



クレオ大阪東のブックフェア ～夏の疲れた心と体を整える～



今回のブックフェアは、
夏の疲れが出やすい季節。少しでも疲れた心と体を整えるために関連する書物を集めました。

タイトル	著 者	出版社	出版年	請求記号	館
薬膳ごはん	杏仁美友	大和書房	2011	11-4	東
心と体をイキイキさせたい人へ	黒田クロ 矢伏真理	青心社	2004	12-2	東
365日のゆる養成	阪口珠未	(株)エクснаレッジ	2020	12-5	東
こりや疲れをとるツボの本	オレンジページ 生活元気ブックス	オレンジページ	1999	12-5	東
医師が教えるアロマ&ハーブセラピー	橋口玲子:監修	毎日 コミュニケーションズ	2011	12-5	東
いやし図鑑	信田広晶	KADOKAWA	2021	12-5	東
心の整えかた	田中ウルヴェ京	NHK出版	2022	12-5	東
ごろ寝リセット！	矢間あや	飛鳥新社	2020	12-5	東
50歳からの心の疲れをとる習慣	下園壮太	日経BP	2023	12-2	中央
デジタルデトックスのすすめ	米田智彦	PHP	2014	15-1	中央
疲れをまるごとスッキリ消す！	杉森一広	図書印刷	2015	12-2	子育て



《クレオ大阪東 情報・図書コーナー》

貸出には図書利用カードが必要です。利用は無料です。
お探しの資料がほかのクレオ大阪にある場合は取り寄せることができます。
★利用時間★ 9：30～21：30