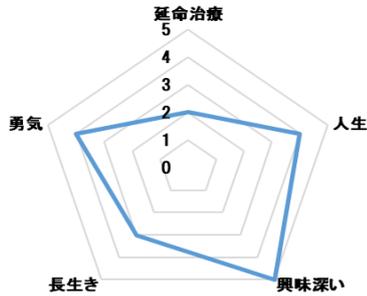




※5段階はあくまで個人の感想です

書名：寿命が尽きる2年前

著者名：久坂部 羊//著
出版社：幻冬舎
請求記号：490.1 ㊦
資料番号：610191298
わたしの5段階：

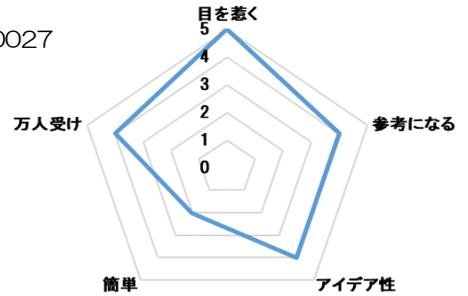


書店情報より：

2年後に死ぬとわかったら、必ずやってくる“その時(2年前)”はいつなのか、寿命は延ばせるか、何をすべきか…。人気の医師作家が「楽に人生をまっとうする」ために、残された時間をどう過ごすのがいいのかを考える。

書名：二十四節気の暦使い暮らし

著者名：櫻井 大典//著 土居 香桜里//絵
出版社：ワニブックス
請求記号：490.9 ㊦
資料番号：610190027
わたしの5段階：

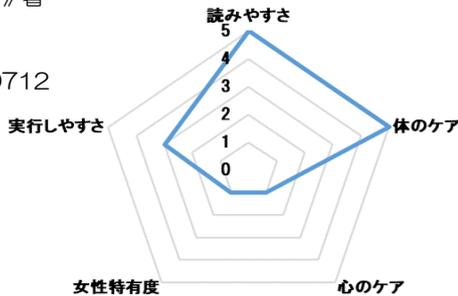


書店情報より：

漢方×二十四節気で心も身体も豊かに、健康に…。二十四節気に沿って、心と身体の状態、起こりやすい不調、養生ポイント、旬の食材、行事などを紹介します。

書名：オトナ女子の自律神経セルフケア大全

著者名：松井 真一郎//著
出版社：自由国民社
請求記号：495 ㊦
資料番号：610190712
わたしの5段階：

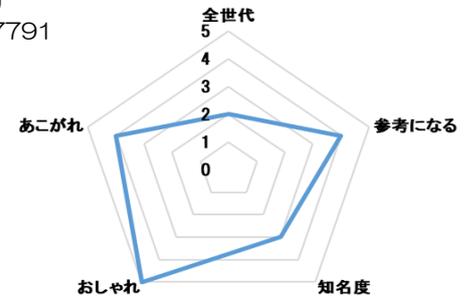


書店情報より：

あらゆる身体の不調は「自律神経」にあり! 頭痛、生理痛から目の不調、肩コリ、腰の痛み、お肌のトラブル、ココロの問題まで女性の悩みを解決する「自律神経の整え方」を紹介する。

書名：70歳からのおしゃれ生活

著者名：中山 庸子//著
出版社：さくら舎
請求記号：590.4 ㊦
資料番号：610187791
わたしの5段階：

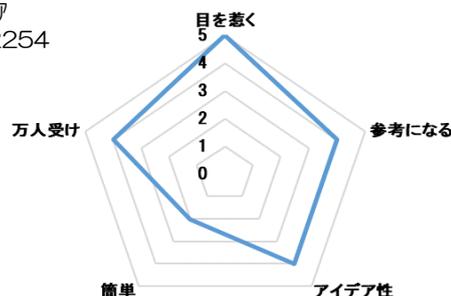


書店情報より：

向田邦子、白洲正子、沢村貞子、高峰秀子、宇野千代…。5人の暮らしぶり、生き方をひもときながら、70歳からのおしゃれ生活を提案します。魅力あふれる5人の魅力的なエピソードも満載。

書名：本当は秘密にしたい、とにかくかわいいときめきスイーツ

著者名：Ai Horikawa//著
出版社：KADOKAWA
請求記号：596.6 ㊦
資料番号：610192254
わたしの5段階：

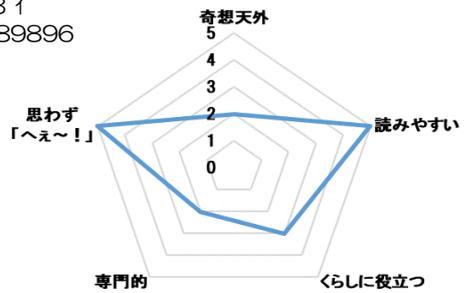


書店情報より：

苺で作ったチュールリップがかわいいショートケーキ、雲の形のマシュマロ、キウイフルーツやブドウのグリーンリースタルト…。SNSに投稿して人気だったスイーツレシピと、新たに考案したレシピを工程写真とともに紹介します。

書名：奇想天外な目と光のはなし

著者名：入倉 隆//著
出版社：雷鳥社
請求記号：481.3 ㊦
資料番号：610189896
わたしの5段階：



書店情報より：

なぜ目は2つあるの? 他の動物たちはどんな光や色を見ている? 「目の進化」から、動物たちの「見る・見られる」の攻防戦、蛍光色や輪郭線が目立つ「視覚の不思議」まで、光や目にまつわる不思議でアツと驚く話を紹介する。

