは いやです、だめです、いきません

(岩崎書店) 本体1,170円(税込1,287円)
★定価税込1,430円★P32★A4変型判★3歳～★作：清永奈穂/絵：石塚ワカメ★初版22年2月

ココろ

自分のきもちをことばにしてみよう



【監修】金田一秀穂先生



うれしい、たのしい、かなしい、すき、こわい...154種類の「きもちのことば」をイラスト化。語彙力、表現力、コミュニケーション力、思考力がぐんぐん伸びる絵本です。

334 伝える力が身につく！
きもちのことばえほん
（日本図書センター）
本体 **1,425円**（税込 **1,567円**）
★定価税込1,650円★P64★AB変型判★5歳～★監修：金田一秀穂★初版'24年5月



ガストンの
ソーシャルスキル
えほんシリーズ
第2弾！

他者との関係を築くために
必要なスキルです

いとこのジョセフィーヌの失敗に怒ってしまうガストン。自分も同じ失敗をして気づきます。失敗してもいいこと、人の気持ちになって考えること、あやまること、許すことをガストンと一緒に学べます。

申込番号 **335**
335 しっぱいしたっていいんだよ
（主婦の友社）
本体 **1,080円**（税込 **1,188円**）
★定価税込1,320円★P32★B5変型判★4歳～★文・絵：オーレリー・シアン・ショウ・シーヌ、訳：垣内磯子★初版'24年6月



子どもの本音を受けとめ
抱きしめたくなる絵本

登園しづり、繊細気質、突然のかんしゃく...そのわけは？幼稚園に行きたくない、繊細で感受性の強いすうちゃんの本当の気持ちを丁寧にすくいと、小さな成長を見守っていく絵本。



336 すうちゃんほね
（小学館）
本体 **1,330円**（税込 **1,463円**）
★定価税込1,540円★P32★AB変型判★3歳～★作：ほんだあきこ／絵：千葉智広★初版'24年4月

子育てに向き合うために
おぼえておきたい42の習慣

子育てはいつでも親が自分自身と向き合う営み。「これだけは心がけておきたい」という習慣を「こそだてルール」としてまとめました。ベストセラーシリーズ待望の「お母さん・お父さん編」。



337 こそだてえほん
（日本図書センター）
本体 **1,235円**（税込 **1,358円**）
★定価税込1,430円★P57★B5変型判★一般★監修：高濱正伸／絵：林ユミ★初版'24年5月

健康

1日30秒、健康寿命を縮める“運動不足”を解消！

ぽっこりお腹を引き締め、筋肉量アップ、血圧や血糖値を改善！整形外科専門医でフィットネストラナーである著者が考案した究極のスクワットを紹介。



キツくない！
ひざや腰を痛めない！

338 ドクターズスクワット
（アスコム）
本体 **1,170円**（税込 **1,287円**）
★定価税込1,430円★P175★A5判★一般★著：吉原潔★初版'23年9月



読者の声！
体重が81kgあり、ウォーキングを毎朝していますが思うように減りません。ドクターズスクワットなら30秒でできるし、すぐに1kg減り効果を実感しています。（77歳・男性）

手と足のダブル刺激で
効果てきめん！



よくある不調別にベストな「手ツボ×足ツボ」の組み合わせと刺激法が図解で一目瞭然。相乗効果でグンと効く、即効セルフケア。

巻頭カラー
手・足・すね・
くらはぎのツボ地図



339 よくある不調が即ラクに！
手ツボ・足ツボ大全
（河出書房新社）
本体 **1,224円**（税込 **1,346円**）
★定価税込1,496円★P128★A5判★一般★著：五十嵐康彦★初版'24年5月

下り坂に負けないで！
Dr. 鎌田から女性たちへ

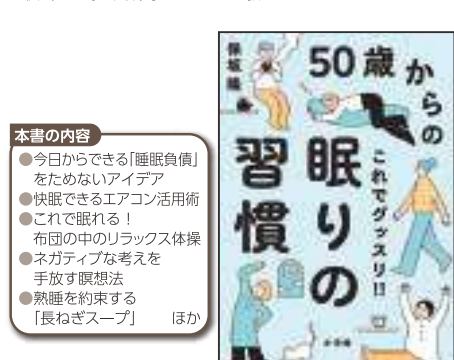
女性の心や体に注目し、更年期をどう乗り越えるか、更年期以降を幸せにどう歩んでいくかをDr. 鎌田がわかりやすく解説。24の鎌田式健康法をイラスト入りで紹介。



340 笑って健康と幸せをつかむ
24の方法
（婦人之友社）
本体 **1,440円**（税込 **1,584円**）
★定価税込1,760円★P160★A5判★一般★著：鎌田真★初版'24年5月

認知症のリスクも高くなる！？
「睡眠負債」を解消！

寝つきが悪い、すぐ目覚めるなど、中高年世代に多い睡眠の悩み。認知症予防のためにも睡眠を見直しましょう。生活習慣や環境、心を整え快眠へと導く実践的なノウハウを教えます。



341 50歳からのこれでグッスリ!!
眠りの習慣
（小学館）
本体 **1,377円**（税込 **1,514円**）
★定価税込1,595円★P224★四六判★一般★著：保坂隆★初版'24年5月

遊びながら
脳を楽しくトレーニング！

熟語だるま落とし、三字熟語、イラスト並べかえパズル、計算めりえなど多彩な問題構成で、さまざまな脳力を効率的に鍛えることができます。



342 新 川島隆太教授のらくらく脳体操
きらきらパズル90日
（Gakken）
本体 **1,035円**（税込 **1,138円**）
★定価税込1,265円★P120★B5判★一般★監修：川島隆太★初版'24年7月

一般書

養老孟司先生
はじめての自伝

人生はなるようになる。これが養老先生の出した人生の結論。記憶のはじまりだった父の死、敗戦と衝撃だった教科書墨塗体験、虫探りに夢中だった少年時代など、86年を語り尽くします。



343 なるようになる。
（中央公論新社）
本体 **1,260円**（税込 **1,386円**）
★定価税込1,540円★P207★B6変型判★一般★著者：養老孟司／聞き手：鶴岡哲夫★初版'23年11月

ひとり分こそ、好きなごはんを
ちゃんとおいしく



344 NHKきょうの料理
大原千鶴のひとり分ごはん
（NHK出版）
本体 **1,350円**（税込 **1,485円**）
★定価税込1,650円★P95★B5判★一般★著：大原千鶴★初版'24年6月

防災 被災前も被災時も被災後も。
一家に一冊備えたい！

災害に備えるには災害を自分ごととしてとらえる「想像力」といざという時の「冷静な判断力」が必要。もしもの役に立つ防災の知識や知恵をイラストやマンガで家族みんなが理解できるよう紹介。



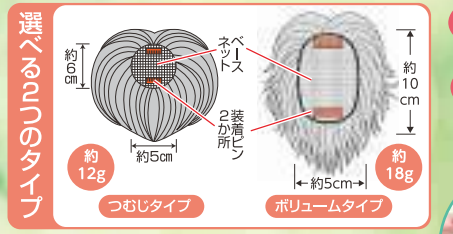
345 家族でそなえる
防災・被災ハンドブック
（イースト・プレス）
本体 **1,330円**（税込 **1,463円**）
★定価税込1,540円★P168★四六判★一般★作：天野勢津子／協力：矢守克也★初版'23年1月

備蓄と防災をライフスタイルにする
ノウハウ満載



346 今日から始める本気の食料備蓄
（徳間書店）
本体 **1,350円**（税込 **1,485円**）
★定価税込1,650円★P144★A5判★一般★著：高荷智也★初版'22年8月

ほんのちょっと **プラス** で見違える! 部分かつら 人毛100%



つむじの透け感やベタンコ髪を自然にかバー!

人毛100%ミニピース (つむじタイプ) (ボリュームタイプ)

番号	色	申込番号	番号	色	申込番号
347	栗色	347	349	栗色	349
348	自然色	348	350	自然色	350

本体各 **3,800円** (税込 **4,180円**)

本体各 **5,800円** (税込 **6,380円**)

＜347・348・349・350共通＞★素材:毛質/人毛100%。ベースネット/ナイロン★サイズ:ベースネット(装着ピン2カ所)/つむじタイプ約5×6cm、ボリュームタイプ約5×10cm★毛長/約13~15cm★付属品:取扱説明書★生産国:中国製

気になるつむじや分け目に合わせて自由自在に装着!

快適
軽量
簡単

パチッと簡単装着!!

2カ所のピンで留めるだけ!



＜347・348・349・350共通＞★素材:毛質/人毛100%。ベースネット/ナイロン★サイズ:ベースネット(装着ピン2カ所)/つむじタイプ約5×6cm、ボリュームタイプ約5×10cm★毛長/約13~15cm★付属品:取扱説明書★生産国:中国製

目袋のたるみ・くま

隠して「引き上げる」



ストレッチフィルム処方

伸縮性のあるキサンタンガム クロスポリマー ※を配合 ※粘度調整剤

引き上げるように塗布することで、ハリのある若々しい印象の目元に仕上げます。

ぴんつとハリ感!

肌の赤み・くまを自然にかバーする イエローカラー



351 リフティング化粧下地 リッチ 本体 **1,780円** (税込 **1,958円**)

★内容量:30g ★生産国:日本 通常値 1,980円のところ

白髪 薄毛 白髪隠し&ボリュームアップ!



自然な仕上がり



椿油とシルク配合 頭皮・髪用 ポンポンパウダー

番号	色	申込番号
352	ダークブラウン	352
353	ソフトブラック	353

本体各 **1,980円** (税込 **2,178円**)

＜352・353共通＞★内容量:各5g★生産国:日本 ★仕上がりに合合や使用感には個人差があります。

メイク中は目の下の シミも小じわもなかったことに!



354 お肌を平らに整える下地 本体 **1,980円** (税込 **2,178円**)

★内容量:8g ★生産国:日本

クマ・凹凸も隠す UV下地 SPF32 PA+++

お悩みまつ毛にオススメ! 短い 細い 少ない

自然にロング&ボリュームアップ

塗りやすいカラーマスカラ

番号	色	申込番号
355	ピュアブラック	355
356	パーガンディブラウン	356

本体各 **1,280円** (税込 **1,408円**)

＜355・356共通＞★内容量:各6g★生産国:日本

気になる部分にピンポイントで塗れる!! だんだん染まる!! 白髪かくし



手軽なマスカラタイプ



艶髪クイックマスカラ

番号	色	申込番号
357	ナチュラルブラウン	357
358	ソフトブラック	358

本体各 **1,600円** (税込 **1,760円**)

＜357・358共通＞★内容量:各15g★生産国:日本

年齢が気になる 目元・口元を集中保湿!



もっちりうるおう

超しっとりタイプ

359 保湿型ビタミンC誘導体原液 本体 **1,980円** (税込 **2,178円**)

★内容量:15ml ★生産国:日本

気になる黄ばみ(着色汚れ)を落として 白い歯に!



効能又は効果

360 薬用重曹卵殻ジェルはみがき 本体 **1,580円** (税込 **1,738円**)

★内容量:30g ★生産国:日本

天然炭酸泉のような 温浴効果をご自宅で!



こんなお悩みに!

361 21錠 本体 **1,800円** (税込 **1,980円**)

362 90錠 本体 **5,700円** (税込 **6,270円**)

★内容量:15g×21錠 ★内容量:15g×90錠

デンタアパトー マイルドソルトミント / 塩ケアで歯周病予防

マイルドソルトミント

生協でしか買えません!

歯肉炎・歯槽膿漏を予防

ひきしめ作用
塩化ナトリウム

抗炎症作用
β-グリチルレチン酸

殺菌作用
塩化セチルピリジニウム (薬用CPC)

発泡剤あり

販売名: デンタアパトー Mna
※歯肉炎・歯槽膿漏の総称

デンタアパトーに配合の薬用ハイドロキシアパタイト〈mHAP〉って?

3つの働きで
むし歯を予防!

歯とほぼ同じ成分で大切な歯をむし歯から守る
サンギ独自の薬用成分。

歯垢を
吸着して
取る

ミクロの傷※を
修復

初期むし歯※を
再石灰化

363 364 デンタアパトー マイルドソルトミント (110g)
●薬用歯みがき ●医薬部外品

規格	1本	申込番号	363	本体	1,430円	税込	1,573円
規格	2本組	申込番号	364	本体	2,360円	税込	2,596円

365 デンタアパトープレミアム (110g)
●薬用歯みがき ●医薬部外品

申込番号	365	本体	1,600円	税込	1,760円
------	-----	----	--------	----	--------

366 367 デンタアパトーMX (120g)
●薬用歯みがき ●医薬部外品

規格	1本	申込番号	366	本体	1,430円	税込	1,573円
規格	2本組	申込番号	367	本体	2,360円	税込	2,596円

368 デンタアパトー歯ブラシ
(4本+1本セット) 申込番号 368
本体 900円 (税込 990円)

★材質:柄=PET、毛=飽和ポリエステル樹脂
★生産国:日本

[共通成分] ●基剤/歯磨用リン酸水素カルシウム、無水ケイ酸●溶剤/精製水●潤滑剤/濃グリセリン●薬用成分/薬用ハイドロキシアパタイト、ゼオライト、塩化セチルピリジニウム、グリチルレチン酸ジカルシウム(MX・プレミアム) 薬用ハイドロキシアパタイト、ポリエチレングリコール400、ポリビニルピロリドン(マイルドソルトミント) ●甘味剤/キシリトール ●粘結剤/カルボキシメチルセルロースナトリウム ●香料(ペパーミントタイプ) ●安定剤/リン酸マグネシウム ●矯味剤/アロエエキス(1)、ローズマリーエキス ●保存剤/塩酸アルキルジメチルエチルグリシン ●可溶性剤(MX・プレミアム) ショ糖脂肪酸エステル(マイルドソルトミント) グリセリン脂肪酸エステル ★生産国:日本

1本でカビ取り + 汚れ取り + カビ予防まで!

抗菌剤が皮革に浸透し、カビを抑制!

グレープフルーツの香り

徐々に押し入れから出したらカビが生えていた... そんな時にも!

使いやすいミストタイプ

プラチナ配合により 抗菌効果がアップ!

スプレーして拭くだけ!

靴磨きのプロが勧める簡単2STEP!!

- ①乾いた布やティッシュに軽くスプレーしてカビを拭き取る
- ②最後に直接スプレーして更にカビの育成を抑える

株式会社コロンプス 靴磨き職人 三橋弘明さん

ツヤ革靴も! スエード靴も!

靴の内側もOK

369 カビ用ミスト プラチナ
申込番号 369 本体 1,200円 (税込 1,320円)
★内容量:約100ml★成分:抗菌剤(有機系)、香料、水★液性:弱酸性★生産国:日本※ヌメ革・素上げ革は虫類等の特殊な革には使用できません。

くもり止め W 効果 汚れ落とし

これ1本でOK! 汚れ・くもりの防止効果も!

使用前 使用例

1日1回で快適に! レンズ両面に1~2滴ずつ垂らしてティッシュで拭き取るだけ!

1日1回で快適に!

効果の持続性 約1日

使用回数目安 1本で約200~400回

液体タイプ

約6.8cm

370 めがピカ メガネレンズの洗浄&くもり止め
申込番号 370 本体 498円 (税込 547円)
★内容量:約20ml★成分:界面活性剤、アルコール系溶剤、水★液性:中性★生産国:日本※フレーム・サングラス・ゴーグル・水中メガネ・カラーコーティングされたレンズには使用できません。

約2.5cm

もったいないの心から生まれた残糸の国産マット

キッチンに!

飛んだ汚れもしっかりとキャッチ!

60cm x 45cm

373 広幅60x240cm 使用イメージ

裏面すべりにくい加工

織物産業の盛んな大阪・泉州地方で丁寧に織り上げました。

日本製 色おまかせ

生地拡大

残糸イメージ

色おまかせロングマット ストライプ

番号	サイズ(cm)	申込番号	価格
371	45x180	371	本体1,480円(税込1,628円)
372	45x240	372	本体1,780円(税込1,958円)
373	広幅60x240	373	本体2,480円(税込2,728円)

洗濯機 ネット使用

関係六 透けるくらいトマトが薄く切れる!

刃物の産地 岐阜県産

握りやすい形と桜模様の滑り止めで使いやすい

Point 1 継ぎ目のない一体構造で洗いやすい! オールステンレスで清潔

Point 2 適度な重みで切りやすい! 重さ約118gでストレスなく使える

Point 3 食材の切り離れがよい! 両面ディンプル加工

刃渡り 約15cm

刃付けの角度を鋭角にして、仕上げの研磨を細かくすることで、従来品よりも切れ味がよくなりました。

食洗機OK

その包丁、買い替えどきです!

切れ味の落ちた包丁では、見た目だけでなく食材の細胞を壊し、食感も悪くなります。

374 関係六-桜オールステンレス包丁II
申込番号 374 本体 2,780円 (税込 3,058円)
★サイズ:全長=約27.2cm、刃渡り=約15cm、刃幅=約4.2cm、板厚=約1.8mm★重量約118g
★材質:刃身=モリブデンバナジウムステンレス刃物鋼、柄=18-8ステンレススチール★生産国:日本

写真とゆる〜いひとことに癒される♪

シマエナガを中心に、かわいい小動物が毎週登場。癒しと笑いのキャプションを日々の元気の活性剤に!

便利なメモ欄付き

シマエナガと森の仲間たち Weeklyカレンダー 2025

六曜入り
二十四節気入り
新月・満月表記

卓上使用时サイズ 約14×17.5×4cm

375 本体1,182円(税込1,300円)

★規格:29枚(表紙含む)★生産国:日本★©ORANGE PAGE

きっとあなたのお気に入りが見つかります!

★推しカレ!★ 2025年おすすめカレンダー!

動物写真家・岩合光昭氏の撮り下ろし!

のら

人気写真家・岩合氏が独自の視点で捉えた、自由に可愛い猫たち!

猫カレンダー のら

376 本体990円(税込1,089円)

★規格:14枚(表紙含む)★生産国:日本★©MITSUAKI IWAGO

使用时サイズ 約51.6×33cm

★推しカレ!★ 2025年おすすめカレンダー!

2025年も癒やされながら、笑ってタメになる!

大好評の「人生はニャンとかなる」カワイイ猫の写真とユーモアたっぷりのキャッチコピー。癒やしと幸せをまねくハッピーカレンダーです!

人生はニャンとかなる! カレンダー

377 本体1,170円(税込1,287円)

★規格:55枚(表紙含む)★生産国:日本★©水野敬也+長沼画樹/文響社

卓上使用时サイズ 約19×14×8.5cm

壁掛け・卓上どちらでもOK

週めくり

クレヨンしんちゃんの万年日めくり

しんちゃん達と一緒に、人付き合いのコツを学べる

友だちづきあいに大切なこと

378 本体1,440円(税込1,584円)

★規格:33枚(表紙含む)★キャラクター原作=臼井儀人、まんが=高田ミレイ★生産国:韓国★©Yoshito Usui/Yuukisha/Mirei Takata/Futabasha

卓上使用时サイズ 約19×18×10.5cm

万年タイプ 壁掛け・卓上どちらでもOK

学べる役立つ万年日めくり

毎日めくることで、やる気と集中力を引き出す

クレヨンしんちゃんの「やる気」がどんどん出てくる方法

379 本体1,620円(税込1,782円)

★規格:33枚(表紙含む)★キャラクター原作=臼井儀人、まんが=高田ミレイ★生産国:韓国★©Yoshito Usui/Yuukisha/Mirei Takata/Futabasha

卓上使用时サイズ 約19×18×10.5cm

万年タイプ 壁掛け・卓上どちらでもOK

世の中を生き抜くヒントがぎゅー!

アドラーの思想と世の中を生き抜くヒントが詰まった「アドラーの言葉」の中から、齋藤孝先生が厳選し分かりやすく解説!

アドラーの言葉

380 本体1,440円(税込1,584円)

★規格:33枚(表紙含む)★生産国:韓国★©takashi Saito

卓上使用时サイズ 約19×18×10.5cm

万年タイプ 壁掛け・卓上どちらでもOK

みんなが勇気をもって前向きになれる万年日めくり!

毎日違うイラストで、いわさきちひろ作品が楽しめる!

いわさきちひろ 日めくりカレンダー

やさしいまなざしで四季の風景を切り取った水彩画。見ているだけでやさしい気持ちになるカレンダー。

381 本体2,080円(税込2,288円)

★規格:192枚(表紙含む)★生産国:韓国★©CHIRO ART MUSEUM

卓上使用时サイズ 約18×10×8cm

2025年のラッキーフラワーを集めました

人気風水師による花カレンダー!

李家幽竹 花風水カレンダー

382 本体1,235円(税込1,358円)

★規格:16枚(表紙含む)★生産国:日本★©Yuchiku Rinoie, 2024.Printed in Japan

使用时サイズ 約51.4×30cm

卓上ミニカレンダー ポストカード付き

六曜入り

大和和紀の名作が美しい原画のままカレンダーに!

『源氏物語』を漫画化した『あさきゆめみし』あざやかな世界とともに一年を!

源氏物語 あさきゆめみし カレンダー

383 本体1,800円(税込1,980円)

★規格:7枚(表紙含む)★生産国:日本★©大和和紀/講談社

使用时サイズ 約60×45cm

田中達也さんの素敵な作品を週替わりで!

MINIATURE LIFE カレンダー

厳選53作品収録!

スケジュール管理に使えるシール付き!

384 本体2,185円(税込2,403円)

★規格:28枚(表紙含む)★生産国:日本★©Tatsuya Tanaka

使用时サイズ 約29.7×21cm

天才画家田中一村のカレンダー

若き日の作品から自然遺産の鳥・奄美を描いた作品まで掲載。

田中一村 カレンダー

385 本体2,430円(税込2,673円)

★規格:8枚(表紙含む)★生産国:日本★©2024 Hiroshi Niiyama

使用时サイズ 約73×30cm

六曜・旧暦入り

★推しカレ!★ 2025年おすすめカレンダー!

幻想的な影絵の世界へと誘う...

藤城清治作品集 遠い日の風景から カレンダー

386 本体2,295円(税込2,524円)

★規格:7枚(表紙含む)★生産国:日本★©藤城清治事務所

使用时サイズ 約75.3×50.5cm

六曜入り

絵柄部は美しさが際立つフィルム印刷

BATH clip
By Harza Studio

折りたためばスリムで収納しやすく、持ち運びに便利な取っ手付き。

隙間5cmあれば
収納OK!

コンパクトで持ち運びに便利



水に強い素材のバスケットで汚れたら丸洗いも可能です。

折りたためる
ランドリーバスケット 20L
本体 **1,900円** (税込**2,090円**)

(387)~(390)共通★サイズ:約50×26×33cm★折りたたみサイズ:約幅60×厚さ2.5×高さ34cm★重量:約670g★材質:ポリプロピレン★生産国:イスラエル

番号	カラー	申込番号
387	アイボリー	387
388	ブルー	388
389	ピンク	389
390	グレー	390

サッと被るだけ!おしゃれあったか!隠したい首元に!



391 首元綺麗 あったかレースネックカバー
申込番号 391 本体 **2,980円** (税込**3,278円**)

★サイズ:約24×38×0.5cm★重量:約41g★材質:身生地=ポリエステル97%・ポリウレタン3%、レース部分=ナイロン・ポリウレタン★生産国:中国 手洗い/ドライ

UVカット率
約99.9%
(財)カケンテストセンター調べ

まとめてサッと放り込んでお部屋がスッキリ!!



Storage Stool コンパクト
本体 **1,980円** (税込**2,178円**)

(392)・(393)共通★サイズ:約使用時:30.5×30.5×高31cm★重量:約1.7kg★材質:繊維板、張り材:ポリエステル、クッション材:ウレタンフォーム★生産国:中国 ※簡易組立式

番号	カラー	申込番号
392	オレンジ	392
393	ターコイズ	393

これ1本でいろいろな素材が切れる!粗大ゴミの解体に大活躍!



394 いろいろ切れる! 万能のこぎり
申込番号 394 本体 **1,980円** (税込**2,178円**)

★サイズ:本体=約2×28.6×7.8cm、刃渡り=約15.3cm★材質:刃部=特殊焼入鋼(JIS SK85)持ち手部=ABS樹脂・熱可塑性エラストマー・シリコン★生産国:日本

誰でもカンタンに切れ味が戻る万能研ぎ器!



395 万能研ぎ器 ソリングミニ
申込番号 395 本体 **1,980円** (税込**2,178円**)

★サイズ:約14×2.1×9cm★重量:約121g★材質:本体=ABS樹脂、研磨部分=タングステンカーバイド★生産国:タイ※研ぐことができるもの:包丁各種(パン切り包丁、出刃包丁、ステーキナイフ等)、草刈り鎌、鉋等

消しゴム感覚のクリーナー



396 ポリトール
申込番号 396 本体 **980円** (税込**1,078円**)

★サイズ:約2.5×7.5×2cm★重量:約50g★材質:炭化ケイ素、シリコン、合成ゴム(多硫化物系ゴム)★生産国:ドイツ※本品は研磨することにより汚れを落とす商品です。

パイプ内部の汚れ・ツマリ・悪臭をとる!



397 排水管クリーナー
申込番号 397 本体 **980円** (税込**1,078円**)

★サイズ:約全長1.2m、ブラシ径先端=4cm、4連=3cm★重量:約46g★材質:6-6ナイロン、ワイヤー:18-8ステンレス、ハンドル:スチロール樹脂、ジョイントカバー:ポリプロピレン★生産国:日本

貼るだけで水漏れ、カビ汚れを補修!



398 貼り直しのできる水もれシャット
申込番号 398 本体 **1,400円** (税込**1,540円**)

★サイズ:約幅2.9×長さ250cm★重量:約80g★材質:表面=エラストマー、粘着面=発泡ブチルゴムシート、粘着剤=アクリル系粘着剤★生産国:日本

ホタテ貝殻の天然成分100%で、洗濯槽をスッキリ洗浄



399 洗濯槽快 2包組
申込番号 399 本体 **1,200円** (税込**1,320円**)

★付属品:ネット(1枚)

400 洗濯槽快 替用2包組
申込番号 400 本体 **1,000円** (税込**1,100円**)

(399)・(400)共通★材質:ホタテ貝殻成カルシウム100%★容量:約30g★液性:弱アルカリ性★生産国:日本※1包で約30回使用可能。※全自動洗濯機、二層式に使えます。ただし、乾燥させる際は取り出して下さい。