

8月

新着おすすめ本



仁愛大学附属図書館

新しい出会いが、あなたの毎日を豊かにする。



ジブリの立体建造物展
図録<復刻版>

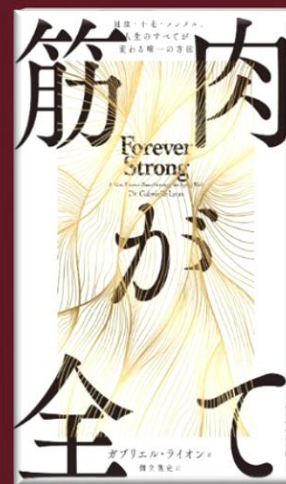
スタジオジブリ【編】

ジブリ好き必見！

ジブリの建物に込められた魅力を探る一冊。
作品に登場する建造物に注目し、背景画や設定資料など約380点を掲載。ジブリの世界づくりの秘密に触れます。

778.77

GH



筋肉が全て
健康・不老・メンタル、
人生のすべてが変わる唯一の方法

ガブリエル・ライオン【著】

夏休みから始める健康習慣！

人生を変えるカギは「筋肉」にあった！
健康寿命、ストレス対策、
脳の働き、パフォーマンス向上まで。
体づくりに興味のある方はぜひ。
筋トレ初心者にもおすすめ！

498.3

LY



睡眠こそ
最強の解決策である

ウォーカー・マシユ【著】

試験勉強にも役立つ！

昼寝で記憶力が向上？ 睡眠不足で判断力が低下？ 睡眠にまつわる驚きの研究成果を紹介。勉強や仕事を頑張る人におすすめの一冊です。

498.36

WA



理不尽仕事論

「クソが!!」と思った時に読む本

坂井風太,ぐんぴい【著】

就活・社会人準備にも！

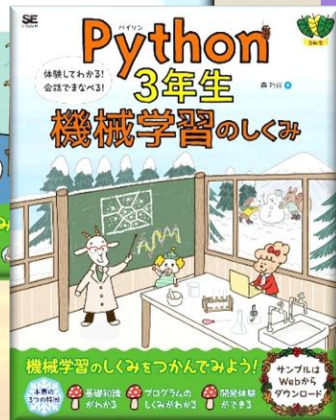
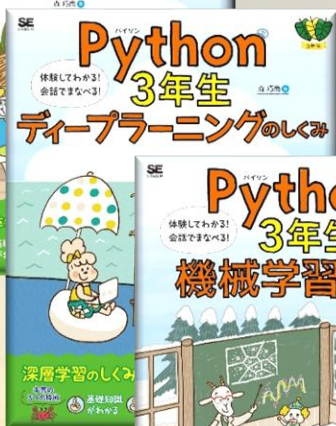
仕事や人間関係で感じる「理不尽」とどう向き合うかを、人材育成のプロと人気YouTuber・ぐんぴい氏が語る一冊。笑いながら読めるのに、気持ちが少しラクになる仕事論です。

159.4

SA

8月

新着おすすめ本



007. 64

PY

Python
体験してわかる！
会話でまなべる！
シリーズ！

森 巧尚【著】

ChatGPTやAIのしくみ、気になりますか？
実はAIを支える技術のひとつがPython。
このシリーズなら、プログラミング未経験でも
会話を読みながら楽しく学べます。
AI時代の入門書としておすすめのシリーズです！



336. 17

US

部下としてのAI

世界一流エンジニアの進化術

牛尾 剛【著】

生成AIを単なる便利なリールではなく、
「優秀だが気難い部下」として捉え、
その力を最大限に引き出すための考え方
と実践法を解説。元マイクロソフトの
現役エンジニアが、AIとの協働によって
生産性を高める仕事術や思考法を
紹介します。AIと共に成長するための
新しい視点に出会えます。

越前若狭奇談

マット・マイヤー【画】/長野栄俊文【文】

越前に伝わる怪談や伝説を集めた一冊。
昔の人々が語り継いできた
不思議な出来事や怪異を、親しみやす
い文章と印象的な絵で楽しめます。
郷土の歴史や文化に触れたい人にも
おすすめです。



K388. 1

ME