

1月の特集

<一般特集>

心も体もあたたかい
1年に！！

書名	作者
健康ホームストレッチ 肩コリ・腰痛などの悩みも自分ですっきり解消できる！	山田 多佳子 // 監修
体温を上げると健康になる	斎藤 真嗣 // 著
シルバー川柳 誕生日ローソク吹いて立ちくらみ	全国有料老人ホーム協会 // 編 ポプラ社編集部 // 編
孫を100倍かわいく撮る シニアのための写真塾	GOTO AKI // 監修 木村 文平 // 監修
お灸女子1年生 冷えない。むくまない。新しい、わたし。	北川 毅 // 著
空の上で本当にあった心温まる物語	三枝 理枝子 // 著
ゆるすいっち。カラダをゆるませるとココロが許せるようになる奇跡のスイッチワーク	おのころ 心平 // 著
こまり顔のハチ 幸せを呼ぶ猫	
人生はワンチャンス！「仕事」も「遊び」も楽しくなる65の方法	水野 敬也 // 著 長沼 直樹 // 著
あったかおかゆ うれしい！たのしい！おいしい！	あまつか じゅんこ // 著

など・・・

※ このリストは、テーマに沿った資料を網羅的に紹介したり
リストに挙げられた資料を推薦したりするものではありません。

1月24日まで