

発酵の力でおいしい毎日 麴のレシピ(仮)

世界に誇る発酵食品「麴」を生活にとりいれた、
豊かで健康な毎日の食卓を提案します。

- 麴研究家おのみささんが発酵食品「麴」のおいしい世界をイチから解説。
- 日本食の基本である醤油、味噌、お酒作りに不可欠な麴とは。
- 塩麴をメインに、醤油麴、味噌、甘酒の作り方、それを使ったレシピをたくさん紹介。

【特徴】
日本人の健康を支えてきた麴は「生きています」。味噌も、作り手の家に宿る微生物と麴の働きによって、味が変わるほど。本書は、奥深い麴の世界を歩くための手引書のようなものです。日本古来からの発酵食品について理解が深まり、生活が豊かになります。

【構成】
1章
麴とは？
2章
塩麴をつくる
3章
塩麴を使ったレシピ
4章
醤油麴、味噌、甘酒、酒粕をつくる
活用レシピ



※イメージです

【著者】おのみさ
味噌造りをきっかけに麴のおもしろさに目覚め、2010年に『からだに「いいこと」たくさん 麴のレシピ』、2011年に『毎日がたのしくなる塩麴のおかず』(池田書店)を出版。その他、麴にまつわる料理本や紀行本など、多数の著書を発売。最近では『麴酒場』や『菌トーク』などのイベント、麴を使ったおつまみの料理教室を開催。また、イラストレーターとしても活躍している。その他著書「発酵はおいしい!-イラストで読む世界の発酵食品」「ゆる菌活-発酵食品を手作りしたら人生が変わった!」(パイインターナショナル)

池田書店	8月 初旬	発売予定	番 線 印	注文数
発酵の力でおいしい毎日 麴のレシピ(仮)				冊
				書店ご担当者様
A5判	176p	本体予価1,400円 ISBN 978-4-262-13053-8		様
通信欄				池田書店担当者

ご注文は池田書店営業部まで、 FAX : 03-3235-6672 TEL : 03-3267-6821

井山裕太の碁 AI時代の新しい定石

井山裕太の実戦譜から、AI時代の定石・布石を“とにかく丁寧に”解説

【内容】

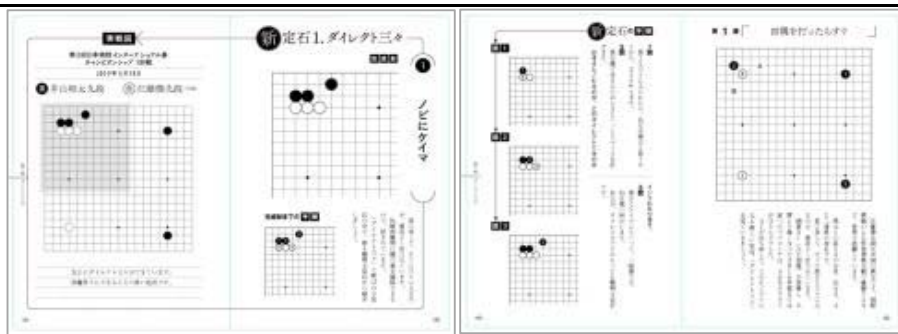
2016年囲碁AI「アルファ碁」が韓国の第一人者であるイ・セドル九段に勝利してから、4年。囲碁AIの生み出した戦術は、囲碁の打ち方を大きく変えました。今、その変化の波は、「プロだけでなく、アマチュアにまで」広がっています。でも、囲碁AIの戦術をやさしく解説した本はありません。本書では、池田書店「やさしい囲碁トレーニング」シリーズの布石の基本、定石の基本を読むような読者層に向けて、新しい定石の考え方を丁寧に解説します。

- ・「AI戦術やってみたい！でも、こわい…」そんな、アマチュアの気持ちに応えた本
- ・「どうしてAI定石が優れているの？」古い定石と新しい定石を比較！
- ・井山裕太の棋譜をもとに、新しい定石を徹底図解！プロの対局を「これでもか！」というくらいやさしく解説。
- ・解説と練習問題で着実にステップアップ

【構成】

新しい定石と、今までの定石について

- 1 新しい星の定石
- 2 新しい小目の定石
- 3 その他の定石
- 4 新しい布石の考え方



【監修】井山 裕太 (イヤマユウタ)

大阪府東大阪市出身。石井邦生九段門下。2002年入段。09年名人獲得により九段昇段。13年史上初の六冠同時制覇。16年史上初の七冠同時制覇。17年現公式戦全優勝。名人奪還で2度目の七冠。獲得タイトル数52。16年内閣総理大臣顕彰受賞。18年国民栄誉賞受賞。

【著者】内藤 由起子 (ナイトウユキコ)

囲碁観戦記者・ライター。囲碁教室講師。神奈川県平塚市出身。お茶の水女子大学大学院修士課程修了。囲碁部OG。朝日新聞「囲碁名人戦」観戦記担当。読者に寄り添った丁寧な解説は、初心者から中上級者まで幅広く好評を博す。

池田書店	8月 初旬	発売予定	番 線 印	注文数
井山裕太の碁 AI時代の新しい定石				冊 書店ご担当者様
四六判	240p	本体予価1,200円 ISBN 978-4-262-10487-4		様 池田書店担当者
通信欄				

ご注文は池田書店営業部まで、FAX：03-3235-6672 TEL：03-3267-6821

これってホルモンのしわざだったのね 女性ホルモンと上手に付き合う方法

- ダイナミックなホルモンの波を乗り越えます！
- イライラ、落ち込みなどの心のゆらぎ 冷え、肩こり、頭痛などの体のゆらぎ
- 月経前症候群、更年期障害など婦人科系の悩み 心と体をほどく、かんたん処方箋

【特徴】

なんだか何も上手くいく気がしない
いつもならスルーできる上司の一言が許せない
雨の日でもないのに頭痛がひどい
いきなり肌荒れ！よく寝ているのに
なんて、いつもと違う「私」に遭遇したことはありませんか？

そういった感情の浮き沈みや体の不調、変化に直面すると「わたしてって普通じゃないのかな？」「どこか変なのかな？」と不安に思ったりします。でも、それらは全部「ホルモン」のせいだったとしたら？

女性は毎日、ダイナミックなホルモンの波のうえで生活をしています。
その波を乗り越えながら生活していく方法、
ゆらぎに振り回されない方法を婦人科医師が解説。
知っておくだけでほっと安心できる、必要な知識をつめ込みました。

【構成】

- 1章 女性の不調はすべてホルモンのしわざだった
ホルモンの分泌は実は「脳」から!/?女性の一生とホルモンの関係
- 2章 心身のゆらぎと、その整え方
【心のゆらぎ】やる気が起きない / イライラする / 人肌恋しい など
【体のゆらぎ】疲れやすい / 頭痛 / 冷え / 肌荒れ など
- 3章 婦人科系にまつわる悩み
月経前症候群 / 月経痛 / 頻尿・尿漏れ / 産後トラブル / 更年期障害 など
- 4章 知っておきたい女性の病気
性感染症 / 子宮筋腫 / 乳がん / 卵巣がん など



【著者】松村 圭子 (マツムラ ケイコ)

婦人科医。成城松村クリニック院長。広島大学医学部卒業。広島大学附属病院などの勤務を経て、現職。若い世代の月経トラブルから更年期障害まで、女性の一生をサポートする診療を心がけ、アンチエイジングにも精通している。西洋医学のほか、漢方薬やサプリメント、各種点滴療法なども積極的に治療に取り入れる。女性の体と心をサポートする生理日管理アプリ「ルナルナ」の顧問医。著書に『10年後もきれいでいるための美人ホルモン講座』（長岡書店）などがある。

池田書店	8月 初旬	発売予定	番 線 印	注文数
これってホルモンのしわざだったのね 女性ホルモンと上手に付き合う方法				冊
				書店ご担当者様
四六判 2C224P 本体予価1,300円 ISBN 978-4-262-16586-8				様
通信欄				池田書店担当者

ご注文は池田書店営業部まで、 FAX : 03-3235-6672 TEL : 03-3267-6821