

展示期間：2020年4月14日（火）～5月31日（日）

香川県立図書館 Young Generation コーナー<ミニ展示>
「健康を守る本」

今、健康を守るために、自分でできることは何だろう？
健康を守るのに役立つ本を集めて展示・貸出しします。

よく寝、よく食べ、よく運動！

- ・『こころとからだをいやすケアストレッチ』
かつもとあき／著 中央法規出版（4983/K68/2）
- ・『早起き早寝朝ごはん』香川靖雄，神山潤／共著 少年写真新聞社（4983/K67）
- ・『即効！快眠法』リブリオ出版（4983/K73/1-5）
- ・『毎朝スッキリ起きる技術』梶村尚史／著 光文社（4983/K74）
- ・『実践で学ぶ女子栄養大学のバランスのよい食事法』
川端輝江／編 女子栄養大学出版部（4985/K95/3-2）
- ・『女子栄養大学のサラダレシピ』女子栄養大学／監修 誠文堂新光社（5962/J5）
- ・『強い体をつくる部活ごはん』文化出版局／編・刊（7801/B8）
- ・『医師がすすめる筋トレ&ストレッチ』木内周史／監修
スタジオタッククリエイティブ（7808/K17）

心の健康

- ・『学校に行きたくない君へ』全国不登校新聞社／編 ポプラ社（37140/Z2）
- ・『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／著 紀伊國屋書店（37147/M5）
- ・『思春期の心とからだ図鑑』ロバート・ウィンストン／監修
名越 康文／日本語版監修 三省堂（37147/W3）
- ・『心の病気ってなんだろう?』松本卓也／著 平凡社（4937/M112/2）
- ・『思春期に多いダイエット障害』鈴木眞理／著 少年写真新聞社（4937/S116）

ウラもご覧ください。リストの続きと
「調べ方ガイド」を掲載しています。

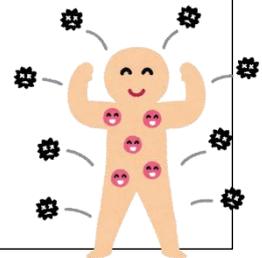
今、話題の健康関連の本

感染症

- ・『図解入門よくわかる最新抗菌と殺菌の基本と仕組み』
高麗寛紀／著 秀和システム (4917/K6/2)
- ・『絵でわかる感染症 with もやしもん』岩田健太郎／著 講談社 (4938/17/3)
- ・『正しく怖がる感染症』岡田晴恵／著 筑摩書房 (4938/09/16)
- ・『しあわせなら手を洗おう』
小平慎一／構成・文 森澤雄司／監修 ヒポ・サイエンス出版 (4983/K79)

依存症

- ・『よくわかる薬物依存』阿部和穂／著 PHP研究所 (36880/A2)
- ・『ネット依存・ゲーム依存がよくわかる本』
樋口進／監修 講談社 (4937/H72/4)
- ・『気をつけよう！SNS 3 依存しないために』
小寺信良／著 汐文社 (5474/K4/1-3)



調べ方ガイド もっと知りたいときは・・・

例えば、新型コロナウイルス感染症に関する本は、まだそれほど出版されていません。
もっと知りたいときは、雑誌、新聞、インターネットなどで情報を入手することができます。

【雑誌】HPの「詳細蔵書検索」でキーワードを入力して、特集記事を検索することができます。

検索の
コツ

キーワード:「新型コロナ」「感染症」「肺炎」「ウイルス」など

対象資料:雑誌

並び替え条件:出版年 表示順:降順 (新しいものが先頭に表示されます。)

【新聞】

新聞は、本紙、縮刷版、データベースで閲覧できます。

次の2つのデータベースでは、新聞記事の検索、閲覧ができます。

利用には、当館の資料貸出カードまたは身分証明書が必要です。

- ・日経テレコン (日経新聞などの日経各紙)
- ・聞蔵Ⅱビジュアル・フォーライブラリー (朝日新聞)

【インターネット】

インターネットを使った調べものができる端末機が6台あります。利用には、資料貸出カードまたは身分証明書が必要です(プリントアウトはできません)。

【健やか生活応援コーナー】

医療・健康・介護・生きがいに関する資料を集めた「健やか生活応援コーナー」に、10代のみなさんにも参考になる、健康を守るのに役立つ本があります。どうぞ、展示資料とあわせてご覧ください。