

| No. | 本 タイトル                                                            | 資料ID     | 請求記号                         | ジャンル |
|-----|-------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------|------|
| 1   | すごい筋肉貯金：「ながら筋トレ」で死ぬまで歩ける筋肉を貯める方法                                  | 09278711 | 498.3-Ta88                   | 鍛える  |
| 2   | YOGA(ヨガ) ポーズの教科書：永久保存版100ポーズ70レッスン                                | 09208473 | 498.34-W45                   | 鍛える  |
| 3   | ゼロトレ：Zero training                                                | 09279528 | 595.6-I78                    | 鍛える  |
| 4   | トップアスリートに伝授した怪我をしない体と心の使いかた                                       | 09216118 | 780.19-017                   | 鍛える  |
| 5   | 基礎から学ぶ!スポーツ障害                                                     | 09291642 | 780.19-To67                  | 鍛える  |
| 6   | 疲労のスポーツ・運動生理学                                                     | 00547791 | 780.193-P55                  | 鍛える  |
| 7   | 筋力トレーニング・メソッド：5つのコツでカラダが変わる!                                      | 09135417 | 780.7-I75                    | 鍛える  |
| 8   | 1カ月でカラダが変わる!内発動《ストレッチ&トレーニング》：イチローも錦織圭もボルトも使用!                    | 09263685 | 780.7-Ka97                   | 鍛える  |
| 9   | 体脂肪を効果的に燃焼+運動能力・体力UPのファンクショナルトレーニング                               | 09224435 | 780.7-Mo45                   | 鍛える  |
| 10  | スポーツに効く!体幹トレーニング                                                  | 09145396 | 780.7-Mo83                   | 鍛える  |
| 11  | 世界一効く体幹トレーニング：offering you the core training basic                | 09288929 | 780.7-N39                    | 鍛える  |
| 12  | 筋トレの効果が最大化する!筋肉のしくみと動き方図鑑：機能解剖学のプロが教える!                           | 09316226 | 780.7-O95                    | 鍛える  |
| 13  | 体が硬い人のためのストレッチ                                                    | 09153139 | 781.4-A63                    | 鍛える  |
| 14  | 最新ピラティスアナトミィ：コアの安定とバランスのための本質と実践                                  | 09294357 | 781.4-I68                    | 鍛える  |
| 15  | 動的ストレッチメソッド                                                       | 09270584 | 781.4-Ta88                   | 鍛える  |
| 16  | 一瞬で体が柔らかくなる動的ストレッチ                                                | 09201945 | 781.4-Y11                    | 鍛える  |
| 17  | 最高のランニングのための科学：ケガしない走り方、歩き方                                       | 09295097 | 782-C95                      | 鍛える  |
| 18  | 金哲彦の今日から始めるウォーキング&ランニング                                           | 09102149 | 782.3-Ki41                   | 鍛える  |
| 19  | お父さんはなぜ運動会で転ぶのか?：いますぐできる運動不足解消メソッド                                | 09056773 | 000-PHP新書-420                | 鍛える  |
| 20  | ジムに通う前に読む本：スポーツ科学からみたトレーニング                                       | 09121324 | 000-講談社ブルーバックス-1695          | 鍛える  |
| 21  | フィギュアスケートに懸ける人々：なぜ、いつから、日本は強くなったのか                                | 09114461 | 000-小学館101新書-068             | 鍛える  |
| 22  | 「弱くても勝てます」：開成高校野球部のセオリー                                           | 09181829 | 000-新潮文庫(日本)-た-86-5          | 鍛える  |
| 23  | 図解スポーツ健康科学入門                                                      | EB376159 | 電子ブック(Maruzen eBook Library) | 鍛える  |
| 24  | 健康は歩き方で作れる ～1分あればできる!美歩トレーニング～：本編                                 | EB017352 | 電子ブック(OverDrive)             | 鍛える  |
| 25  | 眠れなくなるほど面白い 図解 体幹の話                                               | EB367170 | 電子ブック(OverDrive)             | 鍛える  |
| 26  | セルフ・コーチング：イチロー選手の言葉に学ぶ                                            | 09087096 | 159-I61                      | 育てる  |
| 27  | 人はいつでも、誰だって「エース」になれる!：心とからだが輝く72                                  | 09307245 | 159-N58                      | 育てる  |
| 28  | アスリートのメンタルは強いのか?                                                  | 09301729 | 780.14-A44                   | 育てる  |
| 29  | 勝つための実践的スポーツ心理学：試合で力を発揮する練習と心のもち方                                 | 09293601 | 780.14-E29                   | 育てる  |
| 30  | 健康とスポーツの心理学                                                       | 09311608 | 780.14-Ta84                  | 育てる  |
| 31  | 筋肉をつくる食事・栄養パーフェクト事典：体づくり・筋肥大から体脂肪低減まで：オールカラー                      | 09273615 | 780.19-Ki44                  | 育てる  |
| 32  | 筋トレ最高の食事術：筋肉のための”タンパク質”[O超]入門                                     | 09285000 | 780.19-Ki46                  | 育てる  |
| 33  | 超人をつくるアスリート飯：全身の細胞が喜ぶ最強のスポーツコンディショニング                             | 09290025 | 780.19-Y19                   | 育てる  |
| 34  | 障がいのある人のスポーツ指導教本：2020年改訂カリキュラム対応                                  | 09309596 | 780.7-N71                    | 育てる  |
| 35  | 最強の選手・チームを育てるスポーツメンタルコーチング                                        | 09199599 | 780.7-Ts39                   | 育てる  |
| 36  | コーチングに役立つ実力発揮のメンタルトレーニング                                          | 09224419 | 780.7-V51                    | 育てる  |
| 37  | 心を整える。：勝利をたぐり寄せるための56の習慣                                          | 09138047 | 783.47-H35                   | 育てる  |
| 38  | 栗山ノート                                                             | 09305196 | 783.7-Ku69                   | 育てる  |
| 39  | それでも、僕は泳ぎ続ける。：心を腐らせない54の習慣                                        | 09294238 | 785.23-I64                   | 育てる  |
| 40  | 夢を喰う男：ダービー3勝を遂げた馬主、ノースヒルズ前田幸治の覚悟 = The man who grants a dream     | 09313314 | 913.6-H85                    | 育てる  |
| 41  | もし高校野球の女子マネージャーがドラッカーの『マネジメント』を読んだら                               | 09113677 | 913.6-I96                    | 育てる  |
| 42  | 常勝タイガースへの道：阪神の伝統と未来                                               | 09307588 | 000-PHP新書-1373               | 育てる  |
| 43  | ミスをしない選手                                                          | 09311653 | 000-PHP新書-1409               | 育てる  |
| 44  | 覚悟のすすめ                                                            | 09090561 | 000-角川oneテーマ21-A-87          | 育てる  |
| 45  | 本当に役立つ栄養学：肥満、病気、老化予防のカギとなる食べものの科学                                 | 09301575 | 000-講談社ブルーバックス-2201          | 育てる  |
| 46  | スポーツする人の栄養・食事学                                                    | 09297012 | 000-集英社新書-1065               | 育てる  |
| 47  | 「名コーチ」は教えない：プロ野球新時代の指導論                                           | 09302197 | 000-集英社新書-1123               | 育てる  |
| 48  | 100 weight loss bowls：Build your own calorie-controlled diet plan | EB013551 | 電子ブック(OverDrive)             | 育てる  |
| 49  | 自分の最高を引き出す考え方 スポーツ心理学博士が語る結果を出し続ける人の違い                            | EB368268 | 電子ブック(OverDrive)             | 育てる  |

| No. | 本 タイトル                                                                                                                                                                             | 資料ID     | 請求記号                         | ジャンル |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------|------|
| 50  | チームワークの心理学：持続可能性の高い集団づくりをめざして                                                                                                                                                      | 09311702 | 361.3-Y24                    | つながる |
| 51  | スポーツ観戦学：熱狂のステージの構造と意味                                                                                                                                                              | 09115087 | 780.13-H38                   | つながる |
| 52  | ランナー                                                                                                                                                                               | 09070382 | 913.6-A87                    | つながる |
| 53  | 晩夏のプレイボール                                                                                                                                                                          | 09072844 | 913.6-A87                    | つながる |
| 54  | アルプス席の母                                                                                                                                                                            | 09313278 | 913.6-H47                    | つながる |
| 55  | 武道道シックスティーン                                                                                                                                                                        | 09089647 | 913.6-H84                    | つながる |
| 56  | 武道道セブンティーン                                                                                                                                                                         | 09089648 | 913.6-H84                    | つながる |
| 57  | 武道道エイティーン                                                                                                                                                                          | 09113672 | 913.6-H84                    | つながる |
| 58  | 陸王                                                                                                                                                                                 | 09213673 | 913.6-I33                    | つながる |
| 59  | 頼むから、ほっといてくれ                                                                                                                                                                       | 09156260 | 913.6-Ka88                   | つながる |
| 60  | サクリファイス                                                                                                                                                                            | 09081548 | 913.6-Ko73                   | つながる |
| 61  | 八月の御所グラウンド                                                                                                                                                                         | 09308215 | 913.6-Ma34                   | つながる |
| 62  | 風が強く吹いている                                                                                                                                                                          | 09059967 | 913.6-Mi67                   | つながる |
| 63  | 青天                                                                                                                                                                                 | 09319074 | 913.6-W17                    | つながる |
| 64  | ぼくらが走りつづける理由：青春スポーツ小説アンソロジー                                                                                                                                                        | 09112170 | 913.68-A87                   | つながる |
| 65  | トップアスリートたちが教えてくれた胸が熱くなる33の物語と90の名言                                                                                                                                                 | 09292632 | 000-PHP文庫-に-33-4             | つながる |
| 66  | チア男子!!                                                                                                                                                                             | 09286603 | 000-集英社文庫-あ-69-2             | つながる |
| 67  | ジョッキー                                                                                                                                                                              | 09037629 | 000-集英社文庫-ま-13-1             | つながる |
| 68  | 博士の愛した数式                                                                                                                                                                           | 09296365 | 000-新潮文庫(日本)-お-45-3          | つながる |
| 69  | はい、泳げません                                                                                                                                                                           | 09074900 | 000-新潮文庫(日本)-た-86-1          | つながる |
| 70  | あの夏の正解                                                                                                                                                                             | 09301938 | 000-新潮文庫(日本)-は-68-2          | つながる |
| 71  | ここからはじまる：父と息子のサッカーノート                                                                                                                                                              | 09274512 | 000-新潮文庫(日本)-は-71-1          | つながる |
| 72  | スポーツを10倍楽しむ統計学：データで一変するスポーツ観戦                                                                                                                                                      | 09195019 | 780-To67                     | つながる |
| 73  |                                                                                                                                                                                    | EB016021 | 電子ブック(Maruzen eBook Library) | つながる |
| 74  | 科学的に正しいチームメソッド30 メンバーが実力以上の力を発揮できるチームの作り方                                                                                                                                          | EB367959 | 電子ブック(OverDrive)             | つながる |
| 75  | 実践スポーツツウリズム：組織運営・事業開発・人材育成                                                                                                                                                         | 09314193 | 689-H32                      | 未来へ  |
| 76  | スポーツエンターテインメント                                                                                                                                                                     | 09315585 | 780-H32                      | 未来へ  |
| 77  | アメリカのスポーツ現場に学ぶマーケティング戦略：ファン・チーム・行政が生み出すスポーツ文化とビジネス = The marketing strategy learned from American sports scene : sports culture and business created by fans, teams and government | 09284051 | 780-Ka94                     | 未来へ  |
| 78  | スポーツビジネス概論                                                                                                                                                                         | 09309814 | 780-Ku72-5                   | 未来へ  |
| 79  | 図とイラストで学ぶ新しいスポーツマネジメント                                                                                                                                                             | 09310417 | 780-N38                      | 未来へ  |
| 80  | スポーツ観戦を科学する：スポーツ文化のさらなる発展を目指して                                                                                                                                                     | 09312036 | 780-N71                      | 未来へ  |
| 81  | スポーツビジネス成長論：各国の歩みと資金循環構造の分析から日本のスポーツビジネスの成長可能性を考える                                                                                                                                 | 09316253 | 780-N71                      | 未来へ  |
| 82  | スポーツが目指すべき未来：sport for everyone                                                                                                                                                    | 09130867 | 780-Su75                     | 未来へ  |
| 83  | スポーツの新たな価値創造への挑戦                                                                                                                                                                   | 09318366 | 780-Su75-2026                | 未来へ  |
| 84  | 変わる!日本のスポーツビジネス                                                                                                                                                                    | 09271909 | 780-Y66                      | 未来へ  |
| 85  | スポーツ・インテグリティの探究：スポーツの未来に向けて                                                                                                                                                        | 09277706 | 780.1-Ka88                   | 未来へ  |
| 86  | スポーツ地域マネジメント：持続可能なまちづくりに向けた課題と戦略                                                                                                                                                   | 09309735 | 780.13-H32                   | 未来へ  |
| 87  | スポーツまちづくりの教科書                                                                                                                                                                      | 09281767 | 780.13-Ma76                  | 未来へ  |
| 88  | Routledge handbook of sports journalism                                                                                                                                            | 10392150 | 780.13-St3                   | 未来へ  |
| 89  | グローバル・スポーツの課題と展望                                                                                                                                                                   | 09183089 | 780.13-W41                   | 未来へ  |
| 90  | 未来を拓くスポーツ社会学                                                                                                                                                                       | 09291633 | 780.13-Y19                   | 未来へ  |
| 91  | スポーツの世界史                                                                                                                                                                           | 00548042 | 780.2-Ma13                   | 未来へ  |
| 92  | スポーツを地域のエンジンにする作戦会議：ドイツの現状、日本の背景を深堀り!                                                                                                                                              | 09309388 | 780.21-Ta42                  | 未来へ  |
| 93  | 「ひと・もの・こと・ば」から読み解くスポーツ文化論                                                                                                                                                          | 09286572 | 780.4-Ta92                   | 未来へ  |
| 94  | ワールドカップの世界史                                                                                                                                                                        | 09051680 | 783.47-C42                   | 未来へ  |
| 95  | eスポーツの科学：上達を引き出す科学の原則を解説!新たな価値を社会科学で見出す!                                                                                                                                           | 09301552 | 798.5-I85                    | 未来へ  |
| 96  | 日本育ちが世界で戦うためのアスリート流英語習得術                                                                                                                                                           | 09316821 | 830-Ta27                     | 未来へ  |
| 97  | オリンピック・パラリンピックを学ぶ                                                                                                                                                                  | 09290032 | 000-岩波ジュニア新書-911             | 未来へ  |
| 98  | プロ野球「熱狂」の経営科学：ファン心理とスポーツビジネス                                                                                                                                                       | 00533892 | 783.7-Mi96                   | 未来へ  |
| 99  |                                                                                                                                                                                    | EB042113 | 電子ブック(Maruzen eBook Library) | 未来へ  |
| 100 | スポーツで地域を動かす                                                                                                                                                                        | EB373927 | 電子ブック(Maruzen eBook Library) | 未来へ  |
| 101 | 夢を跳ぶ：パラリンピック・アスリートの挑戦                                                                                                                                                              | EB368634 | 電子ブック(Maruzen eBook Library) | 未来へ  |