

# 赤穂市電子図書館ニュース

2024年6月号



発行 赤穂市電子図書館

<http://www.d-library.jp/ako13/>

イラスト：イラストわんパグ

## 電子図書館HPの背景と文字の色の変更について

- ・電子図書館HP上に「背景と文字の色」を変更するボタンあるのでクリックすると反映します。種類は3種類あるので選択できます
- ・電子書籍を読むときに変更する場合は、ツールメニューを表示し左上の「メニュー」をクリック⇒リーダー設定⇒色反転の項目を「ON」に変更⇒左上に設定を変更ボタンをクリックすると反映されます（※色の変更ができない電子書籍もあります）

## おすすめ電子図書の紹介



電子図書名	編著者
《歴史》	
自分史のすすめ	小池 新
象徴天皇の旅	井上 亮
《社会》	
江戸の目明し	増川 宏一
知っておきたい入管法	浅川 晃広
今すぐスマホで1000万円を稼ぐ	高橋 あき
《自然》	
ルーツを追って	長尾 衣里子
動物共生科学への招待	麻布大学ヒトと動物の共生科学センター
《産業》	
ずっと読みたい0才から100才の広告コピー	WRITES PUBLISHING
毎日読みたい365日の広告コピー	WRITES PUBLISHING
《芸術》	
僕たちはもう帰りたい	さわぐち けいすけ
裏側の君	皆月 つなみ
青に飛ぶ夢	皆月 つなみ
新海誠の世界を旅する	津堅 信之
スポーツビジネス15兆円時代の到来	森 貴信

# 今月のおすすめ 美容



顔と頭のツボ押しセルフケア 石垣 英俊 監修

## 内容紹介

顔と頭のツボを押すだけで、肩や首のこり、不眠、手足の冷え、イライラ、二日酔い、腰痛など、さまざまな不調を改善できる！全身の健康と美容のカギを握る顔と頭のツボとその押し方を、写真とともに紹介する。



皮膚科専門医が教えるメンズスキンケアパーフェクトガイド 小林 智子 著

## 内容紹介

スキンケアを始める前に知っておきたい肌の仕組みや、正しいシャンプーのやり方、洗顔料の選び方、体のおいケアなど、皮膚科専門医が医学的見地から、男性に必要なスキンケアを紹介します。



「何もつけない」美肌術 牛田 専一郎 著

## 内容紹介

化粧品は使いません。石けんも日焼け止めもいりません。乾燥肌・敏感肌、ニキビ、シミ・シワ、くすみ、毛穴の開きといったトラブルもすっきり解決する、科学的な根拠に基づく究極のスキンケア法を紹介します。



顔筋整骨セルフビューティ 村木 宏衣 著

## 内容紹介

ゆがみを正すだけで、あなたの顔は必ず変わる！有名女優、モデルたちが絶大な信頼を寄せる“ゴッドハンド”の美顔テク「顔筋整骨」を初公開。自分で簡単に実践できて、すぐに効果を実感できるケア方法が満載です。



化粧品を使わず美肌になる！ 宇津木 龍一 著

## 内容紹介

「一時的な美肌」ではなく、「一生モノの美肌」をつくる！0分でできる肌断食プログラムや、コスメ好きのための4ステップ肌断食など、肌本来の再生力を引き出す宇津木流のスキンケア法を紹介する。