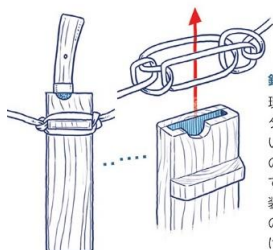


森の生活図集 -スズキサトルのブッシュクラフトスキルワークブック-



鉋結び
現代の鉋のほとんどがベルトで装着するタイプのものが多い。本来は「鉋結び」という平紐で結ぶ方法で装着していたが、その名残が鞘についている四角い出っ張りである。実は鉋のような長物ほどベルトの装着は向かない。本来、日本人は帯の文化の民族で西洋のようにベルトに刃物をつける民族ではなかった。

人間が本来会得していた自然界での知恵や技術を、絵本作家としても活躍するスズキサトル氏が軽妙なイラストと文章で解説する野営生活バイブル。

健康長寿革命 オリーブオイルで認知症予防 著:白澤卓二

認知症予防の第一人者・白澤卓二先生による科学的なエビデンスに基づいたオリーブオイルのパワーの解説。油の健康的なとり方、オリーブオイルを使った認知症予防レシピなどをご紹介します。

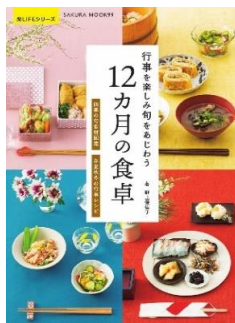
ジュースに大さじ1杯のオリーブオイル



日野原先生の朝食は、野菜や果物を搾った100%ジュース(オリーブオイル入り)。94歳のときに長寿研究のために提供してもらった血液は、長寿遺伝子を活性化するホルモンが40代半ばに匹敵する数値だった。



行事を楽しみ旬をあじわう12カ月の食卓



今のわたしたちには縁遠く思える行事も、そこに込められた意味や願いは現代人の生活にも通じ、健康で幸せな暮らしのための知恵が秘められています。各季節の食卓のうつくしい写真とともに、12か月をおいしく味わい、楽しみましょう。

※番線印はお忘れなくお願い致します。

貴店番線印	ご注文数	笠倉出版社
		ISBN:978-4-7730-5987-8 森の生活図集 -スズキサトルのブッシュクラフトスキルワークブック- 定価 1600円(+税) A5判平綴
		ISBN:978-4-7730-2606-1 オリーブオイルで認知症予防 -100歳時代を生き抜く!- 定価 1500円(+税) A5判平綴
		ISBN:978-4-7730-2599-6 行事を楽しみ旬をあじわう12カ月の食卓 定価 1200円(+税) A5判平綴