

職員オススメ本 4月



「パラソルでパラシュート」
一穂 ミチ／著 講談社

大阪の大手企業の受付で契約社員として働く柳生美雨。受付の契約社員は30歳で退職しなければならず、美雨は29歳になり退職まで残り1年のタイムリミットを迎えていた。29歳の誕生日に行った人気バンドのコンサートで美雨は、コンサートスタッフの矢沢亨と出会う。亨から貰ったチケットのお笑いライブに行った美雨は、亨がお笑いコンビ“安全ピン”で活動する売れないお笑い芸人だと知る。亨とその周りの芸人達との出会いにより美雨の人生は少しずつ変化し始めて…。



「山亭ミアキス」
古内 一絵／著 角川書店

木島美沙は、中堅芸能事務所アイドルユニットのチーフマネージャーをしている。ある日、メンバーが不祥事を起こし謝罪するため、ある地方都市のフィルムコミッションを訪れた帰り道…目の前の道が、倒木でふさがれていた。倒木を迂回する細い道が一本だけ伸びている方に行くと、ホテルかペンションのような建物が見える。「山亭」という看板が浮かび上がり、大通りに出られる道を教えてもらおうと美沙は建物に入るのであった。

本書は、不思議な宿「山亭ミアキス」に迷い込む人々の五話の連作短編小説です。



「飲むだけじゃない！抹茶でヘルスケア」
岡本 由希／著 淡交社

抹茶ときくと、茶道やスイーツなどのイメージが多いですが、実は、煎茶や紅茶などとは違い、茶葉まるごと粉末にしているのでたくさんの栄養が詰まっているスーパーフードなのです。

飲み方もシェーカーや電動クリーマーを使った手軽な方法や料理に使う方法も載っています。使う量によって、コーヒー1杯と同等程度のカフェインなので、飲むなら日中が適しているようです。

一日一回、抹茶を取り入れて、健康的な毎日を始めてみませんか？