

LIBRARY NEWS

No.72, Jan. 2018



72

- 館内の「頭すっきりエリア」
- おすすめダイエット本
- 図書館からのお知らせ
図書館利用についてお願い ほか



あけましておめでとうございます。



2018年の幕開けです。世間は、冬休みだ、初詣だ、書初めだ、スキーだ、とまったり過ごす方が多いですが、本学はあいにく試験期です。初詣くらいは行くことができて、「のんびり楽しい冬休み」には程遠い学生さんが多いのではないのでしょうか。

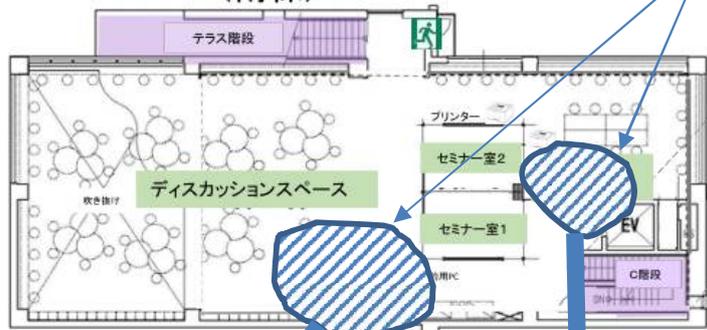
でも、大変な試験期もあと少し。終われば楽しい春休みが控えています。(たぶん)がんばって乗り切りましょう。

さて、試験期には図書館で勉強する学生さんも多いです。がんばりすぎてちょっと眠気が・・・でも、眠れない！なんてことがあるかもしれません。そのようなときには、ちょっと寒めの席でがんばってみてはいかがでしょうか。

頭すっきりエリア

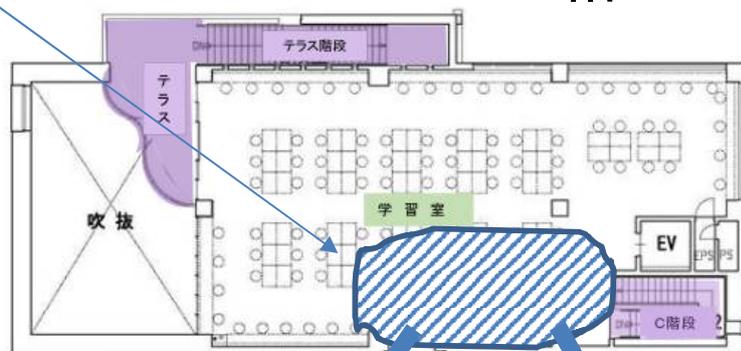
1階

(南棟)



(南棟)

2階



南棟1階
ディスカッションスペース
入り口付近



南棟1階
パソコンスペース
階段寄りの席



南棟2階
学習室
渡り廊下付近



南棟2階
学習室
C階段付近

みなさんも感じているとは思いますが、南棟が全体的に室温は低めです。特に天井にある換気口や渡り廊下の近くは、外気の影響を受けるようです。上着やひざ掛けなどで、調節をお願いします。なお、発熱する機器類の持込は止めてください。



図書館員おすすめ(笑)ダイエット本

1月は1年の始まり、身の引き締まる時期ですね。ところが、気持ちは引き締まっても、おいしいお正月料理でウェイトオーバーな方はいませんか？図書館にもダイエット本はありますので、ひそかに読んでみませんか。

でもごめんなさい！図書館員がオススメしますが、ダイエットの実証済みではありません。あくまで参考として、ご自分にあった実践できそうな本をセレクトしてください。ご利用をお待ちしています！



イラストで分かりやすい！デスクでも・布団でもどこでもヨガ！

ずぼらヨガ
図・2F開架/一般教養
781.4/Zub

王道！
カラダを動かそう！



もっとスゴイ!大人のラジオ体操 : 決定版
図・2F開架/一般教養
781.4/Mot



大人女子の体幹ストレッチ : もう二度と太らない体になる
2F開架/一般教養
781.4/Oto



美味しい！腸内改善、メタボ解消の体質改善につながりそうです！

もち麦ダイエットレシピ : お腹いっぱい食べても、しっかりやせる! : 糖質制限必要なし!
2F開架/一般教養
596/Moc

食べるのダイエット
減らせません!



体脂肪計タニタの社員食堂 : 500kcalのまんぷく定食
図・2F開架/一般教養
596/Tai



やせる食べ方 : 「激落ち」レシピで、26キロ減!
図・2F開架/一般教養
595.6/Yas

図書館からのお知らせ

・図書館利用・特別利用のルールは守りましょう！

全ての利用者の方が、安全・快適に利用するために必要なことですので、**ルールは必ず守って**ください。

・他の方のことも考えて利用しましょう！

この時期は、コート類をはじめ資料など持込荷物が増える傾向がありますが、**隣の席に荷物を置かないなど、一人で複数の席を使わない**ようにしてください。多くの方が利用できるよう、ご協力ください。

なお、時折**キャスター付きバッグ、巨大サイズのカバン、大きなスポーツ用品等**を持ち込もうとする人がいますが、通路を塞いだり、複数の席を使う原因となることから、**持込はお断り**します。

・体調が悪い時は無理せず休養しましょう！

図書館は、資料保存のため、湿度が低く、また閉鎖した空間であることから**感染しやすい環境**とされています。体調の悪いときに来ると、他の方につつしてしまうかもしれません。体調の悪い時は、ご自宅での休養をお願いします。

また、咳が出る時のマスク着用もお願いします。



長期貸出図書の返却期限は

1/15(月)まで

※長期貸出図書の期限延長はできません。

必ず、上記の期限までに返却をお願いします。

※借りた本を紛失、または汚してしまった場合は、平日9時～17時の間に図書館カウンターまでお知らせください。

