

2021年

6-7月 企画展示 ととの 調える一日々をほどよくすごすー

タイトル	著者	出版社	請求記号
マンガでわかることを癒すセラピー	阿部ゆかり	ずばる舎	146.8/A12
「森のセラピー音」で薬いらず!病氣知らず!	内海聡監修	世界文化社	146.8/Mo45
「嫌われるのが怖い!」がなくなる本	中川晶	大和出版	146.8/N32
たすけを求める心と行動	太田仁	金子書房	146.8/O81
10代のうちに知っておきたい折れない心の作り方	水島広子	紀伊国屋書店	146.82/Mi96
2週間で一生が変わる魔法の言葉	はづき虹映	きこ書房	159/H49
人生の目的：自分の探し方、見つけ方	本田健	大和書房	159/H84
ビビらない技法	内藤誼人	大和書房	159/N29
幸せに生きる60のヒント	トビー・レイノルズ編	パイインターナショナル	159/R29
謎解き日本列島	宇田川勝司	ベレ出版	291.04/U26
週めくり日帰りウォーキング50	武村岳男編	交通新聞社	291.3/Ta63
東京近郊の自然さんぽ	JTBパブリッシング	JTBパブリッシング	291.3/To46
湘南ハイク	山と溪谷社	山と溪谷社	291.37/Sh96
睡眠の科学：なぜ眠るのかなぜ目覚めるのか	櫻井武	講談社	408/B94/2026
ウォーキングの科学	能勢博	講談社	408/B94/2113
Google Earthで行く火星旅行	後藤和久	岩波書店	408/I95/196
知りたい!ネコごろ	高木佐保	岩波書店	408/I95/292
いきもの人生相談室	小林百合子	山と溪谷社	480.4/Ko12
カイチュウ博士と発酵飯面の「腸」健康法	藤田紘一郎,小泉武夫	中経出版	493.46/F67
眠れない人がぐっすり眠れる本	鴨下一郎	SBクリエイティブ	493.7/Ka41
マンガでわかる自然治癒力のしくみ	生田哲	SBクリエイティブ	498.3/I39
最強の健康法：ベスト・パフォーマンス編	ムーギー・キム	SBクリエイティブ	498.3/Ki31
最強の健康法：病気になるしない最先端科学編	ムーギー・キム	SBクリエイティブ	498.3/Ki31
キレイをつくる睡眠の基本と習慣356	文化出版局編	文化出版局	498.36/B89
一流の睡眠	裴英洙	ダイヤモンド社	498.36/H15
朝起きられない人のねむり学	神山潤	新曜社	498.36/Ko97
眠っているうちに病気になるない体をつくる本	根来秀行	角川SSコミュニケーションズ	498.36/N62
昼間のパフォーマンスを最大にする正しい眠り方	友野なお	WAVE出版	498.36/To62
安全な食材は自分でえらぶ	野本健司	河出書房新社	498.54/N94
おいしくてからだにいいものが食べたい!	手島奈緒	さくら舎	498.54/Te83
「コンビニ食・外食」で健康になる方法	浅野まみこ	草思社	498.583/A87
ヨーグルトに隠された乳酸菌の秘密	鍋木長夫	共同通信社	498.583/Ka11
心を癒やす食べものヒーリング・フード	須永晃子	中経出版	498.583/Su73
心のお茶。大切な人へ	井上泉	アトラス出版	499.87/I57
大人女子のためのココロとカラダがよろこぶアロマセラピー	川端浩湖	パイインターナショナル	499.87/O86
自然のチカラいただきます	中村臣市郎監修	西日本新聞社	499.87/Sh93
天然おくすり	池田明子監修	学研プラス	499.87/Te37
日本100名城めぐりの旅	萩原さちこ	学研パブリッシング	521.823/H14
世界を食べよう 旅ごはん	杉浦さやか	祥伝社	596.04
想い込み弁当	栄養学生団体「N」	セブン&アイ出版	596.4/E39
ワンコの言い分：このくらいはわかって!	増田宏司	さくら舎	645.6/Ma66
猫脳がわかる!	今泉忠明	文藝春秋	645.7/I43
ビジュアル図解ネコの気持ち	竹内徳知監修	中経出版	645.7/V82
マンガでわかるインコの気持ち	細川博昭	SBクリエイティブ	646.8/H94
コロナ時代の心理学(Newton 2021.1月号)		ニュートンプレス	
新・睡眠の教科書(Newton 2019.8月号)		ニュートンプレス	