

永国寺図書館企画展示「健康長寿文庫を紹介します！」【展示期間】2024/5/7～2024/7/2

	書名	著者名	出版社	資料ID	請求記号	ISBN	所在
1	自分を育てる方法：仕事や人生の迷子になりがちなあなたに贈る	リュージ [著]	ディスカヴァー・トゥエンティワン	110288883	159 Ryu	9784799328033	永国寺1F-展示スペース
2	1日だけダイエット：大学病院・肥満外来の教授が教える	木村穰 [著]	文響社	110288828	595.6 Ki	9784866513904	永国寺1F-展示スペース
3	おうちストレスをためない習慣	杉岡充爾 [著]	クロスメディア・パブリッシング/インプレス (発売)	110288839	498.3 Su	9784295405993	永国寺1F-展示スペース
4	やる気に頼らず「すぐやる人」になる37のコツ：科学的に「先延ばし」をなくす技術	大平信孝著	かんき出版	110288832	159 O	9784761275723	永国寺1F-展示スペース
5	ひとりの「さみしさ」とうまくやる本：孤独をたのしむ。	大愚元勝著	興陽館	110288858	188 Ta	9784877232733	永国寺1F-展示スペース
6	最新図解スッキリわかる!介護保険：基本としくみ、制度の今とこれから 第2版	本間清文編著	ナツメ社	110288864	364.48 Ho	9784816370380	永国寺1F-展示スペース
7	これからの時代を生きるあなたへ：安心して弱者になれる社会をつくりたい (最後の講義完全版)	上野千鶴子著	主婦の友社	110288874	367.1 U	9784074494095	永国寺1F-展示スペース
8	名医が教える飲酒の科学：一生健康で飲むための必修講義	葉石かおり著	日経BP/日経BPマーケティング (発売)	110288815	498.3 Ha	9784296111879	永国寺1F-展示スペース
9	北欧で見つけた気持ちが軽くなる暮らし (正しく暮らすシリーズ)	栞原さやか著	ワニブックス	110288831	590 Ku	9784847099618	永国寺1F-展示スペース
10	藤田智の新・野菜づくり大全 (生活実用シリーズ・NHK趣味の園芸：やさいの時間)	NHK出版編	NHK出版	110288838	626 Fu	9784141992776	永国寺1F-展示スペース
11	自分の意見で生きていこう：「正解のない問題」に答えを出せる4つのステップ	ちきりん著	ダイヤモンド社	110288875	159 Chi	9784478115220	永国寺1F-展示スペース
12	不安と折り合いをつけてうまいこと老いる生き方	中村恒子, 奥田弘美著	すばる舎	110288834	159 Na	9784799109915	永国寺1F-展示スペース
13	人は口から老化する!：オーラルフレイル対策の最前線	小林健一郎 [ほか] 著	現代書林	110288865	497.9 Hi	9784774518428	永国寺1F-展示スペース

	書名	著者名	出版者	資料ID	請求記号	ISBN	所在
14	世界一シンプルで科学的に証明された究極の食事	津川友介著	東洋経済新報社	110288859	498.583 Tsu	9784492046241	永国寺1F-展示スペース
15	2030年の未来マーケティング：暮らし・仕事・学びが変わる！「個のデザイン」の時代へ	石田秀輝著/Food Up Island著	ワニ・プラス/ワニブックス(発売)	110288841	675 I	9784847071010	永国寺1F-展示スペース
16	70歳が老化の分かれ道：若さを持続する人、一気に衰える人の違い(詩想社新書:35)	和田秀樹著	詩想社	110288852	159 Wa	9784908170317	永国寺1F-展示スペース
17	ミライの武器：「夢中になれる」を見つける授業	吉藤オリイ著	サンクチュアリ出版	110288872	159 Yo	9784801400863	永国寺1F-展示スペース
18	苦しみの手放し方	大愚元勝著	ダイヤモンド社	110288857	188 Ta	9784478102787	永国寺1F-展示スペース
19	大人の脳トレ!チョコちゃんの昭和思い出しクイズ：決定版	チョコちゃんの大人の脳トレ!編集部編/NHK「チョコちゃんに叱られる!」制作班協力	宝島社	110288813	210.7 O	9784299020390	永国寺1F-展示スペース
20	図解でわかる14歳からのお金の説明書	インフォビジュアル研究所著	太田出版	110288840	330 Zu	9784778315931	永国寺1F-展示スペース
21	不調の9割は「呼吸」と「姿勢」でよくなる!：専門医が教える自律神経が整う「呼吸筋トレ」	奥仲哲弥著	あさ出版	110288873	498.34 O	9784866673332	永国寺1F-展示スペース
22	75歳までに身につけたいシニアのための7つの睡眠習慣：ハーバード大学も注目!世界一の「睡眠の専門医」が教える!	遠藤拓郎著	横浜タイガ出版/サンクチュアリ出版(発売)	110288848	498.36 E	9784801490031	永国寺1F-展示スペース
23	基礎からはじめる職場のメンタルヘルス：事例で学ぶ考え方と実践ポイント 改訂版	川上憲人著	大修館書店	110288833	498.8 Ka	9784469269222	永国寺1F-展示スペース
24	はるあんのベストおやつ：コツは特にない。でも、100%おいしい!	はるあん著	ライツ社	110288819	596.65 Ha	9784909044334	永国寺1F-展示スペース
25	おうち野菜づくり：キッチンからはじめる!日本一カンタンな家庭菜園の入門本	宮崎大輔著	KADOKAWA	110288836	626 Mi	9784046054012	永国寺1F-展示スペース
26	戦争は女の顔をしていない 1	小梅けいと作画/スヴェトラーナ・アレクシエーヴィチ原作	KADOKAWA	110288816	726 Ko 1	9784049129823	永国寺1F-展示スペース

	書名	著者名	出版者	資料ID	請求記号	ISBN	所在
27	戦争は女の顔をしていない 3	小梅けいと作画/スヴェ トラーナ・アレクシ エーヴィチ原作	KADOKAWA	110288818	726 Ko 3	9784049141252	永国寺1F-展示ス ペース
28	うちの父が運転をやめません	垣谷美雨著	KADOKAWA	110288855	913.6 Ka	9784041079706	永国寺1F-展示ス ペース
29	チョコちゃんと学ぶチョコッと論語：自分で考え、生き 抜く力をつける! (チョコッと古典シリーズ)	山口謠司監修	河出書房新社	110288814	123 Chi	9784309729312	永国寺1F-展示ス ペース
30	心理学からみた食べる行動：基礎から臨床までを科 学する	青山謙二郎, 武藤崇編著	北大路書房	110288882	141.7 A	9784762829741	永国寺1F-展示ス ペース
31	お金とは?・世の中のしくみ (池上彰と学ぶ「お金」 と「社会」の学校：賢くなって生きる力がつく!：1)	池上彰監修	学研プラス	110288844	330 O	9784055013581	永国寺1F-展示ス ペース
32	最期まで在宅おひとりさまで機嫌よく	上野千鶴子著	中央公論新社	110288869	367.75 U	9784120055409	永国寺1F-展示ス ペース
33	わくわく!納得!手話トーク	松岡和美著/高野乃子マ ンガ	くろしお出版	110288822	378.28 Ma	9784874248737	永国寺1F-展示ス ペース
34	イチからわかる!フレイル・介護予防Q&A	山田実著	医歯薬出版	110288863	493.185 Ya	9784263266502	永国寺1F-展示ス ペース
35	「負けるが勝ち」の看護と人生 (シリーズ「看護の 知」)	宮子あずさ著	日本看護協会出版 会	110288861	498.14 Mi	9784818022805	永国寺1F-展示ス ペース
36	一汁一菜でよいという提案 (新潮文庫:11523, と-33- 1)	土井善晴著	新潮社	110288876	596.04 Do	9784101033815	永国寺1F-展示ス ペース
37	戦争は女の顔をしていない 2	小梅けいと作画/スヴェ トラーナ・アレクシ エーヴィチ原作	KADOKAWA	110288817	726 Ko 2	9784049135954	永国寺1F-展示ス ペース
38	すみっコぐらしのお友だちとなかよくする方法 (今日 からワクワクBook)	相川充監修	主婦と生活社	110288824	361.454 Su	9784391153729	永国寺1F-展示ス ペース
39	よくわかる!聴覚障害者への合理的配慮とは?: 『障害 者差別解消法』と『改正障害者雇用促進法』から考 える	『聴覚障害者への合理 的配慮とは?』編集チー ム編集	全日本ろうあ連盟	110288829	369.276 Yo	9784904639146	永国寺1F-展示ス ペース

	書名	著者名	出版者	資料ID	請求記号	ISBN	所在
40	人生の最後に笑顔で死ぬる31の心得：自分も家族も「満足死」のすすめ	石賀丈士著	マキノ出版	110288862	490.14	9784837672470	永国寺1F-展示スペース
41	「脱水症」と「経口補水液」のすべてがわかる本：イラストでやさしく解説! 改訂版	谷口英喜著	日本医療企画	110288845	493.12 Ta	9784864397261	永国寺1F-展示スペース
42	女と骨盤 (文春文庫:[健-4-4])	片山洋次郎著	文藝春秋	110288877	495 Ka	9784167916350	永国寺1F-展示スペース
43	さいごはおうちで：在宅医たんぼ先生物語：ねこマンガ	永井康德著/ミューズワークマンガ	主婦の友社	110288837	498 Na	9784074467013	永国寺1F-展示スペース
44	「ベストセラー健康書」100冊を読んでわかった健康法の真実	「健康書」プロ編集者の会編著	主婦と生活社	110288860	498.3 Be	9784391157024	永国寺1F-展示スペース
45	昭和の思い出間違い探し：1分見るだけ!記憶脳瞬間強化1 (毎日脳活スペシャル)	古賀良彦監修	文響社	110288849	498.39 Sho	9784866515625	永国寺1F-展示スペース
46	前頭葉を刺激!50歳からの1分音読でボケない脳になる	柏野和佳子[ほか] 著	PHP研究所	110288850	498.39 Ze	9784569845081	永国寺1F-展示スペース
47	イラストでよくわかる料理の基本とコツ	ミニマル, Blockbuster 著	彩図社	110288843	596 I	9784801301566	永国寺1F-展示スペース
48	大人の脳トレ!チコちゃんの激ムズまちがいさがし	NHK「チコちゃんに叱られる!」制作班監修	宝島社	110288826	798 O	9784299010063	永国寺1F-展示スペース
49	大人の脳トレ!チコちゃんの「思い出し」漢字・ことわざクイズ	NHK「チコちゃんに叱られる!」制作班監修	宝島社	110288827	811.2 O	9784299015976	永国寺1F-展示スペース
50	さくらこ式自分ことわざじてん	さくらこ著	ライツ社	110288821	917 Sa	9784909044204	永国寺1F-展示スペース