

電子図書館からのお知らせ

新着コンテンツのご案内





来たよ! なつかしい一冊

池澤 夏樹/編寄藤 文平/絵

「こころ」「そんなときなんていう?」「7 つの習慣」…。 荻上チキ、三浦しをん、谷口恭ら、人気作家 50 人が、夢中で読んだくわたしだけの一冊>を紹介するブックガイド。



世界の一流は「休日」に 何をしているのか

越川 慎司/著

どのような休日を過ごせば、心身のリフレッシュを図って、仕事のパフォーマンスを高めることができるのか? 世界の一流ビジネスパーソンの休日の過ごし方から、「休み方改革」のための具体的なアクションを紹介する。



ひとり暮らしを楽しむ お部屋図鑑

MdN 編集部/編



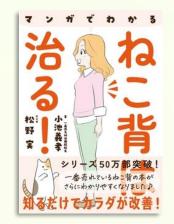
私はヤギになりたい

内澤 旬子/著

ちょうどいいわがまま

鎌田 實/著

自分の人生は、他人まかせにしないことが大事。これまでの「枠」から外れて、ワクワクする生き方をしてみませんか。ドライでクールだけどやんちゃでちょっと熱い、鎌田流「自分主義」のすすめ。



マンガでわかるねこ背は治る!

小池 義孝/著 松野 実/マンガ

知るだけでカラダが改善! ねこ背が招く見た目と体への悪影響や、ねこ背の見分け方を解説した上で、立ち方・座り方から、ウォーキング、日常の動作、エクササイズまで、ねこ背を治す方法をマンガとともに紹介する。





徳島市電子図書館 キャラクター プレスちゃん

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

チェックしてね♪ 計しくはホームページを **新刊続々入荷中!**