

夏を乗りきる



愛媛県立図書館医療健康情報コーナー展示
 <令和2年5月30日～7月30日>

新型コロナウイルスの影響で、マスクが手放せないまま、
 蒸し暑い夏を迎えようとしています。
 この時期に気をつけたい熱中症について、
 また、疲れたからだをいたわるための健康法などに関する本を集めました。

※リストに掲載している資料は、この分野の所蔵資料の一部です。

No.	書名	著者名	出版者	出版年月	請求記号
1	「脱水症」と「経口補水液」のすべてがわかる本	谷口 英喜／著	日本医療企画	2018.7	493.12-タヒ-2018
2	絵でわかる食中毒の知識	伊藤 武／著	講談社	2015.11	493.15-イタ-2015
3	熱中症の現状と予防	澤田 晋一／編著	杏林書院	2015.7	493.19-サシ-2015
4	熱中症対策マニュアル	稲葉 裕／監修	エクスナレッジ	2011.6	493.19-ネツ-2011
5	熱中症	日本救急医学会／監修	へるす出版	2017.5	493.19-ネツ-2017
6	現場で使う!!熱中症ポケットマニュアル	三宅 康史／編著	中外医学社	2019.7	493.19-ミヤ-2019
7	学んで実践!太陽紫外線と上手につきあう方法	佐々木 政子／編著	丸善出版	2015.6	494.8-サマ-2015
8	ぐっすり。	鍛治 恵／著	新潮社	2013.8	498.36-カメ-2013
9	睡眠(ねむり)のなぜ?に答える本	大川 匡子／監修	ライフ・サイエンス	2019.1	498.36-ネム-2019
10	入浴の事典	阿岸 祐幸／編	東京堂出版	2013.6	498.37-ニユ-2013
11	お風呂ストレッチ	久永 陽介／著	秀和システム	2010.11	498.3-ヒヨ-2010
12	疲労回復ストレッチ	小林 邦之／監修	成美堂出版	2019.3	498.3-ヒロ-2019
13	ちょっと調子がよくないときのいたわりスープ	今泉 久美／著	河出書房新社	2015.1	498.58-イク-2015
14	からだに役立つ薬膳・漢方の食材便利帖	幸井 俊高／監修	学研プラス	2015.11	498.58-カラ-2015
15	旬の野菜の栄養事典	吉田 企世子／監修	エクスナレッジ	2016.5	498.58-シユ-2016
16	薬膳	ちづか みゆき／著	翔泳社	2019.8	498.58-チミ-2019
17	病気と不調を自分で治す!家庭おくすり大事典	長屋 憲／監修	主婦の友社	2017.2	498.58-ビヨ-2017
18	薬膳・漢方食材&食べ合わせ手帖	諭 静／監修	西東社	2018.7	498.58-ヤク-2018
19	そよ風のシニアごはん	ユニマツ リタイアメント・コミュニティ／著	誠文堂新光社	2016.11	498.59-ソヨ-2016
20	熱中症を防ごう	堀江 正知／著	中央労働災害防止協会	2016.4	498.8-ホセ-2016
21	ハーブティーブレンド100	しばた みか／著	山と溪谷社	2018.10	499.87-シミ-2018
22	スパイス百科	丁 宗鐵／編著	丸善出版	2018.1	499.87-テム-2018
23	紫外線・熱中症を防ぐ日除け	川西 利昌／著	技報堂出版	2012.7	524-カト-2012
24	エアコンのいない家	山田 浩幸／著	エクスナレッジ	2011.7	528.2-ヤヒ-2011
25	専門店が教えるスパイスの基本	レピス・エピス／監修	PHP研究所	2013.7	596-セン-2013
26	ミツカン社員のお酢レシピ	ミツカン／監修	幻冬舎	2012.5	596-ミツ-2012
27	カラー図鑑スパイスの秘密	ジル・デイヴィーズ／著	西村書店	2019.6	617.6-デジ-2019
28	育てて楽しむウメ百科	三輪 正幸／著	家の光協会	2018.3	625.54-ミマ-2018
29	育てて楽しむはじめての緑のカーテン	緑のカーテン応援団／著	家の光協会	2011.6	629.75-ソダ-2011
30	花も実もあるよ!緑のカーテン	サカタのタネ「緑のカーテン」普及チーム／著	農山漁村文化協会	2013.5	629.75-ハナ-2013