

運動したいあなたへ贈る本

Let's スポーツ



◀長友選手が実際に行ってきたトレーニング 方法を厳選し、初心者~上級者まで幅広く 対応した一冊。DVD付で分かりやすい!

長友佑都体幹トレーニング 20

長友佑都 著(ベストセラーズ, 2014)

.....

所蔵場所 3号館 図書コーナー

請求記号 780.7/N **資料 ID** 93143001



◀マラソン指導者によるウォーキング術。 歩く時のポイントだけでなく、痛みの対処 方法も参考になります。

からだが変わる体幹ウォーキング

金哲彦 著 (平凡社, 2009)

所蔵場所 呉分館 新書コーナー

請求記号 081/K **資料 ID** 93096339



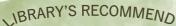
◄運動による筋肉疲労の回復をサポートするリカバリーごはんの簡単レシピを目的別に掲載。 スポーツのあとはごはんでリフレッシュ!

スポーツする人のためのリカバリー ごはん: 疲れを残さず、強いカラダを作る!

河谷彰子 監修(女子栄養大学出版部, 2019)

所蔵場所 呉分館 図書コーナー

請求記号 780.19/S 資料 ID 31960052



「東京オリンピック」を読む

東京オリンピック 文学者の見た世紀の祭典

講談社 編 (講談社, 2014)

所蔵場所1号館 文庫コーナー

請求記号 080/K

資料 ID 93190016

いよいよ来年に迫った東京オリンピック。

東京での開催は2度目となりますが、初開催の56年前はどんな様子だったのでしょう。

三島由紀夫や石原慎太郎など、当時の文化人たちは各々の視点や感想を通して祭典の様子を綴っています。その新聞や雑誌記事をまとめたルポルタージュ集がこちらの一冊。戦後間もない東京を舞台に繰り広げられた「復興の象徴」とも言えるスポーツの祭典に、思いを馳せてみてはいかがでしょうか。



観戦したいあなたへ贈る本

スポーツ豆知識

###600min 知ので感じる

フィギュアスケート観戦術

荒川静香 Arabaya Shiraba ■分かりにくい技も図解でスッキリ! 元フィギュア選手の荒川さんだから知る、 舞台裏エピソードも掲載。

知って感じるフィギュアスケート観戦術

荒川静香 著(朝日新聞出版, 2013)

所蔵場所 3号館 新書コーナー

請求記号 081/A **資料 ID** 93133230



アマチュア選手から日本代表まで 栄光の陰に"チームスタッフ"あり ■あらゆる面で選手を支える仕事について5度のオリンピック帯同経験を持つスーパー・ドクターが明かします。

スポーツの現場ではたらく

小松ゆたか 著 (イースト・プレス,2018)

所蔵場所 広島分館 新書コーナー

請求記号 081/K **資料 ID** 93189362

◀経営の視点から12球団を解説。 裏方の仕事などの雑学も満載で、 球場に行くのがより楽しくなるかも?

ドケチな広島、クレバーな日八ム、 どこまでも特殊な巨人

伊藤歩 著 (星海社, 2017)

所蔵場所 1号館 新書コーナー

請求記号 081/I **資料 ID** 93170215

図書館には雑誌もあります

本を読むのはちょっと苦手…という方は雑誌をどうぞ。 広国大図書館の各館でスポーツ雑誌を定期購読しています。 気になる特集があればぜひ手に取ってみてくださいね♪





イベント報告 2019年4月~8月

6/8 ブックハンティング&館長カフェ

「ブックハンティング」とは、書店に出向いて図書館に置きたい本を選ぶイベントのこと。 丸善広島店にて行い、今回は総勢13名の方が参加されました。

この本に ようかな



ブックハンティング後は 館長カフェを開催♪

読バ欲 みーし 敢立い 取っていきますい本の



広島キャンパスの幟町カフェで お弁当を食べながら館長先生と 楽しくおしゃべり。

図書館や本の話題で盛り上がり 親睦を深めました。



本を発見!





借りた図書は返却手続きを忘れずに」





貸出の手続きをした図書が、返却手続きされずに書架(本棚)へ 戻されていることがあります。その結果、延滞として貸出禁止 の罰則が科せられることも…。

また OPAC では貸出状態となるため、他の利用者にも迷惑をか けることにもなります。借りた図書は、必ずカウンターや返却 装置で返却の手続きを行ってください。

今後のイベント

くろせ・ひろこく交流図書館

東広島市立黒瀬図書館と広国大図書館が それぞれ所蔵する図書を交換・展示します。 期間中は学生証(職員証)で黒瀬図書館の図書を 借りることができます。

新たな図書との出会いもあるかも…? ぜひご利用ください!

【開催場所】図書館本館1号館 図書館本館3号館

【開催期間】10月9日(水)~12月10日(火)

広島国際大学図書館

東広島キャンパス

〒739-2695 広島県東広島市黒瀬学園台 555-36 (図書館本館1号館) TEL 0823-70-4504

呉キャンパス 広島キャンパス

計737-0112 広島県呉市広古新開 5-11-1 〒730-0016 広島県広島市中区幟町 1-5

(図書館本館3号館) TEL0823-70-4906 (図書館呉分館) TEL0823-73-8329 (図書館広島分館) TEL082-554-2050