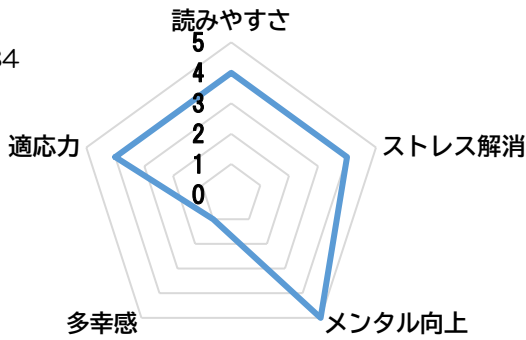


※5段階はあくまで個人の感想です

書名：メンタル脳

著者名：アンデシュ・ハンセン／著
 出版社：新潮社
 請求記号：493.7 Ⅱ
 資料番号：610229684

わたしの5段階：

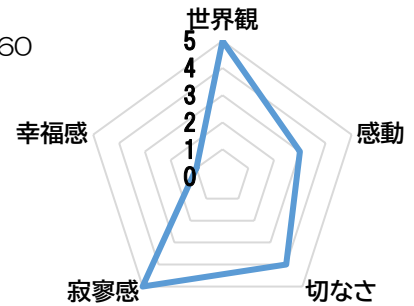


出版社より：なぜ不安を感じるのか？なぜ孤独とSNSがメンタルを下げるのか？脳科学からメンタルの問題を解説した世界的ベストセラー「ストレス脳」を、あらゆる世代向けにコンパクトにした「心の取説」。

書名：レーエンデ国物語 1

著者名：多崎 礼／著
 出版社：講談社
 請求記号：F 夕
 資料番号：610230260

わたしの5段階：

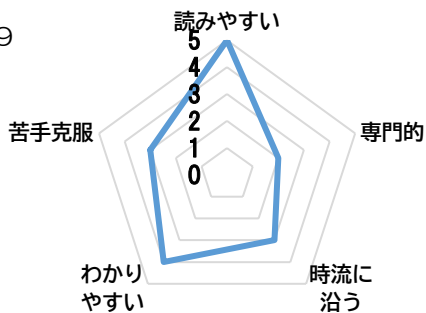


出版社より：英雄の父と旅に出た貴族の娘ユリア。呪われた地レーエンデで出会ったのは、寡黙な射手トリスτανだった。ユリアは、はじめての友達、はじめての仕事、はじめての恋を経て、やがてレーエンデ全土の争乱に巻き込まれていく。

書名：世界一かんたんな図書館の使い方

著者名：つのだ 由美こ／著
 出版社：秀和システム
 請求記号：O15 ヲ
 資料番号：610230609

わたしの5段階：

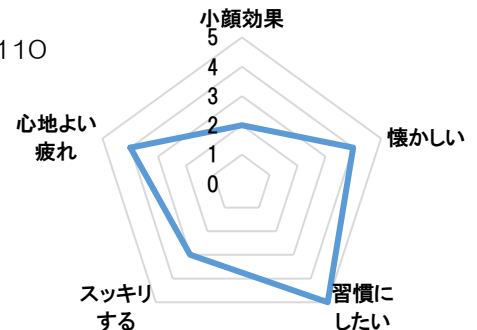


出版社より：知りたい情報が確実に引き出せる、読みたかった本に秒で出会える、自由研究やレポート提出が楽になる、調べものが得意になる…。「借りるだけじゃない」図書館を使いこなせる超活用法を司書が教える。

書名：おとなの音読

著者名：小林 弘幸／著
 出版社：SBクリエイティブ
 請求記号：498.3 ㊿
 資料番号：610231110

わたしの5段階：

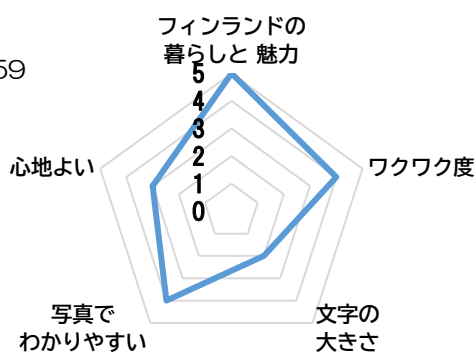


出版社より：気持ちが落ち着く、だるさが消える、ぐっすり眠れる、脳が活性化…。自律神経を長年研究してきた著者が、1日1分、おなじみの名文・名作を読むだけで自律神経が整うメロッドを紹介する。豆知識も掲載。

書名：フィンランド時間

著者名：吉田 Öberg みのり／著
 出版社：翔泳社
 請求記号：293.8 オ
 資料番号：610231359

わたしの5段階：

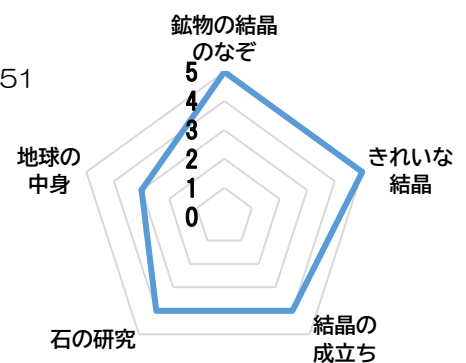


出版社より：世界一幸せな国といわれるフィンランドで暮らす著者が、日々の生活を紹介します。フィンランドの社会にまつわる基礎知識や、私たちの暮らしで真似したい、取り入れたいことも伝えます。

書名：石は元素の案内人

著者名：田中 陵二／文・写真
 出版社：福音館書店
 請求記号：459 夕
 資料番号：620086751

わたしの5段階：



出版社より：この世界のすべてが、たった90種類の元素でできているってほんとは？さまざまな実験を通して、元素の世界を紹介する。身近な世界から考える、美しく、ちょっとかわった元素の本。写真で見る元素周期表付き。

