

新着図書からおすすめの5冊

毎週火曜日は、新着図書の配架日です。本日7月8日（火曜日）の新着図書の中からおすすめの本を紹介します。インターネット予約・貸出は、7月15日（火曜日）からです。

『ぐうたらでも血圧がグングン下がる50の方法』

高沢 謙二／著、主婦の友社／刊、請求記号：493.2/ Ta,57

内容：「お酒は飲んでも全然OK」「朝食はバナナ一本で十分」「激しい運動はしちゃダメ」「眠れなければ寝るな」…。ぐうたらな人でも無理なくできる、血圧を下げるための50の方法を提案。

著者紹介：1952年埼玉県生まれ。東京医科大学大学院卒業。東京医科大学八王子医療センター一病院長、同大学循環器内科教授、東京薬科大学客員教授、北京大学客員教授。医学博士。著書に「血圧革命」等。

『夢がかなう!魔法の眠り』

佐藤 富雄／著、東洋経済新報社／刊、請求記号：498.3/ Sa,87

内容：眠りに満足していますか?人は「快」の状態にあるとき、自分の潜在能力を最大限に発揮することができます。心地よく眠るだけで、幸せになって、夢までかなえていける。そんな魔法の眠りを紹介します。

著者紹介：北海道出身。早稲田大学卒業。医学博士、農学博士。著書に「愛されてお金持ちになる魔法の言葉」などがある。2012年逝去。

『しなやかな日本列島のつくりかた』

藻谷 浩介／著、新潮社／刊、請求記号：601.1/ Mo,82

内容：商店街、限界集落、観光、農業、医療、鉄道、まちづくり…。地元から奇跡が始まっている!地域振興について研究を行う著者と、日本を再生させる7人の“現智”の対話集。『新潮45』掲載に一部加筆・修正して書籍化。

著者紹介：1964年山口県生まれ。東京大学法学部卒。株式会社日本総合研究所調査部主席研究員。地域振興について研究、著作、講演を行う。NHK広島取材班との共著「里山資本主義」で新書大賞を受賞。

『ウナギと日本人』

筒井 功／著、河出書房新社／刊、請求記号：664.6/ Ts,93

内容：シラスウナギを養殖する投機行為に狂奔する人々。太平洋で発生し、波のまにまに日本へ辿り着くけなげでしづといウナギの一生…。それぞれ一生懸命に生きる、ウナギと人間の交渉

史。

著者紹介：1944年高知市生まれ。民俗研究者。元・共同通信社記者。正史に登場しない非定住民の生態や民俗の調査・取材を続ける。第20回旅の文化賞受賞。著書に「サンカの起源」など。

『平安人の心で「源氏物語」を読む』

山本 淳子／著、朝日新聞出版／刊、請求記号：913.36 /Y,31

内容：平安ウワサ社会を知れば、物語がとびきり面白くなる! 「源氏物語」における平安貴族の意識と記憶をひもとき、リアルな宮廷社会へと誘う。

著者紹介：1960年金沢市生まれ。京都大学大学院人間・環境学研究科修了、博士号取得(人間・環境学)。京都学園大学人間文化学部歴史民俗・日本語日本文化学科教授。

佐賀県立図書館 〒840-0041 佐賀県佐賀市城内二丁目1-41

Tel 0952-24-2900 Fax 0952-25-7049 E-mail saga-kentosyo@pref.saga.lg.jp