

## まちゼミの準備、こんなことにお困りではないですか？



- 第2回 -

柴崎・つつじヶ丘・仙川まちゼミ

あなたのまちゼミを

# 図書館がサポートします

図書館では調べもののお手伝いをしています。「〇〇というテーマに関する本や雑誌などを読みたい」「〇〇について知りたい。」「ネットで調べたこの情報の出典は？」など、あなたのお調べを支援します！ 中央図書館5階のレファレンスカウンターへどうぞ！

まちゼミであなたの講習に必要な情報を集めるお手伝いをします！

図書館では、就労や起業、ビジネスに役立つ資料や情報も収集・提供しています。

### 【図書・雑誌・新聞】

蔵書は全図書館で約 138万冊、雑誌は531誌、新聞は40紙を揃えています。

### 【オンラインデータベース】

朝日・読売・日経新聞の過去の記事を見たり、雑誌記事を探したりできるほか、会社情報や判例、官報など多様なデータベースがあります。

### 【ビジネスセミナー情報を集める】

中央図書館5階のビジネス・仕事支援コーナーでは、調布市産業労働支援センターや調布市商工会のセミナー・講座のチラシ・パンフレット等を配布しています。

また、調布市と「中小企業等支援に関する包括協定」を締結した多摩信用金庫が主催するセミナー情報や、中小企業庁発行のチラシ等も配布しています。

### 【図書館ホームページで情報を集める】

中央図書館5階のビジネス・仕事支援コーナーでは、「SNS活用法」「実践ネットショップセミナー」等、ビジネスに関連したテーマで展示を行っています。過去の展示や、産業労働支援センターのセミナーで紹介した資料のリストは、図書館ホームページ（トップページ＞レファレンスサービス＞ビジネス・仕事支援コーナー＞調布市産業労働支援センター セミナー関連図書リスト）でご覧いただけます。

その他、お探しの情報があれば、中央図書館5階のレファレンス（調査研究案内）カウンターでお気軽にお尋ねください。

### 調布市立中央図書館

住所 調布市小島町2-33-1

電話番号 042-441-6181



調布市立図書館公式  
キャラクター じろ

# 腰痛・鍼灸のブックリスト

## 腰痛・美容鍼

※資料は貸出中の場合があります。

### 『よくわかる腰・腰椎の動きとしくみ』

永木和載著 秀和システム 2018年6月刊

腰を中心とした体の仕組みが、カラーCGやイラストで分かりやすく描かれています。専門家を目指す学生から、現場で働いている方に向けて書かれた本です。腰痛に関する検査方法や代表的な疾患、物理療法などの情報が体系的に紹介されています。

### 『鍼灸の挑戦』

松田博公著 岩波書店 2005年1月刊

鍼灸師である著者は、ジャーナリストとして鍼灸師の訪問記を書いていました。その経験から、日本に存在する鍼灸の無数の会派・流派を一望するために、この本が書かれました。様々な鍼灸師の思想や生き方を通して、鍼灸の可能性を伝えています。

### 『「腰ほぐし」で腰の痛みがとれる』

黒澤尚著 講談社 2018年1月刊

「腰ほぐし」とは、心身をほぐして腰痛を根本から治す方法です。痛みなどに合わせて、段階的にストレッチや体操を増やしていくことができます。また、再発させないためにはどうすればよいか?など、腰痛とうまく付き合っていくための方法が書かれています。

### 『鍼灸への招待—歴史と科学—』

高島文一著 川俣順一著 裳華房 1994年8月刊

この本は、鍼灸を歴史と科学の2つの視点から検証しています。前半では、紀元前から存在していた鍼灸がどのように発展していったか、その足跡をたどります。後半では、鍼灸の効果を解明するための医学的研究が紹介されています。

ほかにも図書館にはたくさんの資料があります。  
どうぞご利用ください!

調布市立図書館公式  
キャラクター じろ

