

ラーニング・コモンズ企画展示

9/11(水)～12/10(火)

こころとからだを 整える



美容と健康の本

こころとからだを整える 美容と健康の本 リスト①

書名	著者名	請求記号
オトナ女子のおうちセルフケア : 自分を癒すマッサージ、瞑想、ストレッチ	山口創, 中川れい子著	S4/20661
自律神経の名医が教えるココロとカラダの疲れとり大全	小林弘幸著	S4/20662
Food list : 健康美人をつくる50の食習慣	加藤初美著	S4/14214
美人をつくる栄養レッスン	朝日新聞出版編著	S4/12878
「シンデレラ体重」が危ない : やせれば本当に幸せになれるの?	黒住紗織, 日経BP総合研究所(ヘルシー・マザリング・プロジェクト)編著	S4/20874
健康の科学知識 : 食事、睡眠、美容、体調・・・・、知って役立つ体の知識50		S4/20540
魔法のダイエットみそ汁 : 食べるだけでみるみるやせる	江部康二監修/岩崎啓子料理	S4/23204
#モデルがこっそり食べている3日で2kgやせるごちそうサラダ	Atsushi著	S5/18049
#モデルがこっそり飲んでいる3日で2kgやせる魔法のスープ	Atsushi著	S5/18050
コストコ瞬食ダイエット : 運動ゼロで、食べてやせる。	松田リエ著	S4/23178
オトナ女子のための美肌図鑑 (美人開花シリーズ)	かずのすけ著	S5/16285
プチプラ・メイク / hiromi著		S5/12460
プチプラネイルBook : 100均×簡単裏ワザでできる!	アッキー, めんちゃん, 山葵著	S5/12461
愛される色 : オトナ世代の色えらび	七江亜紀著	S5/14949

書名	著者名	請求記号
おしゃれの教科書 : 女の子のための映画スタイルブック	杉浦さやか著	S5/14952
フランス式美の流儀	クレマンヌ・フォン・ミフリング著 春田純子訳	S5/21434
ねことパリジェンヌに学ぶリラックスシックな生き方	米澤よう子著	S5/17415
The french style book : カジュアルで女性らしいパリジェンヌな着こなし	福田麻琴著	S5/17404
フランス伯爵夫人に学ぶ美しく、上質に暮らす45のルール	ドメストル美紀 [著]	S5/17456
大人パリジェンヌStories : おしゃれと恋と日常と	米澤よう子著	S5/17417
大学1年生の歩き方 : 先輩たちが教える転ばぬ先の12のステップ	トミヤマユキコ, 清田隆之著	S3/15998
自立力を磨く : お金と組織に依存しないで豊かに生きる	藤村靖之著	S3/20805
呼吸で心を整える (Forest 2545 shinsyo:111)	倉橋竜哉著	S4/19164
心をととのえるスヌーピー : 悩みが消えていく禅の言葉	チャールズ・M.シュルツ[原]著 谷川俊太郎訳/枡野俊明監修	S1/21491
くよくよしない力	フジコ・ヘミング著	S7/16500
東京ミュージアムグッズ図鑑 : Tokyo museum goods		S0/4470
めくれば始まる世界一周	栗原良平, 栗原純子 [著]	S2/10893
ときめく花図鑑 (Book for discovery)	中村文文/水野克比古写真	S6/14055
ぱんだ	岩合光昭著	S7/23060