

電子図書館からのお知らせ 5月

新着コンテンツのご案内



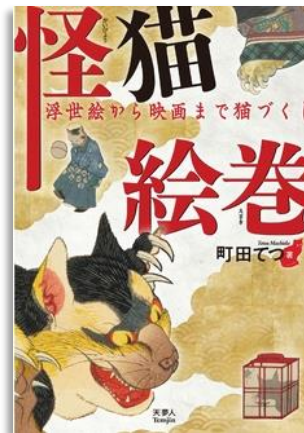
**1年で50kg やせた医師が
やっている
おさんぽダイエット**
石原 広章/著

123kg から 72kg に。
ストレスゼロで、楽しく続けら
れる! ダイエットに悩む医師が
考案したジムいらずの「やせる
歩き方」を、「やせた」医師本人
が教えます。



75歳の親に知ってほしい!
筋トレと食事法
大坂 貴史/著

75歳以上でも、筋トレと食事は
裏切らない。高齢者がさらに元氣
で長生きするためのエッセンス
を、食事と運動を中心に解説。科
学的に証明されたよい食事・よい
筋トレ・よいリラクゼーションと
予防医学を紹介する。



怪猫絵巻
浮世絵から映画まで猫づくし
町田 てつ/著

猫にまつわる「怪」を多くの
テーマを通して解説。
「三大化け猫騒動の妖猫」などの
テーマで浮世絵を中心に黄表紙、
図絵・図、怪猫譚などを展開する
ほか、化け猫映画、民芸ほか多彩
なビジュアルで「怪猫」の奥深さ
を追及する。



魔眼の匣の殺人
今村 昌弘/著
遠田 志帆/装画
鈴木 久美/装幀

その日、“魔眼の匣”を9人が訪れた。
人里離れたその施設の主は、予
言者と恐れられる老女だ。
彼女は葉村譲と剣崎比留子をはじめ
とする来訪者に「あと2日のうちに、
この地で4人死ぬ」と告げた…。
シリーズ第2弾。



グラニー編みの教科書
楽しく編みながらマスターする
ミカ・ユカ/著



**じつは伝わっていない
日本語大図鑑**
山口 諤司/監修

徳島市電子図書館 <https://web.d-library.jp/tokushima/>



徳島市電子図書館
キャラクター
プレスちゃん



新刊続々入荷中!
詳しくはホームページを
チェックしてね♪