

KIDS センター Cafe

大人の本棚

NO. 111

2026.2

忙しい毎日の中で...
矢張り11月内。誰かと何かと比べて、
自分の「できない」を探すのではなく、
自分の「心地よい」を見つけてみませんか？



好きを仕事にしている
プロの方でも、子どもの事は、
私たちと同じ様に悩むんだよねと
思わせてくれる本。毎日のごはん作りを
面倒だと思ったりは、あなただけじゃない！

わたしの 24時間

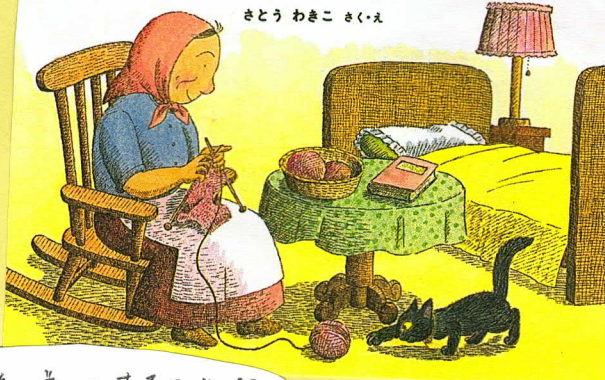


今日から変わる

効率よく時間を使うのは、
誰のためでもなく、「私のため」
沢山のヒントが載っているのて、
まず1つ、真似てしてみませんか？

いそがしいよる

さとう わきこ さいふ



自分をゴキゲン娘にするために
沢山の「心地よい」を集めたら、
それが「あなたらしいさ」になって。

藤井 恵

わたしが伝えたい12の話

働きながら
家族の
ごはんを
作るために



お子さんが成長し、育児から少しづつが離れた
私たちの先輩の著者が、大事な想いを
ごはんを通じて伝えてくれます。