

# 肝臓の本

7月28日は「世界肝炎デー」です。

食べ過ぎ・飲みすぎに気をつけるなど、肝臓にやさしい生活は、全身の健康にもつながるそうです。

以下の本はすべて図書館で貸出できますので、どうぞご利用ください。

## まずはここから！肝臓のきほん



請求記号	書名	著者名	出版者
493/シ	<b>C型肝炎・B型肝炎・脂肪肝・肝硬変・肝がん</b>	泉 並木／総監修	NHK出版
493/ワ	<b>肝臓病 治る時代の基礎知識</b>	渡辺 純夫／著	岩波書店
493.4/オ	<b>B型肝炎</b>	奥泉 尚洋／著	岩波書店
493.4/カ	<b>肝炎のすべてがわかる本</b>	泉 並木／監修	講談社
493.4/ナ	<b>C型肝炎B型肝炎</b>	中嶋 俊彰／著	主婦の友社
493.4/エ	<b>よくわかる肝臓病</b>	主婦の友社／編	主婦の友社

## おいしく食べて元気な肝臓へ！食生活について



請求記号	書名	著者名	出版者
493.1/ケ	<b>健康ダイエット</b>	宮崎 滋／監修	NHK出版
493.1/ヒ	<b>低糖質スイーツ</b>	日高 宣博／著	誠文堂新光社
493.4/カ	<b>肝臓病の基本の食事</b>	横山 泉／監修	学研パブリッシング
498.5/ア	<b>新しい糖質量ハンドブック</b>	板垣 好恵／監修	英和出版社
596/タ	<b>体脂肪計タニタの社員食堂</b>	タニタ／著	大和書房

## 知っておきたい！アルコール依存症について



請求記号	書名	著者名	出版者
493.1/ア	<b>アルコール依存症から抜け出す本</b>	樋口 進／監修	講談社
493.1/サ	<b>しくじらない飲み方</b>	斉藤 章佳／著	集英社
493.7/サ	<b>依存症と家族</b>	斎藤 学／著	学陽書房
493.7/ナ	<b>「やめられない心」依存症の正体</b>	クレイグ ナッケン／著	講談社

# 三春町民図書館利用案内



## 本、DVDなどの借り方・返し方

### 借り方

本やDVDなどを借りるには、図書利用カードが必要です。

「利用カード申込書」に必要事項を記入のうえ、カウンターに申し出てください。

### 利用できる人

- ◇ 三春町に住んでいる方
- ◇ 三春町に通勤・通学している方
- ◇ 近隣の市町村に住んでいる方…こおりやま広域圏連携中枢都市圏内に住んでいる方は、利用できます。詳しくは、職員におたずねください。

### 本、ビデオなどの貸出期間

- ◇ 本・雑誌・紙芝居…1人5冊 借りた日の翌日から14日間
- ◇ ビデオテープ、DVDなど…1人2点 借りた日の翌日から14日間

☆図書館蔵書

検索ページ

QRコード



### 蔵書検索

パソコンやスマートフォンから蔵書の検索ができます。

## 調べもの・レファレンスサービス

- ・各種辞典、年鑑、法規集など、調べるための本を揃えています。
- ・蔵書検索用コンピュータ、インターネット用パソコン、フリーWi-Fiを使用できます。
- ・調べ物のお手伝いをいたします。図書館職員にお気軽にご相談ください。

## その他のサービス ～カウンターにお声かけください～

### 予約サービス

貸出中の資料は予約することができます。「予約申込書」でお申し込みください。

インターネットからも予約できます。詳しくはお問い合わせください！

### リクエストサービス

図書館に無い資料は、購入または他の図書館から借りるなど、出来るだけご要望にお応えします。

### 団体貸出

三春町で活動しているサークル・文化団体、各学校などに団体貸出をしています。

## 問い合わせ

三春町民図書館 〒963-7759福島県田村郡三春町字大町12-1 NTTビル1階

Tel : 0247-62-3375 Fax : 0247-61-1026

開館時間 : 10 : 00～18 : 00

休館日 : 月曜日、祝日、第一水曜日、年末年始、特別整理日（10月上旬）