

2階閲覧室展示「何かスポーツ始めませんか」図書リスト

展示期間：6月1日～6月30日 県立奄美図書館

番号	資料番号	書 名	著 者 名	出 版 者	出版年	請求記号
1	0211405766	医師がすすめるウォーキング	泉/嗣彦 著	集英社	2005. 4	498. 3/4005
2	0211184635	知識ゼロからのウォーキング入門	小出/義雄 著	幻冬舎	2008. 9	498. 3/7008
3	0211014923	通勤ウォーキングでいこう	内藤/憲吾 著	洋泉社	2004. 11	498. 3/704
4	0211430681	<湯浅式>速効ウォーキング	湯浅/景元 著	山海堂	2005. 7	498. 3/7005
5	0211109830	かんたん健康法コツのコツ 1		リブリオ出版	2007. 4	498. 3/7007/1
6	0211109848	かんたん健康法コツのコツ 2		リブリオ出版	2007. 4	498. 3/7007/2
7	0211109855	かんたん健康法コツのコツ 3		リブリオ出版	2007. 4	498. 3/7007/3
8	0211109863	かんたん健康法コツのコツ 4		リブリオ出版	2007. 4	498. 3/7007/4
9	0211216965	10代スポーツ選手の栄養と食事	川端/理香 監修	大泉書店	2009. 7	780. 1/7009
1 0	0211213152	5色を食べるスポーツ栄養塾	鈴木/いづみ 監修	学研	2009. 3	780. 1/7009
1 1	0211380217	子どものためのスポーツめし	新生/暁子 著	樫出版社	2011. 2	780. 1/011
1 2	0211472774	ジュニアのためのスポーツ食事学	柴田/麗 [著]	学研パブリッシング	2012. 11	780. 1/7012
1 3	0211315122	筋トレ以前のからだの常識	平石/貴久 著	講談社	2010. 6	780. 1/7010
1 4	0211008891	ゼロからは始める!筋トレプログラムの作り方	有賀/誠司 著	山海堂	2005. 6	780. 7/7005
1 5	0211019765	図解トレーニング身体意識を鍛える	高岡/英夫 著	青春出版社	2004. 4	780. 7/704
1 6	0211138599	仕事ができる人はなぜ筋トレをするのか	山本/ケイイチ 著	幻冬舎	2008. 5	780. 7/7008
1 7	0211012224	超カンタン「関節体操」	白木/仁 著	講談社	2006. 12	781. 4/7006
1 8	0211448923	実はスゴイ!大人のラジオ体操	中村/格子 著	講談社	2012. 4	781. 4/7012
1 9	0211063508	誰でも完走できる!ランニング美人	市河/麻由美 監修	アスキー	2008. 1	782/4008
2 0	0211482831	ウォーキングから始める50歳からのフルマラソン	金/哲彦 著	講談社	2012. 11	782/7012
2 1	0211018577	佐藤千恵子のレッツ!ランニング Vol. 1		ベースボール・マガジン社	2005. 10	782/7005
2 2	0211229612	骨盤ランニング	中島/靖弘 著	ベースボール・マガジン社	2010. 8	782/7010
2 3	0211222559	大人ラン	藤原/美智子 著	講談社	2009. 12	782/7009
2 4	0211141353	きれいになれるランニング	牧野/仁 著	大修館書店	2008. 11	782/7008
2 5	0211139415	歩くからは始める42. 195km	内山/雅博 著	講談社	2008. 9	782. 3/7008
2 6	0211050059	マラソン完走BOOK	谷川/真理 監修	成美堂出版	2003. 10	782. 3/703

番号	資料番号	書名	著者名	出版者	出版年	請求記号
27	0211136700	ぐんぐんうまくなる!バスケットボール	吉田/健司 著	ベースボール・マガジン社	2008.5	783.1/㊦008
28	0211088760	もっとうまくなる!バレーボール	木村/正憲 監修	ナツメ社	2008.6	783.2/㊦008
29	0211436860	ほまれ	澤/穂希 著	河出書房新社	2008.7	783.4/㊦008
30	0211437306	なでしこ力	佐々木/則夫 著	講談社	2011.1	783.4/㊦011
31	0211220090	夢をかなえるサッカーノート	中村/俊輔 著	文藝春秋	2009.9	783.4/㊦009
32	0211427760	上昇思考	長友/佑都 著	角川書店	2012.5	783.4/㊦012
33	0211124755	ぐんぐんうまくなる!硬式テニス	内山/勝 著	ベースボール・マガジン社	2008.8	783.5/㊦008
34	0211009766	ぐんぐんうまくなる!バドミントン	名倉/康弘 著	ベースボール・マガジン社	2007.6	783.5/㊦007
35	0211211503	男道	清原/和博 著	幻冬舎	2009.1	783.7/㊦009
36	0211404546	野球へのラブレター	長嶋/茂雄 著	文藝春秋	2010.8	783.7/㊦010
37	0211139076	エースの品格	野村/克也 著	小学館	2008.5	783.7/㊦008
38	0211113840	星野流	星野/仙一 著	世界文化社	2007.11	783.7/㊦007
39	0211221890	還暦力	村田/兆治 著	朝日新聞出版	2009.11	783.7/㊦009
40	0211215264	みるみる上達ゴルフの基本	岸/和也 著	コスミック出版	2009.6	783.8/㊦009
41	0211108634	I am here	宮里/藍 著	角川SSコミュニケー ションズ(発売)	2008.7	783.8/㊦008
42	0211215835	あなたが変わるまで、わたしはあきらめない	井村/雅代 著	光文社	2009.5	785.2/㊦009
43	0211447099	子どもと楽しむ山歩き	上田/泰正 著	山と溪谷社	2012.7	786.1/㊦012
44	0211368550	始める・やり直す40歳からの山登り	クラブツーリズム株式会 社 編	阪急コミュニケーションズ	2011.7	786.1/㊦011
45	0211019328	力士(ちからびと)の世界	木村/庄之助 著	文藝春秋	2007.11	7881/㊦007
46	0211062351	猪木語録	アントニオ猪木 著	扶桑社	2007.12	788.2/㊦007
47	0211318639	健康太極拳エクササイズ	雨宮/隆太 著	ベースボール・マガジン社	2010.11	789.2/㊦010
48	0211133343	技を極める柔道	柏崎/克彦 著	ベースボール・マガジン社	2007.11	789.2/㊦007
49	0211208640	もっとうまくなる!剣道	卯木/照邦 著	ナツメ社	2008.1	789.3/㊦008
50	0211133350	技を極める弓道	高柳/憲昭 著	ベースボール・マガジン社	2007.11	789.5/㊦007

○ここに紹介している図書以外にも、スポーツに関する図書があります。