



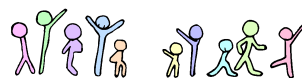
がんばろう日本！

今月の特集は
元気になる本と5月に関する本を集めました。
地震に関する本もあります。

《特集本のタイトル一部紹介》



- 『いくつになっても「**元気**な脳」でいる方法』
- 『きれいになる女弁当**元気**になる男弁当』
- 『野菜の**元気**食堂』
- 『ドケチ道 会社を**元気**にする「生きたお金」の使い方』
- 『高齢者の毎日できる指遊び・手遊びで機能訓練 若さと**元気**は手足から』
- 『日経 WOMAN **元気**のバイブル』
- 『繁盛店の教訓 小さくても**元気**なお店』
- 『心も体もリフレッシュヨガで**元気**に！』
- 『温泉の底力 日本を**元気**にする極上の愉しみ』
- 『『早起き』は生きる力！ 脳がよるこぶ**元気**になる！』
- 『「**地震**でも安心な家」に住みたい』
- 『**地震**から子どもを守る 50 の方法』
- 『緊急**地震**速報 そのとき、あなたは、どうしますか？』
- 『東京直下大**地震**生き残り地図』



《新刊本の一部紹介》

『心を整える』 長谷部 誠/著

プロサッカー選手初めの自己啓発書。誰もが実践できるメンタル術！ 心は鍛えるものではなく、整えるもの。いかなる時も安定した心を備えることが、常に力と結果を出せる。日本代表キャプテンとして、チームを勝利へ導いた男の実践的メンタルコントロール術です。

『大人の流儀』 伊集院 静/著

苦難に立ち向かわなければならないとき。人に優しくありたいと思ったとき。どうしようもない力に押し潰されたとき。自分のふがいなさが嫌になったとき。大切な人を失ってしまったとき。とてつもない悲しみに包まれたとき。こんなとき、大人ならどう考え、どう振る舞うのだろう。人はそれぞれ事情をかかえ、平然と生きている。「本物の大人」になりたいあなたに捧げる、この一冊です。

『よなかの散歩』 角田 光代/著

雑誌『オレンジページ』で連載中の人気エッセイが、待望の単行本化！ 大好きな食べ物や料理の話、新しい家族への愛、旅行への熱い思い…などなど。日々のことを、やわらかで、軽やかな視点で見つめたエッセイ集です。