

くらしの



すぎなみ

編集・発行：杉並区立消費者センター
杉並区天沼 3-19-16 ウェルファーム杉並 3 階
tel.03-3398-3141

臨時

2025.4 NO.245




令和 7 年 4 月発行

情報資料コーナーを

ご利用ください

蔵書約 1700 冊の情報資料コーナーに新たに 31 冊の新刊が加わりました。

ウェルファーム杉並 3 階の「情報資料コーナー」では、消費生活関連の図書・雑誌および日刊の新聞がご覧になれます。資料の閲覧・情報資料コーナーの利用はどなたでもできます。区内在住・在勤・在学の方へは、図書の貸し出しもしています。身分証明書などをお持ちください。利用時間は午前 8 時 30 分から午後 9 時まで、休業日は年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日）と施設点検日（成人の日・山の日）です。

	書籍名 	著者名 	出版社 
1	やさしくわかる食品ロス 捨てられる食べ物を減らすために知っておきたいこと	西岡 真由美 著	技術評論社
2	SDGs から考える世界の食料問題	小沼 廣幸 著	岩波書店
3	ジェイソン流お金の増やし方	厚切りジェイソン 著	ぴあ 改訂版
4	やる気 1%ごはん テキトーでも美味しくつくれる悶絶レシピ 500	まるみキッチン 著	KADOKAWA
5	西荻さんぽ	目黒 雅也 著	亜紀書房
6	ほったらかし投資術	山崎 元、水瀬 ケンイチ 著	朝日新聞出版
7	女性の階級	橋本 健二 著	PHP 研究所
8	結婚の社会学	阪井 裕一郎 著	筑摩書房
9	シニアの命と財産を守る 実家の防犯 110 のコツ	梅本 正行、桜井 礼子 監修	ナツメ社
10	悪いことはなぜ楽しいのか	戸谷 洋志 著	筑摩書房
11	自由とセキュリティ	杉田 敦 著	集英社
12	等身大の定年後 お金・働き方・生きがい	奥田 祥子 著	光文社
13	わかる！選べる！漢方薬 163	杉山 卓也 著	翔泳社

	書籍名 	著者名 	出版社 
14	1週間に1つずつ体がバテない食薬習慣	大久保 愛 著	ディスカヴァー・トゥエンティワン
15	生成AIで世界はこう変わる	今井 翔太 著	SBクリエイティブ
16	いまさら他人に聞けない！図解でわかるAI いちばん最初に読む本	佐々木 裕一 著	アニモ出版
17	AIガバナンス入門 リスクマネジメントから社会設計まで	羽深 宏樹 著	早川書房
18	ChatGPTの法律 ざっくりわかる！	田中 浩之 ほか著	中央経済社
19	健康食品・サプリメント 知りたいことガイドブック	畝山 智香子、大野智、千葉 一敏 著	中央法規出版
20	すべての不調は自分で治せる 誰でもわかる図解版	藤川 徳美 著	方丈社
21	境界性パーソナリティ障害の世界	ジェロルド・J・クライスマン 原著	翔泳社
22	知識ゼロですが、新NISAとiDeCoをはじめたいです。	横山 光昭 著	インプレス
23	世界一やさしい投資信託・ETFの教科書 1年生	Dr.ちゅり男 著	ソーテック社
24	ミニマリストゆみにゃんのお金のつくりかた	ゆみにゃん 著	すばる舎
25	知らないと騙される！詐欺の最新手口	梅本 正行、桜井 礼子 著	宝島社
26	60歳から絶対やるべき 防犯の基本	京師 美佳 監修	主婦の友社
27	シニアが陥る50の危険(新書)	奈良 由美子 監修	青春出版社
28	特殊詐欺と連続強盗 変異する組織と手口(新書)	久田 将義 著	文藝春秋
29	楽しく賢くムダ知らず「ひとり老後」のお金の知恵袋	保坂 隆 著	明日香出版社
30	老いの贅沢	曾野 綾子 著	河出書房新社
31	「ひとり終活」は備えが9割(新書)	岡 信太郎 著	青春出版社



杉並区立 消費者センター



相談専用 03-3398-3121

相談受付時間 午前9時～午後4時(土曜・日曜・祝日・12/29～1/3は休み)