

「知りたい！温泉の効用」

健やか生活応援コーナーでは、話題のテーマや
時季に合わせてミニ展示を行っています。

毎月26日は「風呂の日」です！

春からの新生活でたまった疲れを温泉やお風呂で癒しませんか？

今回は、4月26日「風呂の日」にあわせて、疲労回復や健康維持に役立つ
温泉の効用など、温泉にまつわる本50冊を展示・貸出します。



期間：令和4年4月26日（火）～6月26日（日）

温泉を知ろう・温泉に行こう

- ・『図説日本の温泉 170温泉のサイエンス』

日本温泉科学会／監修 朝倉書店 (2020.3)

請求記号：4539／N6

資料番号：1110304381

- ・『医者が教える最強の温泉習慣』

一石英一郎／著 扶桑社 (2018.6)

請求記号：4925／I7

資料番号：1109994721

- ・『47都道府県・温泉百科』

山村順次／著 丸善出版 (2015.12)

請求記号：2910／Y25／2

資料番号：1109388346

- ・『温泉博士が教える最高の温泉 本物の源泉かけ流し厳選300』

小林裕彦／著 集英社 (2019.12)

請求記号：2910／K32／2

資料番号：1110264569

- ・『秘湯・名湯めぐりの山旅ガイド いい山いい宿いい温泉，全国版』

山と溪谷社／編 山と溪谷社 (2015.1)

請求記号：2910／Y5／13

資料番号：1109104842

おうちで温泉気分

- ・『入浴は究極の疲労回復術 おうち時間を快適に過ごす』

早坂信哉／著 山と溪谷社 (2021.7)

請求記号：4983／H 52／3

資料番号：1110559117

- ・『体温を1℃！上げなさい 「重炭酸温浴法」で免疫力を高めて万病を防ぐ！』

小星重治／著 自由国民社 (2020.4)

請求記号：4983／K 154

資料番号：1110332887

- ・『医者が教える小林式お風呂健康法』

小林弘幸／著 ダイヤモンド社 (2019.11)

請求記号：4983／K 85／22

資料番号：1110264403

- ・『足を温めると健康になる』

吉田佳代／著 あさ出版 (2015.11)

請求記号：4925／Y 4

資料番号：1109351104

温泉を読む

- ・『文豪が泊まった温泉宿50 “裸”になって本音を見せた』

週刊朝日編集部／著 朝日新聞出版 (2019.11)

請求記号：9102／A 7／2

資料番号：1110255708

- ・『温泉天国』

嵐山光三郎／[ほか] 著 河出書房新社 (2017.12)

請求記号：9146／A 76／14

資料番号：1110343785



リストには一部を掲載しています。
他にもいろんな本がありますので、
どうぞご来館ください。

令和4年4月作成

編集・作成：香川県立図書館資料課「健やか生活応援コーナー」担当