

学校生協の

9月号

本やさん+ ぷらす

雑貨も充実!

チラシNO.908

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

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「学校生協の本やさん」で!

本と出会えるネット書店です。

割引販売している場合もあります

ご所属の学校生協のHPをご確認ください。

※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。

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

筋肉と体の仕組みを知れば、体の不調は解消!

こり・痛み・たるみ・ダイエット...原因筋がマルッと解決!

再生ナビ

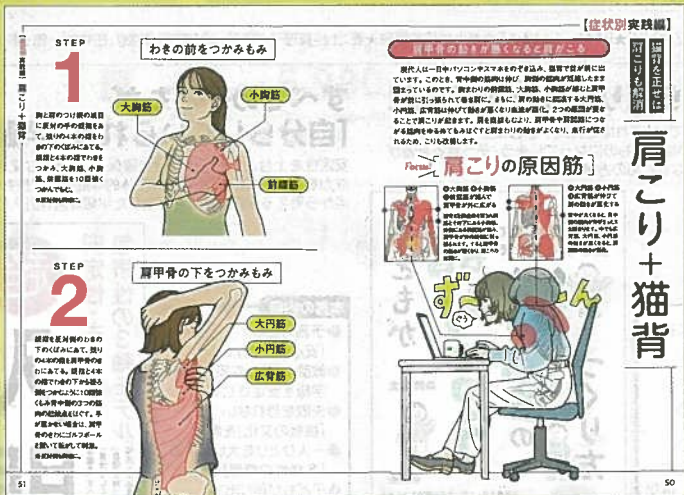
筋肉

小野晴康

「筋トレ小嶋陽菜さん絶賛! 鍛えるのと同じくらい 筋肉と筋膜を緩めることが 大事と実感!」

Gakken

「本当に効く筋肉セルフケア」を教えます



③01 肩こり・痛み・たるみ・ダイエット...原因筋がマルッと解決!

筋肉再生ナビ (Gakken)

申込番号 301 本体 1,305円(税込1,435円)

★定価税込1,595円★P128★A5判★一般★著・小野晴康★初版'26年3月

定価の 10% OFF

組合員の皆様へ

「もんでもぶり返す肩こりをなんとかして」というライター、
「ひざ痛で思うようにプレーできない」というプロサッカー選手、
「撮影のためにくびれをつくりたい」というモデル...私はそんな
皆さんの悩みを「筋肉のケア」で解決してきました。
実は、肩こりは肩の筋肉をもむのではなく、こりの原因になっ
ている別の場所の筋肉をうまく刺激すると非常に改善します。
それはどんな症状でも同じです。本書では不調や体形の悩みを
引き起こしている「原因筋」はどこか、そして自分でできる刺激
の仕方(もむ、押す、流す)方法をイラストで紹介しています。

著者 小野晴康

アンチエイジングサロン「ソリデンテ南青山」代表
理学療法士、柔道整復師、競技装具士、調理師の資格を持つ。
リハビリ医療の実績を積んだ後、リハビリテーションの教育に
従事し、理学療法の理論と技術を駆使した独自のマッサージ
法「ミオドレナージ」(通称ミオドリ)を考案し、「アンチエイ
ジングサロンソリデンテ南青山」を設立。タレントやプロアス
リートなど数多くの人のボディメンテナンスを担当。その独自
の施術法が話題となりメディアでも度々取り上げられている。
著書は累計100万部を超える。



本書の内容

●四十肩・五十肩 ●股関節痛 ●ひざ痛 ●下腿ぼこり
●首こり ●坐骨神経痛 ●足のむくみ ●ほか

人生で大切なことを教えてください

100万部突破のベストセラーが完全リニューアル。68枚の猫たちの写真と心に響く言葉の数々。
裏ページにはその大切な言葉をより深く理解するために偉人のエピソードを紹介します。



③02 新人生はニャンとかなる!

明日に幸福をまねく68の方法 (文芸社)

申込番号 302 本体 1,567円(税込1,723円)

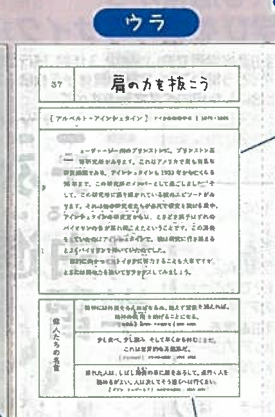
★定価税込1,815円★P160★四六判★一般★著・氷野敬也、長沼直樹★初版'25年12月

※本書は2013年10月同社刊「人生はニャンとかなる〜明日に幸福を招く68の方法」に加筆修正をおこない、本文写真をすべて差し替えた新装版になります。



肩の力を抜こう

定価の 5% OFF



猫が 教えてくれる 「大切なこと」

関連の その他の 偉人たちの名言

かわい
パワーアップ

偉人 エピソード

読者の声

猫の可愛さと鋭い一言のギャップが最高です。
特に気に入ったページを切り取ってデスクに
貼っています。仕事で行き詰まった時、ふと目を
やると偉人の格言が背中を押してくれ、心が
すっと軽くなります。(30代 男性)

こんなデザイン欲しかった! 二次元コードで即ダウンロード!

Canvaでなかなかいいデザインが見つからない...そんな先生に。
子どもたちが喜びかわいデザインの見学、プリント、カードなどがすぐに出来上がり。
SNSで大人気の蘭先生によるかわいテンプレートをつらり収録。色も文字も自由に編集可能。



【著者】(蘭先生こと)金子真弓

小学校教諭。教室で役立つアイテムのほか、
授業で使えるちょっとしたアイデア、学級
経営で大切にしている考えなどを発信し、
Instagramフォロー 3.5万人超え。



作品例

収録内容
担任自己紹介プレゼンテーション/自主勉BINGO/「今日はこんな
日だったよ」お休み連絡カード/花束風 寄せ書き台紙/説明のヒント
をキャラクター化!算数モンスター/本物そっくり九九免許証 ほか

③03 すぐ使える!&華やか

Canvaでかわいい教室アイテム (学陽書房)

申込番号 303 本体 1,800円(税込1,980円)

★定価税込2,200円★P112★A5判★小学校教職員★著・金子真弓★初版'26年2月
※本書の情報は2026年1月20日時点のものです。

定価の 10% OFF



③04 単1乾電池 4本

申込番号 304 本体 548円(税込602円)



③06 単3乾電池 20本

申込番号 306 本体 648円(税込712円)



③05 単2乾電池 4本

申込番号 305 本体 437円(税込480円)



③07 単4乾電池 20本

申込番号 307 本体 648円(税込712円)

(※)〜(※)共通)★生産国:中国 ※パッケージが変わることがあります。

10年 保存可能
災害時対策に向けて

ドリルや教科書の
持ち運びに
持ち手付きで教室間の
移動もラクラク

裏側に
大きめの
ポケット付き

パープル

ブルー

ベージュ

③08 持ち運びできる
収納ボックスバッグ 3色組

申込番号 308 本体 2,280円(税込2,508円)

★内容:3色組(パープル・ブルー・ベージュ)★サイズ:使用時:約幅33×マチ9×高さ25cm。
折りたたみ時:約幅33×高さ25.5×厚1.5cm★重量:1個約220g★材質:ポリプロピ
レン(不織布)・紙★生産国:中国 ※折りたたみ式ですので底板を入れてご使用ください。



A4サイズが
そのまま運べて
そのまま収納

授業によって
使い分けも!

表側にメッシュ
ポケット付き

※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。

共同購入ご利用 アンケート

※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く場合がございます。



学校生活協同組合

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ご個人情報は、以下の目的のために利用いたします。それ以外での利用いたしません。
(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

2026-チラシNO.908

いつもの言葉をちょっと変えるだけ！
子どもの反応が変わる 学びが深まるフレーズ満載

授業場面や教材ごとのよくある指示や発問のNG/OK例を紹介。SNSで大人気の著者、研究と実践を積み重ねた著書が贈る、子どもたちがもっと楽しく、もっと夢になれる授業をつくるための指導の工夫が詰まった1冊！各巻55〜60場面を厳選。



いつもの授業がもっとうまい授業の言い換えノート (明治図書)

新刊

巻名	本体	税込	申込番号
③⑩ 国語	1,805円	1,985円	309
③⑪ 算数	1,900円	2,090円	310
③⑫ 理科	1,805円	1,985円	311
③⑬ 社会科	1,805円	1,985円	312
③⑭ 体育	1,805円	1,985円	313

★定価税込各2,090円(税のみ2,200円)★P141〜144★A5判★小学校教職員★著：上地真理子(国語)、渡邊駿嗣(算数)、田中翔一郎(理科)、佐野陽平(社会科)、中原修平(体育)★初版26年5月〜26年6月

ちょっと変えるだけでうまい！

日常場面よくあるさまざまな言葉かけのNGに、複数のOK例を紹介。子どもに届く言葉を考え抜いた著者による、学校全員の心にかかる火の玉を灯す言い換え60例を紹介。

子どもが自ら語り出す仕掛け満載

「語り合えないクラス」では、どれほど発問や板書に工夫を凝らしても、学習の深まり度合いは浅いものになってしまう。そう語る著者が「語り合えるクラス」になるための方策を紹介。

すべての子どもが「自分らしくいられる」学級を

安定性を土台として心の安全を確保し、包摂的な文化を通じて多様な力を受け入れ、子どもたちの主体的な挑戦と成長を促す。3軸の視点から考える学級づくりを解説した学級経営「超」入門。

学級経営とは何か？
解像度を上げる5つの視点

重要でありながらも曖昧な「学級経営」を「目的・機能・領域・哲学・技術」という5つの視点から解像度を高める。「学級経営とは何か」に向き合った理論と「学級を少し楽しくする」を目指した実践編。

新刊

国語授業の言い換えノート

●「けんかが起きたとき」「どっちが先にやったの?」「2人はどうしたいの?」
●うまく発表できなかったとき「意見をまとまってから発表しよう」
→「○○さんの説明を聞きたい人?」 (ほか)

申込番号 **314**

子どもが語り合う教室の作り方

●心理的安全性でつくる話しやすい教室
●「脱正解主義」から始めよう
●質問が対話を育てる
●対話を育てるミニゲーム
●教師の発問が子どもの「問う力」を育てる (ほか)

申込番号 **315**

学級経営「超」入門

●予測可能な「安心の土台」づくり
●教師の「静かな安定」が学級を安定させる
●失敗を恐れずに「挑戦の文化」を創る
●一人ひとりを大切に「多様性の尊重」
●子どもが創り出す「居場所」と「つながり」 (ほか)

申込番号 **316**

学級経営「超」解説

●学級経営を理解する5つの窓
●学級経営における集団づくり
●生活集団としての学級
●学習集団としての学級 (ほか)

申込番号 **317**

③⑭ 国語授業の言い換えノート (明治図書)

本体 **1,767円** (税込 **1,943円**)

★定価税込2,046円★P141★A5判★小学校教職員★著：山崎克洋★初版26年5月

③⑮ 子どもが語り合う教室の作り方 (明治図書)

本体 **1,957円** (税込 **2,152円**)

★定価税込2,266円★P192★四六判★小学校教職員★著：森岡健太★初版26年2月

③⑯ 学級経営「超」入門 (明治図書)

安定性・主体性・包摂性の3軸モデル

本体 **2,375円** (税込 **2,612円**)

★定価税込2,750円★P239★A5判★小・中・高校教職員★著：赤坂真二★初版26年3月

③⑰ 学級経営「超」解説 (明治図書)

学級担任のための5つの窓

本体 **2,147円** (税込 **2,361円**)

★定価税込2,486円★P201★A5判★小・中・高校教職員★著：赤坂真二／著：高橋宇★初版26年3月

365日の言葉かけとフィードバックで子どもが伸びる

子どもが伸びる秘訣は着実な手立てや完璧な授業構成ではなく、教師の日々の言葉かけ、フィードバックにこそある。フィードバックの種類や効果を徹底解説し、学力向上や集団づくりに役立つ具体的な取り組みを紹介。

「一斉授業か自由進度学習か」から脱却しよう

子どもたちに「わかる知識」を担保しつつ、自由進度学習と一斉授業を「同じ仕組み」で動かす授業システムについて、6つのステップで解説。授業形態を自由にスイッチできる授業づくりの秘訣が満載。

やらされる勉強から自分で学びを進めるサイクルへ

「けテふれ」×自由進度学習で求めた3年間、試行錯誤の全記録。なぜ、どうやって、どう関わるか。実践の具体から教師の在り方まで、「けテふれ」を土台にした自由進度学習のすべて。

国語と算数の基礎がクラス全員に身につく手引き

ひらがなが読めない子や簡単な足し算ができない子がクラスに複数いたとき、どう授業を成立させればよい? そのようなクラスで学力を底上げしてきた著者が「できるようにするための手立て」を具体的に解説。

子どもの育ちは、教師の言葉で決まる

●効果的な指導力をもつ教師の正体
●フィードバックで教育効果の最大化
●クラスを育む教師のフィードバック年間戦略 (ほか)

申込番号 **318**

自由進度学習のやり方×一斉授業のやり方

●自由進度学習と一斉授業に共通の「仕組み」とは?
●自由進度学習の3つの問題点
●自由進度学習の進度表と学びの手引き (ほか)

申込番号 **319**

「けテふれ」からはじめる自由進度学習

●自由進度学習の授業デザイン
●教師の在り方と関わり方のデザイン
●中学1年〜自分で学ぶ土台をつくる10のアプローチ
●中学2年〜自由進度を導く10のアプローチ
●中学3年〜学びの質と自律を高める10のアプローチ (ほか)

申込番号 **320**

学力が不安なクラスの担任になったら読む本

●子どもの実態を知る
●国語でつづけるべき基礎学力と指導のポイント
●算数でつづけるべき基礎学力と指導のポイント (ほか)

申込番号 **321**

③⑱ 子どもの育ちは、教師の言葉で決まる (明治図書)

本体 **1,900円** (税込 **2,090円**)

★定価税込2,200円★P160★A5判★小・中・高校教職員★著：赤坂真二、水崎卓哉★初版26年2月

③⑲ 自由進度学習のやり方×一斉授業のやり方 (明治図書)

本体 **1,900円** (税込 **2,090円**)

★定価税込2,200円★P147★A5判★小・中・高校教職員★著：樋口万太郎★初版26年3月

③⑳ 「けテふれ」からはじめる自由進度学習 (明治図書)

本体 **1,900円** (税込 **2,090円**)

★定価税込2,200円★P175★A5判★小・中・高校教職員★監修：葛原祥太／著：新井雅人★初版26年3月

③㉑ 学力が不安なクラスの担任になったら読む本 (明治図書)

本体 **1,957円** (税込 **2,152円**)

★定価税込2,266円★P167★A5判★小学校教職員★著：黒川孝明★初版26年4月

意欲と行動を引き出す教師の関わり方

子どもに考えさせたいのに、つい口出し。失敗しないよう教え込み。やっとながちな一方的な指導は、コーチングで子どもの主体性を引き出す関わり方に転換できます。スキルから場面別実践例まで解説。

基礎基本から授業事例までスッキリわかる！

特別支援学校・学級の「生活単元学習」。経験から学ぶことが得意な子どもたちのための大切な学習です。何をどう指導したらよい? 基礎基本から授業のつくり方、事例までわかりやすく解説。

複雑な教育情勢がパッと見える&サッとわかる！

教育界の重要テーマの中から51のキーワードを厳選し、やさしい解説と全体像や時系列の流れ、重要なポイントがひと目でわかる「図解」でまとめた。最新の教育行政資料につながる二次元コードも掲載。

子どもが伸びるコーチング

●意欲と行動を引き出す教師の関わり方
●今日からできる「令和の子どもと伴走術」
●教室のあんな場面の「一方的指導」が変わる (ほか)

申込番号 **322**

はじめての「生活単元学習」授業づくりの手引

●流れがわかる「生活単元学習」の授業のつくり方
●「生活単元学習」と各教科等との関連づけ
●「生活単元学習」の授業事例 (ほか)

申込番号 **323**

図解 最新教育ワード2026-2027

●管理職選考対策、教員採用選考対策、校内研修にも!
●教育界の重要テーマを1枚ビジュアルで即理解!

申込番号 **324**

③㉒ コーチングが子どもを伸ばす (明治図書)

本体 **1,672円** (税込 **1,839円**)

★定価税込1,936円★P192★四六判★小学校教職員★著：秋山貴俊★初版26年4月

③㉓ はじめての「生活単元学習」授業づくりの手引 (明治図書)

本体 **1,710円** (税込 **1,881円**)

★定価税込1,980円★P128★A5判★小・中・高校教職員★著：恒成尚江★初版26年2月

③㉔ 図解 最新教育ワード2026-2027 (明治図書)

本体 **1,957円** (税込 **2,152円**)

★定価税込2,266円★P120★A5判★小・中・高校教職員★編：教育の未来を研究する会★初版26年6月

特別支援教育

家族のために、自分をがまんしてきた
「きょうだい児」の人生を描いた
コミックエッセイ

結婚、出産、友達づきあい、
休日の過ごし方...みんな
が当たり前に行っている「普通」
がうらやましかった。知的障害
のある妹がいる主人公を描く
コミックエッセイ。きょうだい児
当事者への取材をもとに構成した
セミフィクション作品。

本書の内容
●私には選択肢がない
●妹から離れた
●どうして、私だけ？
●幸せになれない呪い
●成年後見制度
●私のこれから ほか



②⑤ 妹なんか生まれてこなければよかったのに

(飛鳥新社) 本体 1,140円(税込1,254円) 申込番号 325

★定価税込1,320円★P184★A5判★一般★著：うみこ／監修：Sibkotoシブコト障害者のきょうだいのためのサイト★初版 25年8月

発達障害の困りごとを解決する 163のヒント

発達障害(病名)ではなく、60の「症状」に着目して理解するための
本。発達障害やグレーゾーンなどの特性を持った人が直面する苦悩
とそれを乗り越えるための工夫、そして周囲の接し方を徹底解説。



本書の内容
●音に敏感
●人との近い距離が
苦手
●予定の管理が苦手
●曖昧な表現が
わからない ほか

申込番号 326

③⑥ 「発達障害」の解剖図鑑

(誠文堂新光社) 本体 1,440円(税込1,584円)

★定価税込1,760円★P160★A5判★一般★著：三田晃史★初版 26年1月

感情認知・社会認知を鍛える プログラム

基本的な感情の読み取り、状況の読み取り、相手の考えを推測する方
法を解説し、自分の意見を伝える方法を段階的に進められる実践的
トレーニング・プログラム。全12回



ブックレットの
ダウンロードが
できます

③⑦ ASD自閉スペクトラム症の

人のための対人関係 トレーニング・プログラム

(創元社) 本体 3,040円(税込3,344円)

★定価税込3,520円★P160★B5判★一般★著：星江純子、堀越勝★初版 26年2月

からだの本

驚きの連続で
知的な好奇心がぐんぐん育つ！

「しゃっくりの連続最長記録は68年!」思わず
「マジすか!」と言ってしまふ人体にまつわる
知識が満載! 読書が苦手なお子さんも笑いが
ら読め、知的な好奇心を刺激する人体超入門書。



③⑧ めくってオモロい マジすか人体

(Gakken) 本体 1,170円(税込1,287円) 申込番号 328

★定価税込1,430円★P176★四六判★8歳〜★監修：坂井建雄／絵：室木おとし／かるめ★初版 26年3月



「なぜ?」は科学のはじまりです



③⑨ 生きる なーぜ なーぜ

心と体のふしぎえほん

(小学館) 本体 1,710円(税込1,881円)

★定価税込1,980円★P62★AB変型判★6歳〜★文：はせがわこうへい、はやしはなえ／絵：しもまやえ★初版 26年2月

半世紀読み継がれる性教育絵本の 世界的ベストセラー



④⑩ ハンディ版新装版

ぼくどこからきたの?

(河出書房新社) 本体 1,620円(税込1,782円)

★定価税込1,980円★P48★AB変型判★4歳〜★著：ピーター・メル／訳：谷川俊太郎★初版 26年4月

こころ

関西弁の神様が教える成功習慣
累計560万部突破の名著が子ども版に!

関西弁の神様がガネーシャ、夢をかなえる方法をユーモアたっ
ぱりに伝授。簡単だけど超重要なガネーシャからのミッション(お
題)を日常に取り入れ自己肯定感も高まる「人生の教科書」。



④⑪ 夢をかなえるゾウ 子ども版①

(文響社) 本体 1,425円(税込1,567円) 申込番号 331

★定価税込1,650円★P155★A5判★8歳〜★作：水野敏也／絵：安楽雅志★初版 26年3月

くすのきしげのりさんが伝える 「ずっと大切に守りたいもの」



④⑫ やさしいさんぽつや

(小学館) 本体 1,520円(税込1,672円)

★定価税込1,760円★P32★AB変型判★6歳〜★著：くすのきしげのり／絵：横須賀香★初版 25年11月



④⑬ きみをわすれない

ぼく モグラ キツネ 馬 そして嵐

(飛鳥新社) 本体 2,159円(税込2,374円)

★定価税込2,500円★P128★B5変型判★一般★著：チャーリー・マックジー／訳：川村元氣★初版 25年10月

それぞれの気持ちを考えるお話



④⑭ べそべそむし

(あかね書房) 本体 1,350円(税込1,485円)

★定価税込1,650円★P32★AB判★3歳〜★作：むらたゆり★初版 25年9月

新しく世界が広がる喜びを描きます

休み時間はいつも「うらがわ」にいる。校庭の隅の隅や教室の静かな
カーテンのうら...まわりになじみきれない自身の感性や興味、表
現を大切に主人公と新しい友達との出会いを描きます。



④⑮ うらがわ ともだち

(BL出版) 本体 1,440円(税込1,584円)

★定価税込1,760円★P32★B5変型判★6歳〜★作：河原久美子★初版 25年12月

「すききらい」について考えてみよう



④⑯ すききらい

(アリス館) 本体 1,350円(税込1,485円)

★定価税込1,650円★P32★B5変型判★4歳〜★作：中川ひるたか／絵：かわしまなえ★初版 26年1月

『もうじきたべられるぼく』の はせがわゆうじが贈ります



④⑰ きつと いいこと まってるよ

(東京書店) 本体 1,170円(税込1,287円)

★定価税込1,430円★P28★B5変型判★3歳〜★著：はせがわゆうじ★初版 24年10月

一般書

『ぐりとぐら』(福音館書店)の
画家・山脇百合子さんのエッセイ集

幼い頃のこと、絵を描きはじめて頃、そして子育てと絵本作りに励んだ頃のこと…。絵が生まれる背景にあった暮らしや思いを、山脇百合子さん自身の言葉で丁寧に綴ったエッセイ集。存命中の2018年にまとめられた、挿絵もたっぷりの貴重なメッセージに満ちた1冊。

- 本書の内容
- お話の好きな女の子が絵を描いたなら…
 - 父と母のこと
 - 私が思う、いい絵
 - 画業修行時代
 - こんなお母さんでした
 - 子育てと仕事
 - 子育てを終えて思うこと



338
絵本と子どもと歩いた日々
(のら書店) 本体1,800円(税込1,980円)
★定価税込2,200円★P95★B6変型判★一般★著:山脇百合子/編:のら書店編集部
★初版 26年3月

自分の心と対話する49のことば



339
はかれぬものをはかる
(青幻舎) 本体1,800円(税込1,980円)
★定価税込2,200円★P58★B5変型判★一般★著:工藤あゆみ★初版 18年5月

NHK「100分de名著」講師が贈る
解説本



340
「100万回生きたねこのナゾを解く」
(筑摩書房) 本体1,440円(税込1,584円)
★定価税込1,760円★P151★四六変型判★一般★著:宮崎哲弥★初版 26年2月

古代から受け継がれてきた
77の花の物語



341
物語のある花図鑑
(エクスナレッジ) 本体1,980円(税込2,178円)
★定価税込2,420円★P208★A5変型判★一般★著:杉原梨江子/絵:板垣夏樹★初版 25年12月

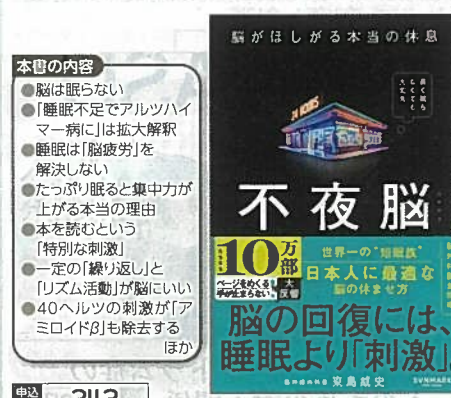
ショートストーリーで解説する
新しい美術の教科書



342
西洋美術をめぐる小さな物語
(バイインターナショナル) 本体2,045円(税込2,249円)
★定価税込2,500円★P224★A5判★一般★著:スージョー・ホッジ/訳:野村真依子★初版 26年2月

「寝ないと脳に悪い」はウソ!?

脳の老化に対抗するために重要なのは「睡眠」ではなく、脳にとって本当の休息である「適切な刺激」。ではその「適切な刺激」とは? 脳神経外科医による「脳の休息」にまつわる最新知見。



343
不夜脳 脳がほしが本当の休息
(サンマーク出版) 本体1,350円(税込1,485円)
★定価税込1,650円★P240★B6変型判★一般★著:東島威史★初版 25年9月

A I時代に必要な知識を1冊に!

生成AIが文章を作成できる仕組みなど基礎知識から、効果的なプロンプトの具体例まで、豊富なイラスト図解とともにわかりやすく解説。これからの生成AI時代を知っておくべきポイントも解説。



344
ChatGPT & Copilotの教科書
改訂第2版
(SBクリエイティブ) 本体1,710円(税込1,881円)
★定価税込2,090円★P208★A5判★一般★著:中島大介★初版 26年4月

適切なセルフケアで
ラクラク改善!



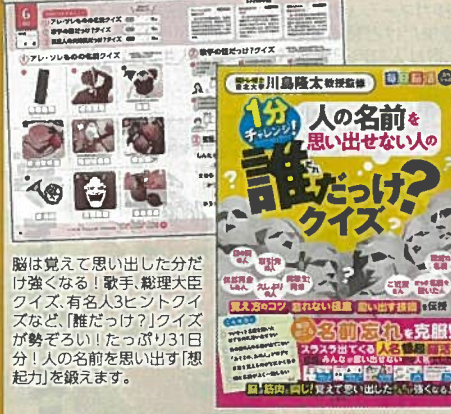
345
腰痛を自分で治す体操と食事
(Gakken) 本体1,440円(税込1,584円)
★定価税込1,760円★P144★A5判★一般★監修:酒井慎太郎★初版 26年4月

健康

脊椎管狭窄症、椎間板ヘルニア、坐骨神経痛…つらい痛みやしびれを予防・改善するストレッチや生活習慣、効果的な栄養・食事などの特効ルールと、腰痛に効く料理レシピを紹介。カリスマ治療家・酒井慎太郎先生による腰痛対策の決定版。

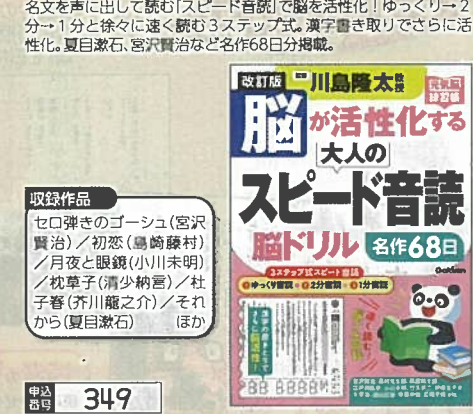


脳の「思い出す力」を
呼び覚ます!



348
人の名前を思い出せない人の誰だっけ? クイズ
(文響社) 本体1,377円(税込1,514円)
★定価税込1,595円★P72★A4判★一般★監修:川島隆太★初版 25年11月

脳がみるみる若返る!
大人が楽しめる名作満載



349
改訂版 脳が活性化する大人のスピード音読脳ドリル
(Gakken) 本体1,035円(税込1,138円)
★定価税込1,265円★P152★B5判★一般★監修:川島隆太★初版 25年11月

「若い頃と同じ運動」はキケンです!



346
60代がやってはいけない運動図鑑
(三オックス) 本体1,530円(税込1,683円)
★定価税込1,870円★P192★四六判★一般★著:石部伸之★初版 26年1月

日常に無理なく取り入れられる
薬膳レシピ満載



347
毎日おいしい漢方薬膳大全
(文響社) 本体1,501円(税込1,651円)
★定価税込1,738円★P128★A5判★一般★監修:河尻寛宏★初版 26年2月

繰り返し解くことで
自然とマスターできます



350
みるみる身につく健康マージャンドリル
(三オックス) 本体1,350円(税込1,485円)
★定価税込1,650円★P208★A5判★一般★監修:日本健康麻協協会★初版 25年9月

知っておきたい「基本」&
やっておきたい「手続き」



351
図解 いちばん親切な定年前後のお金の本
(ナツメ社) 本体1,440円(税込1,584円)
★定価税込1,760円★P192★B5判★一般★監修:清水典子・伊藤雅子★初版 26年4月

ことば

小学生の語彙力と教養をぐんぐんのばす！

普遍、コンプライアンス、バイアス…世の中を説明したり理解するために、小学生から知っておきたいキーワードを集め、わかりやすく解説。キーワードに関する豆知識やコラムで教養も身につきます。



本書で紹介するワード
●多様性
●フェイク
●因果関係
●パラダイム
●ダブルスタンダード
●リテラシー ほか

小学生から知っておきたい よのなかキーワード70

(筑摩書房) 本体1,440円(税込1,584円) 申込番号 352

★定価税込1,760円★P176★A5判★8歳～★著:齋藤孝★初版26年2月

文章を組み立てる力は 学力アップの原動力



こども文章教室 作文・感想文・ レポートが上手に書けるようになる本 (カンゼン)

本体1,350円(税込1,485円)

★定価税込1,650円★P128★A5判★10歳～★監修:茂木秀昭/著:パウンド★初版25年10月

子ども学習

理由がわかると、歴史はこんなに面白い！

思わず人に話したくなる歴史の「なぜ?」が満載！クイズ形式ですらすら読め、豊富なビジュアルとわかりやすい説明で一気理解が深まります。スキマ時間に歴史の教養を身につけたい大人、歴史を楽しく学びたい中高生にもおすすめ。

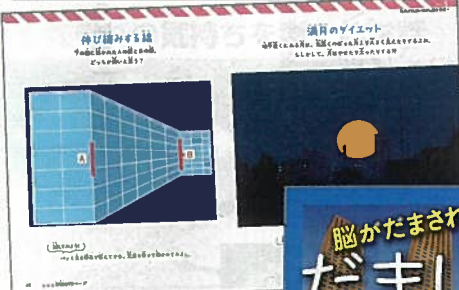


わけがわかるシリーズ (Gakken)

商品名	申込番号
日本史	358
世界史	359

本体各1,350円(税込各1,485円)

★定価税込各1,650円★P各207★四六判★一般★著:本保黎良、社会専科★初版25年12月



だまし絵で “脳の不思議”を 体感！

見たものが実際とは違って見える「だまし絵」、じつはそれは脳の働きのおかげ。それぞれのだまし絵のしくみについての解説ページを読みながら、脳の不思議な機能を実感できます。

申込番号 360

脳がだまされる!? だまし絵の科学

(誠文堂新光社) 本体2,250円(税込2,475円)

★定価税込2,750円★P80★B5変型判★6歳～★著:竹内 龍人★初版25年12月

すぐできて盛り上がる クイック手品BEST29



身近な材料を使って5～30秒でできるから、休み時間や自己紹介、スキマ時間のアイスブレイクにもぴったり。自然と会話が生まれ、友だちづくりのきっかけやみんなでおもしろい時間に役立ちます。

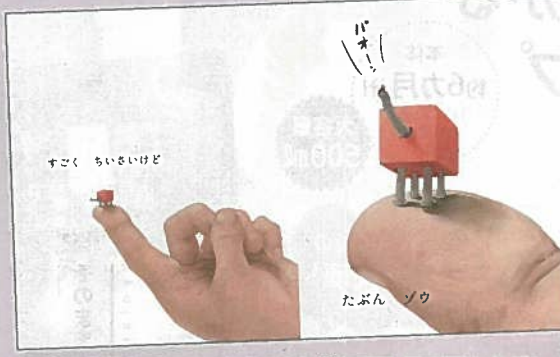
演技動画の
二次元コード付き

秒速！コミュニケーションマジック

(いかだ社) 本体1,350円(税込1,485円) 申込番号 361

★定価税込1,650円★P64★A5判★6歳～★著:藤原邦彦★初版26年3月

ユーモア絵本



四角い物体からにゅっと出てきた鼻と手足。見る限り、たぶんゾウ…。パオーンと鳴いているから、たぶんゾウ…。とにかく自由すぎる作家「たなかひかる」ワールド！

たぶん ゾウ (大泉書店)

本体1,260円(税込1,386円) 申込番号 355

★定価税込1,540円★P32★B5変型判★3歳～★著:たなかひかる★初版24年4月

子どもも大人も没入！ たなかひかるの 「謎いきもの絵本」

たぶん ゾウ

たなかひかる



これはゾウ…なのか？

絵本賞作家「たなかひかる」の
ふしぎかわいい絵本

子ども爆笑！ゆかいな掛け合いが 楽しめる参加型絵本



これから何を聞かれても「ゴリラのはなくそ」って言うんだよ！繰り出す質問に元気でよく答えよう。爆笑必至の、子どもたちとのコミュニケーション絵本。

ゴリラのはなくそ 申込番号 356

(あすなろ書房) 本体1,350円(税込1,485円)

★定価税込1,650円★P32★A4変型判★3歳～★文:たなかなおと/絵:ほりかわりこ★初版26年2月

人気作家キューライスの “やみつき絵本”！



森の奥にある、ウサギのおやっさんのカレー屋さん。おやっさんはお客さんをよるこばせようと、どんだんだんだカレーをかくしてしまっただけで…。個性豊かなお客さんたちの反応は？

ウサギのおやっさんの カレー屋さん 申込番号 357

(マダガスカル) 本体1,330円(税込1,463円)

★定価税込1,540円★P34★B5判★3歳～★著:キューライス★初版25年6月

累計30万部
突破の
人気シリーズ！

わけがわかる 世界史



理由がわかると、歴史はこんなに面白い！
Q.なぜ保守的な考えを「右派」、革新的な考えを「左派」と呼ぶようになったの？
Q.なぜ「リベラリズム」問題が起きたの？
Q.ヒエログリフが解読できたのはなぜ？
Q.アメリカの二大政党が民主党和共和党なのはなぜ？ ほか

世界でたった1冊の贈りもの

主人公にお子様の
お名前が入ります！

自分の名前が物語の主人公として登場するオーダーメイド絵本。5種類の物語の中からお選び下さい。

「はるとくん、ほくは
ティ・ベアなんだ」
(ひらがな/カタカナ
8文字以内)

Merry Christmas
クリスマスは
早めの準備を！



ギフト封筒で
お届けします

ご購入者様の声！
「ティ・ベアからのクリスマスプレゼント」が届き、保育園から帰ってきた孫に見せると「わ、ちいちゃんか！かわいいねえ」と大喜び。毎晩眠る前に読んでとせがまれています。(60代)

5種類の絵本から選べます！
贈り主のお名前も入ります！

①クリスマスはおいそがし
②サンタクロースに会いにいこう！
③ティ・ベアからのクリスマスプレゼント
④サンタさんからの3つのクイズ
⑤クリスマスプレゼントがきえちゃった？

※この商品についてのお問い合わせは
0120-11-8723 はなぶき絵本工房 コスモ出版
月～金10:00～12:00
13:00～18:00(祝日除く)

〈ご注文から配達まで〉
①申込用紙に申込番号を記入の上、ご提出ください。
②お仕立て券が共同購入配達時に届きます。
③5種類の絵本の中から1つをお選びいただき、お仕立て券の記入項目をのりなくご記入の上、11/25までに投函してください。
④絵本の発送は12月初旬からクリスマスまでに順次行きます(メーカー直送)。お届けは日本国内のみとなります。

パーソナルブック®
クリスマス絵本 お仕立て券 (はなぶき絵本工房 コスモ出版)

本体3,690円(税込4,059円) 申込番号 362

★P24★A4変型判★3歳～★文:如月みいほ/絵:北森紀子ほか

●本券を紛失または滅失された場合、再発行はいたしかねますので、投函されるまで大切に保管してください。またお客様控えは商品到着まで保管ください。

●投函期限間際は混み合いますので、申込書お届け後すぐにご投函をお願いします。

メイクもスルッと落として しっとり洗い上がる 泡洗顔ソープ

洗いながら
潤いをキープ

本体
約6カ月分
1回2プッシュ
朝晩使用の
場合

大容量
500ml

メイクも落とせるから
ダブル洗顔
いらす

泡立って不要の
簡単洗顔!

3種のヒアルロン酸^{※1}を
贅沢に配合した保湿ケアタイプ

無香料・無着色の
優しい使用感

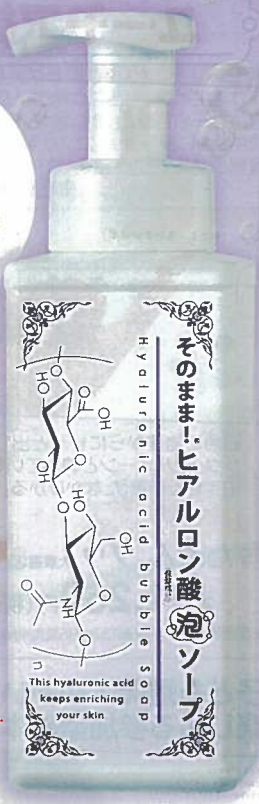
通常価
1,880円のところ

そのまま!
ヒアルロン酸泡ソープ

363

★内容量:500ml
★生産国:日本

本体
1,580円
(税込1,738円)



※1.ヒアルロン酸Na、ヒアルロン酸ヒドロキシプロピルトリモニウム、加水分解ヒアルロン酸(全て保湿成分) ※油分の多い化粧品は落ちにくい場合があります。

気になる部分にピンポイントで塗れる! だんだん染まる!!白髪隠し

生え際やこめかみの気になる白髪にさっとひと塗り。
白髪を徐々に染め、自然な髪色に近づきます。

携帯に便利

※ブリーチした人毛での使用例(白髪100%)

ナチュラルブラウン
3回目
自然になじむ
上品なブラウン

ソフトブラック
3回目
やさしい
ナチュラルな髪色

植物系オイル
配合だから
髪にやさしく
ツヤを与えます

艶髪クイックマスカラ

通常価
各1,600円のところ

番号	色	申込番号
364	ナチュラルブラウン	364
365	ソフトブラック	365

〈364〉〈365〉共通
★内容量:各15g★生産国:日本

本体
1,380円
(税込各1,518円)

男女
兼用

マスカラ
タイプ



塗り重ねで濃淡の調節可能な ヘアファンデ

塗り重ねで
濃淡が
調節できる!

1回塗り
2回塗り
3回塗り
淡 → 濃

ふわっと
自然な仕上がり!



椿油とシルク配合
頭皮・髪用
カバーファンデーション

番号	色	申込番号
366	ダークブラウン	366
367	ソフトブラック	367
368	ブラックブラウン	368

〈366〉〈367〉〈368〉共通★内容量:各14g★生産国:日本
※色付き具合には個人差があります。
※パフを濡らした状態、もしくは乾燥した状態、両方でご使用いただけます。

乾かし不要

シャンプーで落ちる

〈カラーイメージ〉

366 ダーク
ブラウン
367 ソフト
ブラック
368 ブラック
ブラウン

本体 各2,500円
(税込 各2,750円)

メイクを落としても眉は残る! 使い続けるほど地肌が色づく眉ティント

最長7日間*
綺麗な眉 持続

水や汗に強く擦れても消えにくい



EYE BROW SELF TANNING TYPE

すっぴんでも 綺麗な眉毛
(カラーイメージ)

370 ダークブラウン 371 ディープダークブラウン

自然に色づく眉ティント

番号	色	申込番号
370	ダークブラウン	370
371	ディープダークブラウン	371

〈370〉〈371〉共通★内容量:各0.6ml★生産国:日本

太く 細く
筆正面写真 筆側面写真
繊細なラインも自由自在 極細筆タイプ
※眉以外の部分に使用しないでください。
※仕上がりに個人差があります。

本体 各1,480円
(税込 各1,628円)

洗い流さないヘアミルク ドライヤーの熱を利用してケア! しなやかでボリューム感のあるつや髪に

パサつき
ゴワつき
ツヤがない



艶髪ヘアミルク

369

★内容量:100ml★生産国:日本

本体 1,380円
(税込 1,518円)

※使用イメージ
※使用感、仕上がりに個人差があります。
※1. ショートの場合は約3カ月、ロングの場合は約1.5カ月程度ご使用いただけます。(個人差があります)
※2. ユーティリティ・メドウフォーム-6 ラクトン

ほとまりが良く翌朝のお手入れも楽に
約2カ月分^{※1}
(ミディアムヘアの場合)
1回2〜3プッシュ
植物由来の保湿成分配合^{※2}
フローラルの香り

短い 細い 少ない まつ毛を 自然にロング&ボリュームアップ! お悩みまつ毛にオススメ!

上向きまつ毛を
キープ!

まつ毛に
ハリ・コシ
トリートメント成分
11種のアミノ酸系
保湿成分配合!

ダマになりにくい
水や汗に強い
お湯で落とせる



通常価
各1,280円のところ

本体
980円
(税込各1,078円)

〈カラーイメージ〉

373 ピュー
ブラック
374 パーガン
ティブラウン

★内容量:各6g★生産国:日本

1本でシミ・くすみをカバー 若見えツヤ肌!

シミ くすみ



お肌にハリと潤いを
与える保湿成分^{※2}
サポテンエキス
配合

372

★内容量:40g★生産国:日本

本体 4,182円
(税込 4,600円)

※1. メイクアップ効果による
※2. オープンシアストレプトカンサ
エキス(保湿成分)

あなた色の自然なお肌に!

SPF50+
PA++++
時短! 簡単!

私、北斗晶が
一切手抜きせず
プロデュース
しました。

北斗晶さんプロデュース!

目袋のたるみ・くま 隠して引き上げる

リフトアップ^{※1}化粧下地

※1 伸縮性フィルム配合による物理的作用/メイク作用

…… 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
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。

375

★内容量:30g★生産国:日本

本体 1,980円
(税込 2,178円)

肌の赤み・くすみを
自然にカバーする
イエロー
カラー



お問合わせ専用フリーダイヤル 0120-469-360 10:00~16:00(土・日・祝除く) 株式会社シンエイ

上手じゃなくてもいい。楽しむのが正解!

初心者から本格派まで幅広く楽しめる!

イイ音します!

セット内容

- ウクレレ本体
- ウクレレ用ピック2枚
- クロス・ピック2枚
- ウクレレ入門DVD

ケース付き

広い空間に音が広がる場所でも
はつきりと聞き取りやすい!

376 ウクレレ入門セット

申込番号 376 本体8,980円(税込9,878円)

★サイズ:53×16.5×6.5cm(ウクレレ)
★材質:木(マホガニー材、ローズウッド、ナット)★生産国:インドネシア

指で弾くだけの
手軽さが魅力の楽器!

明るい未来への願いを込めて、
ハワイの植物たちをモチーフに
デザインしました。

初心者向き楽譜集付き



セット内容

- カリンバ・収納ケース
- 楽譜・チューニングハンマー
- 取扱説明書・クロス

377 ハワイのカリンバ入門セット

申込番号 377 本体5,980円(税込6,578円)

★サイズ:本体:17.8×13×厚5.3cm★材質:木(マホガニー)、鉄
★生産国:カリンバ=中国、楽譜=日本

はじめてでもすぐに遊べる!

プレイ
人数
4人

対象年齢
7歳
以上

積み位置が
わかる!
ガイド付きマット!

- 数字入り牌・点棒
- マンガでわかる詳しい説明書付き
- 積み配置がわかるガイド付きマット
- 一目でわかるアガリ役表
- かんたん点数計算早見表付き

セット内容

- 麻雀牌1セット・牌ケース1個・マット1枚・役表4枚
- 点棒1セット・起家マーク1個・サイコロ2個・説明書1冊

378 マスター麻雀

申込番号 378 本体3,980円(税込4,378円)

★サイズ:パッケージ=24.2×36.5×厚6.4cm、マット=48×48cm
★材質:ABS、アクリル、フェルト、紙★監修:馬場裕一プロ★生産国:中国

マンガで
分かる
詳しい
説明書付き!

打ち上がるボールをミートさせよう!



使用方法
スタンドを押して
下げるだけ!

ボールを置いて
2~3秒後、
ボールが
飛び上がる!

ボールを
飛ばす高さ
約90cm

対象身長
140cmまで

電池不要

セット内容

- トスマシン・バット・ボール3個

379 目指せホームラン! バッティングトスマシン

申込番号 379 本体1,380円(税込1,518円)

★サイズ:トスマシン=径9×高22cm、バット=径5.5×長58cm(使用時)、長34cm(収納時)
★材質:トスマシン=ABS樹脂、バット=ポリプロピレン、ボール=ポリエチレン★生産国:中国

「すみっコぐらし」のバドミントンセット



380 すみっコぐらし なかよしバドミントン

申込番号 380 本体1,580円(税込1,738円)

★サイズ:ラケット=44×22.5×厚2.5cm★材質:フレーム=鉄、ガット=ナイロン、グリップ=ポリ塩化ビニル、グリップ上部=ポリプロピレン、シャトル=ポリエチレン・EVA、収納袋=ポリ塩化ビニル★生産国:中国

ハンドルを回すと、しゃぼん玉がいっぱい出る!



381 しゃぼんバズーカ

申込番号 381 本体680円(税込748円)

★サイズ:14.5×7×高12.5cm★材質:本体=ポリスチレン、ハンドル=ABS樹脂、ボトル=ポリエチレン、受け皿=ポリプロピレン、しゃぼん液成分=水・界面活性剤・増粘剤★生産国:中国

あなたはどれにする?

ロールふせん

各6柄
全80枚入り

全面的りで使い勝手のよいロールふせん

雑貨デザイナー・絵本作家のShinzi Katoh(シンジ カトウ)さんが
宮沢賢治の作品世界を表現したロールふせん。 ©Shinzi Katoh

宮沢賢治幻燈館



ちょっとしたメモや
一筆添えたい時に
便利でおしゃれ!

Shinzi Katoh
ロールふせん
宮沢賢治幻燈館

本体620円(税込682円)

番	柄	申込番号
382	銀河鉄道の夜2	382
383	よだかの星2	383
384	猫の事務所	384
385	セロ弾きのゴーシュ	385
386	注文の多い料理店	386
387	やまなし	387

(共通)★サイズ:4.5×6cm(1シート)★材質:上質紙、アクリル系粘着剤★生産国:日本★80枚

軽い力でガバツ 見たいページを開いてキープ!



ウカンムリクリップ
(共通)★サイズ:12×4×高7.6cm
★材質:ABS樹脂★生産国:中国

本体580円
(税込638円)

番号	柄	申込番号	番号	柄	申込番号
388	ウォータリークリア	388	390	ダークフォグ	390
389	サイレントホワイト	389	391	ピーチページ	391

カセットテープを忠実に再現したキーホルダー付きメジャー!



カセットテープ
メジャー
本体750円
(税込825円)

番号	柄	申込番号
392	エモーショナルクリア	392
393	ヴィンテージブルー	393
394	サマーバージョン	394
395	トワイライトシティ	395

(共通)★6.8×4.4×厚1.2cm★材質:本体=ABS樹脂・ステンレス、メジャー=ポリ塩化ビニル、金具=亜鉛合金・鉄★生産国:中国

新登場!!

ハンタン

©SACHIKO KIYONO / MIKA KIYONO / KAISEI-SHA

50周年

ハンタン先生のごほうびスタンプ

ハンタン 木製ごほうびスタンプ

色々使える
スタンプセット

大・中・小の3サイズ

NEW



397 ハンタン 木製ごほうびスタンプ
申込番号 397

本体 2,700円
(税込2,970円)

★内容:スタンプ11種、木製収納BOX ★サイズ:印面=3×3cm(3種)、4.5×2cm(2種)、2×1.5cm(6種)、収納BOX=8.6×10.1×2.6cm
★材質:MDF、ウレタン、天然ゴム、PP、紙 ★生産国:日本 ※スタンプ台は付いていません。

ハンタン ほめてのばすコメント付き ごほうびシール

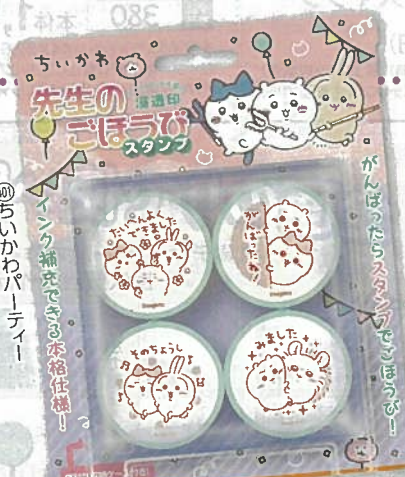
NEW



全570ピース 2種

398 ハンタン ごほうびシール2種×3セット
申込番号 398 本体 1,320円(税込1,452円)

★内容:ごほうびシール=6シート計192枚、ごほうびシールブック=6シート計378枚 ★サイズ(シール1ピース):大=2.15cm、小=1.3cm ★材質:本体=紙、袋=PP ★生産国:日本



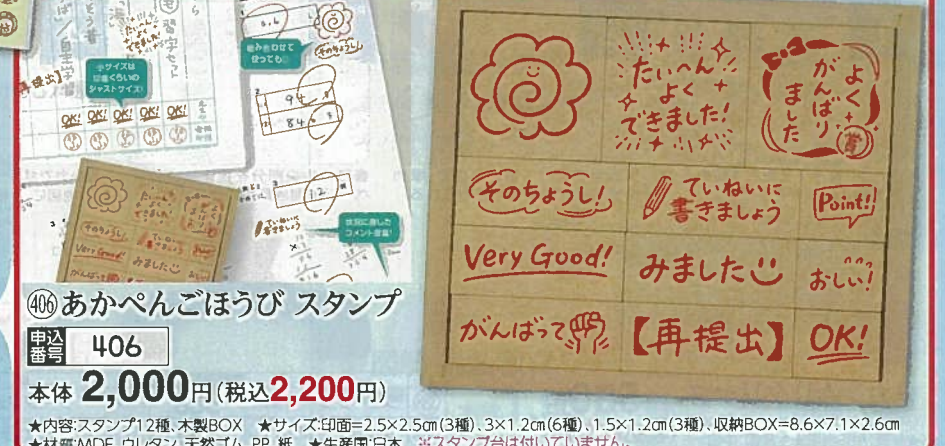
先生の ごほうびスタンプ

先生の ごほうびスタンプ
本体 2,500円(税込2,750円)

番号	柄	申込番号
401	ちいかわパーティー	401
402	クレヨンしんちゃん	402

★内容:スタンプ4種、収納ケース ★サイズ:印面=約3.1cm、収納ケース=8.2×8.35×3.6cm
★材質:ABS、PP、AS、油性顔料(赤)、PE、PET、紙 ★生産国:中国 ※専用インク以外は注入しないでください。

先生たちのメッセージを やさしく伝える手書き文字



406 あかぺんごほうび スタンプ
申込番号 406

本体 2,000円(税込2,200円)

★内容:スタンプ12種、木製BOX ★サイズ:印面=2.5×2.5cm(3種)、3×1.2cm(6種)、1.5×1.2cm(3種)、収納BOX=8.6×7.1×2.6cm
★材質:MDF、ウレタン、天然ゴム、PP、紙 ★生産国:日本 ※スタンプ台は付いていません。



NEW

ポンポン
押せる浸透印



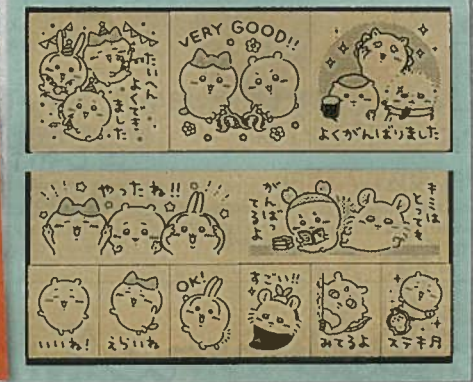
396 ハンタン 先生のごほうびスタンプ
申込番号 396

本体 2,500円(税込2,750円)

★内容:浸透印4種、収納ケース ★サイズ:印面=約3.1cm、収納ケース=8.2×8.35×3.6cm
★材質:ABS、PP、AS、油性顔料(赤)、PE、PET、紙 ★生産国:中国 ※専用インク以外は注入しないでください。

浸透印4種 約径3.1cm

木製ごほうびスタンプ



木製ごほうびスタンプ 本体 2,700円(税込2,970円)

番号	柄	申込番号
399	はなまるおばけ	399
400	ちいかわパーティー	400

★内容:スタンプ11種、木製収納BOX ★サイズ:印面=3×3cm(3種)、4.5×2cm(2種)、2×1.5cm(6種)、収納BOX=8.6×10.1×2.6cm
★材質:MDF、ウレタン、天然ゴム、PP、紙 ★生産国:日本 ※スタンプ台は付いていません。

ごほうびシール



ごほうびシール2種×3セット
本体 1,320円(税込1,452円)

番号	柄	申込番号
403	クレヨンしんちゃん	403
404	ちいかわパーティー	404
405	はなまるおばけ	405

★内容:ごほうびシール=6シート計192枚、ごほうびシールブック=6シート計378枚 ★サイズ(シール1ピース):大=2.15cm、小=1.3cm ★材質:本体=紙、袋=PP ★生産国:日本

©2026 SANRIO CO.,LTD.