

## 2013年5月特集展示「心も体も健康に」

| 請求記号    | 書名                        | 著者名          | 出版者名           |
|---------|---------------------------|--------------|----------------|
| B 049 ナ | 中島らもの特選明るい悩み相談室 その1       | 中島 らも        | 集英社            |
| B 049 ハ | 都道府県の持ちかた                 | バカリズム        | ポプラ社           |
| 159 シ   | 週末セラピー                    | ちいさなワクワク研究室  | STUDIO CELLO   |
| 185 イ   | 心を楽にするお寺入門                | 井上 暉堂        | ポプラ社           |
| 188 セ   | 身体(からだ)と心が美しくなる禅の作法       | 星 覚          | 主婦の友社          |
| 195 シ   | 修道女スタイル                   | プロジェ・ド・ランディ  | 双葉社            |
| 291 イ   | 癒されてきれいになるおひとりさま温泉        | 石井 宏子        | 朝日新聞出版         |
| 291 キ   | ニッポンの滝100選                | 北中 康文        | 学研パブリッシング      |
| 291 フ   | ふらっとひとり旅                  | 毎日新聞女性記者58人  | 西日本出版社         |
| 291.3 カ | 温泉で健康になろう                 |              | ジェ・エー・エフ出版社    |
| 480 イ   | おうちで旭山動物園                 | 今津 秀邦        | エムジー・コーポレーション  |
| 480 イ   | おうちで旭山動物園 2               | 今津 秀邦        | エムジー・コーポレーション  |
| 489 イ   | ぱんだ                       | 岩合 光昭        | クレヴィス          |
| 489 ホ   | Polar Bear LOVE           | リサ・ヴォート      | ソニー・マガジズ       |
| 489 ワ   | イルカと泳ごう！ヒーリングアイランド小笠原     | 若月 佑輝郎       | ピオ・マガジン        |
| 489 ワ   | カピバラ大好き                   | 渡辺 克仁        | ゴマブックス         |
| 490.9 コ | 漢方美人講座                    | 幸井 俊高        | 文芸春秋           |
| 492 オ   | お灸のすすめ                    | お灸普及の会       | 池田書店           |
| 492 カ   | はじめてのリンパ                  | 加藤 雅俊        | ブルーロータスパブリッシング |
| 492.5 タ | グリーンセラピー読本                | 田畑 貞寿        | 技報堂出版          |
| 492.7 イ | 市野さおりの足裏リフレクソロジー          |              | 辰巳出版           |
| 492.7 ソ | 爽快ツボ刺激法                   | 良導絡研究所       | 講談社            |
| 492.7 ミ | ツボ本！                      | 光永 雅彦        | 技術評論社          |
| 492.7 ム | スッキリのツボ！                  | 村越 学         | ベストセラーズ        |
| 495 イ   | エレガント・デトックス               | 伊藤 緋紗子       | 筑摩書房           |
| 496 タ   | 眼ヨガ                       | 龍村 修         | 日貿出版社          |
| 498.3 ア | 「まじめ」をやめれば病気になる           | 安保 徹         | PHP研究所         |
| 498.3 イ | お風呂の達人                    | 石川 泰弘        | 草思社            |
| 498.3 オ | 健康寿命をのばす本                 | 大西 祥平        | 東京新聞出版局        |
| 498.3 カ | 簡単お風呂ビ！                   | 須藤 明治        | シネマファスト        |
| 498.3 ク | 脳にすぐ効く30秒ストレッチ            | 栗田 昌裕        | 青春出版社          |
| 498.3 シ | シニア世代のための心も体もすっきり指体操      | 余暇問題研究所      | ミネルヴァ書房        |
| 498.3 ツ | 「疲れたカラダ」のヘルシー回復術          | NHK科学・環境番組部  | アスコム           |
| 498.3 テ | デトックス話題の毒出し健康法            | デトックス研究会     | 双葉社            |
| 498.3 ハ | 働く女(ひと)の心身・急速充電の方法101     | はにわ きみこ      | まこといちオフィス      |
| 498.3 ヒ | ストレスを柔らげる                 | ジョナサン・ヒルトン   | 産調出版           |
| 498.3 ヒ | お風呂ストレッチ                  | 久永 陽介        | 秀和システム         |
| 498.3 ヤ | 週末号泣のススメ                  | 安原 宏美        | 扶桑社            |
| 498.3 ユ | ゆがみ解消バイブル決定版！             | 日経ヘルス        | 日経BP社          |
| 498.5 カ | 体の中からきれいになるレシピ74          | マガジンハウス      | マガジンハウス        |
| 498.5 サ | 50代からのサプリメント・バイブル         | 佐藤 務         | 講談社            |
| 498.5 サ | 心と体を強くする！サプリメント活用法        | 佐藤 務         | 日東書院本社         |
| 498.5 シ | 旬の食材で作る免疫力を高めるレシピ         | 安保 徹         | PHP研究所         |
| 498.5 フ | フルーツ&ベジタブル手作り生ジュース        | まるも ゆきこ      | 主婦の友社          |
| 498.5 マ | 毒を出す！「新・食べ合わせ法」           | 増尾 清         | 朝日新聞出版         |
| 498.5 ム | バランスごはん健康美人になる！           | 宗像 伸子        | エクスマレッジ        |
| 498.5 メ | 免疫アップの料理の力                | 本多 京子        | グラフ社           |
| 499 サ   | 心と体に効くハーブ読本               | 佐々木 薫        | PHP研究所         |
| 499 サ   | もっと！おいしいハーブティー            | 佐々木 薫(1959～) | 誠文堂新光社         |
| 499 ハ   | 緑の薬箱ハーブセラピー               | 林 真一郎        | 日本放送出版協会       |
| 499 ワ   | わかりやすい！覚えやすい！アロマセラピー基本講座  | 重松 浩子        | 成美堂出版          |
| 576 ウ   | ハーブ・アロマを楽しむナチュラルソープのつくりかた | 梅原 亜也子       | 誠文堂新光社         |
| 590 エ   | 地球とわたしをゆるめる暮らし            | 枝廣 淳子        | 大和書房           |
| 595 オ   | 東京リラックス                   | 大田垣 晴子       | 文芸春秋           |

## 2013年5月特集展示「心も体も健康に」

| 請求記号    | 書名                             | 著者名            | 出版者名                 |
|---------|--------------------------------|----------------|----------------------|
| 596 シ   | 女子栄養大学の毎日おかず                   |                | 女子栄養大学出版部            |
| 596 フ   | 藤井恵さんちの家族を元気にするごはん             |                | 主婦の友社                |
| 596.3 エ | エライ！豚バラ肉レシピ                    |                | 角川マーケティング            |
| 596.6 オ | 大人のカフェ&スイーツ東京                  |                | 東京地図出版               |
| 596.7 イ | 茶、ちゃ、チャでリフレッシュ                 | 井関 脩智          | 生活ジャーナル              |
| 596.7 シ | デトックス・ベジフルジュース                 | 庄司 いずみ         | 主婦の友社                |
| 596.7 ノ | のんびりTOKYOカフェ                   |                | エンターブレイン             |
| 596.7 フ | フレーバーウォーター                     | 福田 里香          | 文化学園文化出版局            |
| 601 キ   | きぐるみのほん。                       |                | イカロス出版               |
| 645 カ   | アジワン                           | 片野 ゆか          | ジュリアン                |
| 652 ケ   | 元気になる！日本の森を歩こう                 | 日本の森を歩く会       | 洋泉社                  |
| 721 コ   | そっとひとこと                        | 香田 登洋子         | 木耳社                  |
| 726 テ   | 天才バカボン幸福論。                     | バカ田大学しあわせ研究部   | 主婦の友社                |
| 726 ミ   | 本日の水木サン                        | 水木 しげる         | 草思社                  |
| 748 タ   | 深呼吸をして                         | 高橋 真澄          | ピエ・ブックス              |
| 748 フ   | 犬のひる寝                          | 福田 豊文          | 文春ネスコ                |
| 780 カ   | 快適からだ作りに挑戦！                    | フィールドワイ        | 技術評論社                |
| 780 シ   | 白木式コアトレベーシックメソッド               | 白木 仁           | 学研パブリッシング            |
| 780 シ   | 女性のための筋力トレーニング                 | R-body project | 池田書店                 |
| 781 カ   | どこでもできる健康ストレッチ                 | 勝本 昌希          | 小学館                  |
| 781 カ   | 症状別パートナーストレッチ                  | 川合 利幸          | 主婦の友社                |
| 781 ニ   | 6時30分体操                        | 西山 博昭          | 善本社                  |
| 781 ム   | 心と体がよみがえる経絡ストレッチ               | 村井 玉枝          | 池田書店                 |
| 781 ユ   | 和でエクササイズ                       | 湯浅 景元          | 岩波書店                 |
| 786 ヤ   | 働くきみをアゲる18の冒険                  | 山本 新一          | サンクチュアリ出版            |
| 911.5 ツ | みずはつめたい                        | 辻 征夫           | 理論社                  |
| 911.5 マ | まど・みちお人生処方詩集                   | まど みちお         | 平凡社                  |
| 914 コ   | 伊勢丹セラピー                        | 小林 光恵          | 新講社                  |
| B 914 ミ | しをんのしおり                        | 三浦 しをん         | 新潮社                  |
| F ア     | 王妃の館 上                         | 浅田 次郎          | 集英社                  |
| F ア     | 王妃の館 下                         | 浅田 次郎          | 集英社                  |
| B F オ   | イン・ザ・プール (文春文庫)                | 奥田 英朗          | 文藝春秋                 |
| F オ     | 神様からひと言                        | 荻原 浩           | 光文社                  |
| B F キ   | 私はなぜにしてカンヅメに大失敗したか             | 北 杜夫           | 実業之日本社               |
| F ツ     | ポトスライムの舟                       | 津村 記久子         | 講談社                  |
| F ホ     | なずな                            | 堀江 敏幸          | 集英社                  |
| F ミ     | 神去なあなあ日常                       | 三浦 しをん         | 徳間書店                 |
| F4 ア    | α波 1/fのゆらぎ in POP-CLASSIC~昼の名曲 |                |                      |
| F4 ア    | アジア・リラックス:ヒーリング・コンピレーション       | 倉本裕基(PF)ほか     | 日本クラウン               |
| F4 イ    | イメージ エモーショナル&リラクシング            | カール ジェンキンス     | ソニーレコード              |
| F4 サ    | サラリーマン必修~ストレス解消<管理職編>          |                | アポロン音楽工業             |
| F4 メ    | メンタルヘルス・クラシックス                 |                | デラ                   |
| U49 ケ   | <DVD>ケアビクス 心と体の健康づくり           | 瀧口 晶恵          | クリエイティブ・コア           |
| U78 ス   | <DVD>スマート ピラティス                |                | コロムビアミュージックエンタテインメント |