

No.	資料識別子	資料コード	書名	著者名	分類	出版年	出版者	ISBN	請求記号
1	図書	51002905	なにをどれだけ食べたらいいの?	香川 芳子 // 監修	498.55	2016.7	女子栄養大学出版	978-4-7895-0922-0	M 498.55 / /
2	図書	51023804	整う食事	豊永 彩子 // 著	498.583	2020.2	実業之日本社	978-4-408-33903-0	M 498.58 / /
3	図書	51029632	睡眠こそ最強の解決策である	マシュー ウォーカー // 著	491.371	2018.5	SBクリエイティブ	978-4-7973-9584-6	M 491.37 / /
4	図書	51001655	朝ごはんの献立	飯島 奈美 // 著	596	2008.11	池田書店	978-4-262-12930-3	596 / /
5	図書	11144718	ホームヘルパーに学ぶ一人分でもおいしいおやつ	大日向 光 // 著	596	2003.7	中央法規出版	4-8058-2371-2	596 / /
6	図書	51008099	やせるおかずの作りおきかんたん177レシピ	松尾 みゆき // 著	596	2017.5	新星出版社	978-4-405-09337-9	596 / /
7	図書	51001333	体にいい時短おかず	武蔵 裕子 // 著	596	2016.7	永岡書店	978-4-522-43460-4	596 / /
8	図書	51006071	おいしい発酵食生活	真藤 舞衣子 // 著	596	2017.2	講談社	978-4-06-220479-8	596 / /
9	図書	51024862	からだを整う発酵おつまみ	真藤 舞衣子 // 著	596	2020.5	立東舎	978-4-8456-3482-8	596 / /
10	図書	11146856	長寿食に学ぶ	幕内 秀夫 // 著	596.21	2003.5	集英社	4-08-781237-5	596.21 / /
11	図書	51004311	ちょっと具合のよくないときの体操	清水 聖志人 // 監修	498.3	2014.12	日東書院本社	978-4-528-01270-7	M 498.3 / /
12	図書	51024996	あなたに効く15秒ストレッチ	水野 安祥 // 著	498.3	2020.5	マイナビ出版	978-4-8399-7187-8	M 498.3 / /
13	図書	51027928	いやし図鑑	信田 広晶 // 著	498.3	2021.6	KADOKAWA	978-4-04-680589-8	M 498.3 / /
14	図書	51004676	ハーブティー大事典	榊田 千佳子 // 監修	499.87	2014.9	学研パブリッシング	978-4-05-800340-4	M 499.87 / /
15	図書	51028294	大人女子のためのココロとカラダがよるこぶアロ		499.87	2018.5	パイインターナショナル	978-4-7562-5022-3	M 499.87 / /
16	図書	51025226	へやトレ体操	森 俊憲 // 著	780.7	2020.7	主婦の友社	978-4-07-444518-9	780.7 / /
17	図書	51018037	エンハーブ式ハーブティーPerfect Book	エンハーブ // 監修	499.87	2018.3	河出書房新社	978-4-309-28672-3	M 499.87 / /
18	図書	51022379	アロマテラピー図鑑	佐々木 薫 // 監修	499.87	2019.9	主婦の友社	978-4-07-437978-1	M 499.87 / /
19	図書	51004974	メディカルハーブの事典	林 真一郎 // 編	499.87	2016.10	東京堂出版	978-4-490-10886-6	M 499.87 / /
20	図書	51020870	みそ玉	村上 祥子 // 著	498.583	2019.2	永岡書店	978-4-522-43701-8	M 498.5 / /
21	図書	51017174	健康効果がひと目でわかる!食材&料理知恵	食の栄養と効能を科学する	498.583	2018.1	秀和システム	978-4-7980-5310-3	M 498.5 / /
22	図書	51018304	NHKガッテン!“医者いらず”の賢い食べ方	NHK科学 環境番組部 //	498.583	2018.4	主婦と生活社	978-4-391-64112-7	M 498.5 / /
23	図書	51029600	60代からの最高の体調	平澤 精一 // 著	498.3	2022.3	アスコム	978-4-7762-1195-2	M 498.3 / /
24	図書	51011241	なぜ、「これ」は健康にいいのか?	小林 弘幸 // 著	498.3	2011.4	サンマーク出版	978-4-7631-3039-6	M 498.3 / /
25	図書	51007292	医者に「歩きなさい」と言われたら読む本	青山 剛 // 著	498.35	2016.12	池田書店	978-4-262-16557-8	M 498.3 / /
26	図書	51021061	疲労回復ストレッチ	小林 邦之 // 監修	498.3	2019.3	成美堂出版	978-4-415-32596-5	M 498.3 / /
27	図書	51028376	免疫力を高める塩レシピ	青山 志穂 // 著	498.583	2021.10	あさ出版	978-4-86667-306-6	M 498.58 / /
28	図書	11120663	水中ウォーキング健康法	野村 武男 // 監修	785.2	2000.6	講談社	4-06-210221-8	785.2 / /
29	図書	51024642	女子栄養大学のスポーツ栄養教室	上西 一弘 // 監修	780.19	2020.3	女子栄養大学出版	978-4-7895-5136-6	780.19 / /