

10月の特集 大人向け

「不調を改善！」

お疲れのあなたへ 本との
出会いでエネルギーチャージ
はいかがですか。

アロマセラピー、薬膳、
入浴、睡眠、ストレッチ、
音楽、インテリア等・・・。

自分に合ったセルフ
ケアを取り入れて、
心地よい毎日を
過ごしましょう。



史上最高のストレッチ
野上 鉄夫／著
新星出版社

など、
ほかにもあります。

10月のとくしゅう こどもむけ

「どうぶつ、すき？」

10月4日は、「せか
いどうぶつのひ」で
す。

どうぶつのいのちを
ひととおなじように、
たいせつにおもうきね
んびです。

みなさんはどんな
どうぶつがすきです
か？



あてっこどうぶつ
ずかん だれ
／あべ 弘士
【作・絵】
KADOKAWA

など、
ほかにもあります。

新しく図書館に入った本の一部を紹介します。

※令和5年8月から令和5年9月にかけて入荷した本です。

一般向け



死ぬまで寝たきりにならない1日1分ごろ
寝整体／南 雅子【著】

SBクリエイティブ

YA向け



10代から知っておきたいあなたを丸めこ
む「ずるい言葉」／貴戸 理恵【著】

WAVE出版

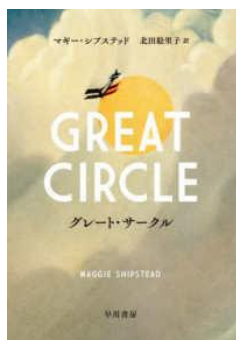
児童向け



ジブリの食卓天空の城ラピュタ
／スタジオジブリ【監修】

主婦の友社

一般向け



グレート・サークル
／マギー・シプステッド【著】

早川書房

YA向け



10代のための疲れた体がラクになる本
／長沼 睦雄【著】

誠文堂新光社

絵本



海にしずんだクジラ
／メリッサ・スチュワート【文】

BL出版