



## まちゼミ応援ブックリスト



鹿沼市立図書館本館では、まちゼミの応援ブックリストを作成しました。鹿沼市立図書館本館にある本のリストで、本は貸出中の場合があります。予約もできます。他にもいろいろな本があるので、ぜひ図書館にお問い合わせください。

**募集中!**



### 「雑誌スポンサー制度」

図書館では資料の充実を図るため、「雑誌スポンサー」を募集しています。図書館で購入している雑誌からご希望のものを1年分寄附していただくものです。地域貢献の手段として、ご応募お待ちしております。事業主の方は、雑誌カバーに名称と広告を掲載できます。手軽な広告媒体としてご活用ください。

### 「ちいさな図書館」

「ちいさな図書館」は、お店の中に事業主のお気に入りの本、お薦めの本を置いていただき、お客様に「くつろぎの読書空間」を提供しています。

※詳しくは鹿沼市立図書館本館(64-9523)まで



## 薬のブックリスト



### 「お薬辞典 2021年版」 499.1ゴ 112457015

薬の名前で引ける事典。病院でもらえる内服薬の写真、効能効果、値段、重大な副作用、飲み忘れたときの対処方法、その薬のジェネリック薬の写真・値段を掲載。漢方薬と外用薬の写真や値段も収録。

### 「ジェネリック医薬品パーフェクトBOOK」 499.1ジ 112335856

ジェネリック医薬品の研究開発や特許制度、承認申請や市販後対策をはじめとした薬事制度から、薬価などの医療保険制度、ジェネリック医薬品の使用促進政策、倫理にいたるまで、幅広い内容を概説。Q&Aも収録。

### 「お医者さんにもらった薬がわかる本」 499.1セ 112332606

自分に合った薬の選び方や、ジェネリック（後発医薬品）のメリット・デメリットについて解説するほか、薬の危険度や副作用についても説明。薬の常識Q&A、病院でよく処方される薬ガイドも掲載。

### 「本当に効く薬の飲み方・使い方」 499.1ホ 112352653

飲み合わせやタイミングなど、薬の正しい飲み方や使い方を解説。腸から吸収され、肝臓で変化し、患部で効果を発揮する「薬の旅（動態）」のなかで、薬がほかの成分からどんな影響を受けるかを紹介。薬効別さくいん付き。



## 家庭菜園のブックリスト



### 「野菜がおいしく育つ肥料の与え方」 626.1 ヤ 112391248

有機栽培で用いるのは、堆肥と有機質肥料。その特徴を知れば、肥料の与え方のコツが見えてくる。無農薬で野菜をつくりたい人のために、少肥でもおいしく育つ施肥の極意を紹介。

### 「タネのとり方もわかる！おいしい野菜づくり」 626.9 オ 212068753

タネまきから収穫まで、豊富な写真とともに解説した、おいしい野菜づくりを応援する書。比較的短期間で育つものや病害虫に強いものなど、育てやすい野菜のほか、少し手間のかかる、チャレンジしたい野菜も取り上げる。

### 「おしゃれに飾るベランダ菜園」 626.9 オ 112484027

お家のベランダが自分だけの菜園に！ミニトマト、ベビーリーフ、ミントなど、野菜&ハーブ40種の栽培方法を写真を交えて紹介。ベランダ菜園の準備、栽培の基本テクニック、おしゃれなベランダの作り方も説明。

### 「昔農家に教わる野菜づくりの知恵とワザ」 626.9 キ 112427489

昔の農家は野菜の性質や気候の変化を見極め作物を栽培した。その知恵は「伝承農法」と呼ばれ今に継承。中でも特に効果のある栽培技術を解説。

鹿沼市立図書館本館作成 令和4年1月



## 掃除のブックリスト



### 「掃除道具」 383.9 コ 112456686

古代から現代まで、掃除の歴史を道具と精神性の視点から概観するとともに、時代を超えて用いられてきた箒をめぐる習俗、名称と分類、素材や産地・製法を精査して日本人の暮らしとの関わりを明らかにする。

### 「掃除は『ついで』にやいなさい！」 597.2 ニ 112302476

極端な話、一般家庭であれば“タオル1本”でピカピカに！ NHK「プロフェッショナル仕事の流儀」で大反響のカリスマ清掃員が、部屋も心もきれいになる63のワザを紹介。

### 「みんなの掃除・片づけ日記」 597.9 ミ 112321492

整った部屋をキープしていることで人気のインスタグラマーやブロガーによる、掃除や片づけの写真日記。毎日の掃除ルーティン、月イチの丁寧掃除、シンプルな掃除用具と収納方法、気持ちの持ち方などを紹介。

### 「10歳までに身につけたい子どもが一生困らない片づけ・そうじのコツ」 597.9 ヤ 112425608

モノを整理すること、いつも部屋をきれいにする、時間や段取りを考えること…。学校では教えてくれないけれど、生きていくためには大切。子どものうちに伝えておきたい暮らしの基本をイラストと共に紹介。

鹿沼市立図書館本館作成 令和4年1月



## 投資に関するブックリスト



### 「老後破産しないためのお金の教科書」 338.1ツ 112292198

1億総「老後危機」時代に備える家計防衛術&リスク回避の生活術を伝授。老後に対する心がまえや公的年金の基本、資産運用の具体例や留意点などを、投資や資産運用に不慣れな人にもわかるように解説。

### 「ど素人でも稼げる信用取引の本」 338.1ド 112427737

下落相場でも利益が出せる信用取引のしくみをわかりやすく解説。口座開設から注文までの流れ、信用取引の心得や知っておきたい相場のルールのほか、テクニカル分析で掴む売買ポイント、信用取引に役立つトピック等も紹介。

### 「知識ゼロからのNISA&iDeCo」 338.8マ 112421045

資産運用の基本の「キ」から、主な金融商品、NISAとiDeCoの始め方までを、イラストや図表を用いてわかりやすく解説。年齢・タイプ別「つみたてNISA」「iDeCo」の活用法も紹介。

### 「個人投資家のための金融商品と税制ハンドブック」 345.1コ 112251608

大きな改正が相次ぐ金融商品に関する税制について解説した、個人投資家向けハンドブック。所得税の仕組みから株式、公社債、投資信託、先物取引、預貯金、生命保険まで、各金融商品ごとに図表や計算式を交えて説明。

鹿沼市立図書館本館作成 令和4年1月