

はまゆう図書館 12月展示リスト
「快適な暮らし」

今月のテーマは「快適な暮らし」です。心地よい生活を送れるように、
図書館からお勧めの本を集めました。

展示期間：12/1（月）～28（日）

展示コーナーにない資料は予約してください

ChatGPT120%活用術 世界中で話題の会話型AI

ChatGPTビジネス研究会／著 宝島社 請求記号 資料番号
007.13 6110358568

内容
紹介

ビジネス文書が爆速で書ける、ネット検索が10倍速くなる、エクセルの使い方を教えてもらう…。会話型AI「ChatGPT」を使い始めるための登録方法から、さまざまな使い方・コツまでをわかりやすく紹介する。

脱定年時代の歩き方

仕事 お金 生活 40歳、
50歳からの備えで安心!

横手 彰太／著 Gakken 請求記号 資料番号
367.7 6110364871

内容
紹介

知っておくべき老後のリアルな問題とその解決策とは? 40代～70代それぞれの働き方戦術、お金と生活戦略を紹介する。脱定年時代を生き抜くための7つのヒントも掲載。人生100年時代ロードマップ付き。

作業療法士が伝えたいケガをしない家づくり 住宅内事故を防ぐ50の方法

満元 貴治／著 学芸出版社 請求記号 資料番号
527 6110364236

内容
紹介

転倒、転落…。家の中でたくさん事故が起こっているのを知っていましたか? 作業療法士としてリハビリに携わった著者が、住宅内事故を防ぐためにどうすればよいのかを、「50の方法」として提唱します。

優しいコミュニケーション 「思いやり」の言語学

村田 和代／著 岩波書店 請求記号 資料番号
801.03 6110357610

内容
紹介

日常の会話やビジネス会議、オンラインの話し合いやリスクコミュニケーションを、社会言語学の視点から分析。コミュニケーションを成り立たせる条件や、誰も排除しない社会に向けた「人に優しい話し方・聞き方」を考える。

書名	著者	出版者	請求記号	資料番号
脳活性あやとり 指を動かすと脳がイキイキ	有木 昭久／著	ブティック社	IK798	6110351134
ゆっくり学ぶ 人生が変わる知の作り方	岸見 一郎／著	集英社クリエイティブ	002	6110340756
あなたのなつかしい一冊	池澤 夏樹／編	毎日新聞出版	019.9	6110343495
機嫌がいい人ほど人生はうまくいく	和田 秀樹／著	宝島社	141.6	6110434724
身体(からだ)と心が美しくなる禅の作法 だれでもできる一日一禅	星 覚／著	主婦の友社	188.86	6110090922
タイの毎日 笑顔でのんびり過ごすヒント47×基礎知識×タイカルチャー	ぷくこ／著	翔泳社	292.37	6110361083
すぐできる60歳からの自宅防犯ワザ100 効果的でかんたん!	日本防犯学校／著	宝島社	368.6	6110357792
思いっきり笑える! 要介護シニアも集中して楽しめる運動不足解消体操40	斎藤 道雄／著	黎明書房	369.26	6110360713
プチプラで「地震に強い部屋づくり」	辻 直美／著	扶桑社	369.31	6110344063
老いてもいい、病んでもいい「常識」を捨てたらラクになる	香山 リカ／著	新日本出版社	490.4	6110358766
カラダのすべてを肛門は知っている	赤羽根 拓弥／監修	カンゼン	491.34	6110352843
足・ふくらはぎのツボ地図大全 よくある不調がすっきりラクに!	五十嵐 康彦／著	河出書房新社	492.7	6110336622
不眠睡眠障害治療大全	井上 雄一／監修	講談社	493.7	6110362651
心療内科医が教える本当の休み方	鈴木 裕介／著	アスコム	498.39	6110363964
トコトンやさしい消臭・脱臭の本	光田 恵／編著	日刊工業新聞社	519.75	6110332142
猫と暮らす住まいのつくり方 猫も人も快適な家づくりと工夫がわかる	金巻 とも子／監修	ナツメ社	527	6110242945
人生がキラめく靴選び ストレスなく歩ける!スタイルも整う!!	森 千秋／著	河出書房新社	589.25	6110289086
ごみを出さない気持ちのいい暮らし	高砂 雅美／[ほか著]	家の光協会	590.4	6110341432
やさしい家庭電気・情報・機械	藪 哲郎／著	講談社	592.4	6110356448
暮らしを豊かに彩る100種類のお茶	お茶と暮らし研究会／編	自由国民社	596.7	6110362081
三上真史の趣味の園芸のはじめかた 育てる&楽しむ50のヒント	三上 真史／著	NHK出版	620	6110356836
安全運転寿命を延ばすレッスン 最愛カーライフをいつまでも!	松田 秀士／著	小学館	681.3	6110283006
カラー筆ペンで楽しむはじめての絵手紙	朝日新聞出版／編著	朝日新聞出版	724	6110298624
はじめての実用おりがみ 季節と暮らしを豊かにする	小林 一夫／監修	朝日新聞出版	754.9	6110338552
「音楽する」は脳に効く 弾く・聴く・歌うで一生アタマは進化する	重野 知央／編著	Gakken	761.12	6110348213
ちょっとそこまでおでかけ俳句 毎日が新鮮に!俳句入門	辻 桃子／著	主婦の友社	911.30/ツジ	6110354104

こちらに掲載されているのは、展示されている図書の一部です。展示図書は常時入れ替えますので、またお立ち寄りください。