

【理想の体(Body)をつくる [2020五輪応援企画] 展示図書リスト】

開架・企画展示E(2階)

No.	書 誌 情 報	請求記号	資料ID	備 考
	たべる			
1	若杉友子の「一汁一菜」医者いらずの食養生活 若杉友子著. -- 主婦と生活社, 2013	G 7.6 01741 329508	0003295087	
2	JISS国立スポーツ科学センターのアスリートレシピ：日本のトップアスリートを支えるバランスごはん115 国立スポーツ科学センター著. -- 主婦と生活社, 2012	G 10.8 01611 325954	0003259544	
3	健康づくりと競技力向上のためのスポーツ栄養マネジメント 鈴木志保子著. -- 日本医療企画, 2011	G 10.8 01610 325952	0003259528	
	鍛える/人体			
4	Joe Weider's muscle & fitness / マッスルアンドフィットネスジャパン. -- 日本語版. -- マッスルアンドフィットネスジャパン, 1987.	S 14.2 M		雑誌 閲覧/複写のみ
5	鍛える理由：筋トレが人生を変える! 石井直方著. -- 実業之日本社, 2010	G 10.8 01630 328531	0003285316	
6	「関節力」トレーニング：運動パフォーマンス劇的アップ&故障予防：世界基準の体を作る！ 牧野講平著. -- 講談社, 2016	G 10.8 01680 345218	0003452182	
7	基礎から学ぶ！ストレッチング 谷本道哉, 岡田隆, 荒川裕志著. -- ベースボール・マガジン社, 2009	G 10.8 01666 340956	0003409562	
8	基礎から学ぶ！筋力トレーニング 有賀誠司著. -- ベースボール・マガジン社, 2008	G 10.8 01666 340958	0003409589	
9	美しいボディラインをつくる女性の筋力トレーニング解剖学 フレデリック・ドラヴィエ著；長崎幸雄, 清水章弘訳. -- 大修館書店, 2005.	S 10.8 01529 300907	0003009076	
10	一生太らない体の作り方：成長ホルモンが脂肪を燃やす! 石井直方著. -- エクスナレッジ, 2008	G 10.8 01663 340961	0003409619	
11	一生太らない体の作り方：スロトレ実践編 石井直方著. -- エクスナレッジ, 2009	G 10.8 01663 340962	0003409627	
12	競技スポーツ別ウエイトトレーニングマニュアル 有賀誠司著. -- 体育とスポーツ出版社, 2007	G 10.8 01665 340960	0003409600	
13	運動神経がよくなる本：バランス・移動・操作で身体は変わる! 中村和彦著. -- マキノ出版, 2011	G 10.8 01606 325934	000325934X	
14	腰痛予防のためのエクササイズとセルフケア：バックケアマニュアル 新田収 [ほか] 著. -- ナッパ, 2009	G 7.6 01706 325938	0003259382	
15	呼吸の極意：心身を整える絶妙なしくみ 永田晟著. -- 講談社, 2012. -- (ブルーボックス ; B-1771).	GB 12.1 00127 324464	0003244644	
16	姿勢の教科書：正しく理想的な姿勢を取り戻す 竹井仁著. -- ナツメ社, 2015	G 7.6 01888 345334	0003453340	

【理想の体(Body)をつくる [2020五輪応援企画] 展示図書リスト】

開架・企画展示E(2階)

No.	書 誌 情 報	請求記号	資料ID	備 考
17	カラー図解新しい人体の教科書 山科正平著；上. -- 講談社, 2017. -- (ブルーバックス；B-2013).	GB 12.1 00127 349298	0003492982	
18	アリス博士の人体メディカルツアー：早死にしないための解剖学入門 アリス・ロバーツ著；田沢恭子訳. -- フィルムアート社, 2016	G 7.6 01887 345064	0003450643	
19	人体解剖学図譜集 アブライ, 1994	G 7.6 00870 217151	0002171511	
20	「進撃の巨人」と解剖学：その筋肉はいかに描かれたか 布施英利著. -- 講談社, 2014. -- (ブルーバックス；B-1892)	GB 12.1 00127 336990	0003369900	
21	好きになるヒトの生物学：私たちの身近な問題身近な疑問 吉田邦久著. -- 講談社, 2014. -- (好きになるシリーズ)	G 7.6 01071 338153	0003381536	
	スポーツ/競技			
22	最新スポーツルール百科：illustrated sports rules；2012年版. 大修館書店・編集部編集；. -- 大修館書店	G 10.8 01383 325947	0002666154	
23	教養としてのスポーツ科学：アクティヴ・ライフの創出をめざして 早稲田大学スポーツ科学学術院編. -- 改訂版. -- 大修館書店, 2011	G 10.8 01661 339461	0003394611	
24	トップアスリートの動きは何が違うのか：スポーツ科学でわかる一流選手の秘密 山田憲政著. -- 化学同人, 2011. -- (DOJIN選書；43)	G 10.8 01604 323825	0003238253	
25	スケートボーディング、空間、都市：身体と建築 イアン・ボーデン著；齋藤雅子, 中川美穂, 矢部恒彦訳. -- 新曜社, 2006.	G 10.8 01561 308283	0003082830	東京五輪新競技
26	イントゥ・ザ・サーフィン 辻井南青紀著. -- 講談社, 2004	G 9.2 03640 288024	0002880245	東京五輪新競技 (文芸書)
27	日本人の誰もが泳げるようになる本：幼児から百歳まで全員集合！： 楽しくて健康・理想的なからだができる！ 鈴木大地, 藤本秀樹編著. -- 中経出版, 2000.	G 10.8 01396 266761	0002667614	
28	Budo : the martial ways of Japan [edited and translated by Alexandar Bennett]. -- Nippon Budokan foundation, 2009.	G 10.9 00146 312454	0003124541	
29	Water sports adventure Heinle cengage learning, 2009. -- (Footprint reading library / Rob Waring, series editor) . (National geographic ; pre-intermediate 1000 headwords ; A2)	G 9.2 04661 341991	0003419916	
30	下り坂では後ろ向きに：静かなスポーツのすすめ 丘沢静也著. -- 岩波書店, 2012.	G 10.8 01626 328247	0003282473	
31	たくましい心とかしこい体：身心統合のスポーツサイエンス 征矢英昭, 坂入洋右編著. -- 大修館書店, 2016	G 10.8 01679 345220	0003452204	