

いきいきコーナー展示資料リスト 「血管・血圧」

タイトル	著者	出版者	請求記号	出版年月日
1日1分!血圧が下がる血管ストレッチ	高沢 謙二/著	東京:青春出版社	498.3 効	2017年12月
図解「血管を鍛える」と超健康になる!	池谷 敏郎/著	東京:三笠書房	493.2 竹	2018年5月
高血圧の9割は「脚」で下がる!	石原 結實/著	青春出版社	493.2	2016年2月
今すぐできる!血糖値を下げる40のルール	河盛 隆造/監修	東京:学研プラス	493.1	2019年5月
図解でわかる高血圧	秋山 里美/料理・レ	主婦の友社	493.2	2011年7月
血液のがん	飛内 賢正/監修	講談社	493.2	2015年10月
高血圧の毎日ごはん	佐藤 直樹/病態監修	東京:女子栄養大学出版部	493.2	2018年10月
健康診断で血圧値が高めの人を読む本	島田 和幸/著	幻冬舎	493.1	2011年3月
今すぐできる!血管が若返る33のルール	池谷 敏郎/監修	学研パブリッシング	493.2	2014年12月
血管を守る250のQ&A事典	「きょうの健康」番組	東京:主婦と生活社	493.2	2018年10月
血管を強くする「水煮缶」健康生活	女子栄養大学栄養ク	アスコム	493.2	2014年6月
脳卒中の再発を防ぐ本	平野 照之/監修	東京:講談社	493.7	2019年9月
脳梗塞 脳出血 くも膜下出血	高木 誠/監修	東京:主婦の友社	493.7	2018年6月
悪玉コレステロールを下げて善玉コレステロールを上げる本	主婦の友社/編	東京:主婦の友社	491.4	2017年2月
「血管の病気」と言われたら…	重松 宏/編著	保健同人社	493.2	2012年6月
図解でわかる高血圧	秋山 里美/料理・レ	主婦の友社	493.2	2015年5月
キッコーマン総合病院監修おいしい血圧対策レシピ	椋見崎 聡美/料理	主婦の友社	493.2	2014年4月
薬に頼らず高血圧・糖尿病・脳卒中・心臓病を撃退!血管の詰まり解消法	『健康』編集部/編	東京:主婦の友インフォ	493.2	2018年8月
脳血管強化大全		東京:わかさ出版	493.7	2019年4月
血管若返りで病気が治る!長生きできる!		東京:マキノ出版	493.2	2019年2月
〈血管超強化〉血圧をぐんぐん下げ、血液サラサラ・動脈硬化に効く最強の食事ベスト50	主婦の友インフォ	東京:主婦の友インフォ	493.2	2018年9月
高血圧を予防する減塩なのにおいしいレシピ	氏家 弘/監修	東京:マイナビ出版	493.2 効	2018年10月
NHKガッテン!「血液の子カラ」で若返る。	NHK科学・環境番組	東京:主婦と生活社	498.3	2018年3月
かかと落としで血糖値、血圧が下がる!		東京:マキノ出版	498.3	2018年11月
高血圧は自分で楽治せる!		東京:マキノ出版	493.2	2018年12月
みそ汁で健康になる!	上原 蒼志夫/医学監	東京:学研プラス	498.5 効	2018年12月
NHKためしてガッテン脱・高血圧の「超」特効ワザ	NHK科学・環境番組	主婦と生活社	493.2	2015年3月
血管が10歳若返るNo.1療法		東京:マキノ出版	493.2	2017年2月
血圧がムリなく下がる100のコツ	主婦の友社/編	主婦の友社	493.2	2015年2月
血管の強化書	赤澤 純代/著	ワニブックス	498.3	2015年7月
下肢静脈瘤・むくみは自分で治せる!	岩井武尚/著	東京:学研プラス	493.24 効	2016年12月
1日10分!強い血管をつくる5つの習慣	杉岡充爾/著	東京:同文館出版	493.2	2016年9月
強い、切れない血管を作り、高血圧、動脈硬化を防ぐ101のワザ	『健康』編集部/編	東京:主婦の友インフォ	493.24	2018年7月

すごい血流術！	大杉 幸毅／著	東京：パルコエンタテインメント事業部	492.7 材	2017年8月
心臓・血管・血圧すべての悩みを解決する方法	南 和友／著	東京：アチーブメント出版	493.2 ミ	2018年9月
薬に頼らず血圧を下げる方法	加藤雅俊／著	東京：アチーブメント出版	493.2 か	2017年2月
血液型で分かるなりやすい病気・なりにくい病気	永田 宏／著	講 談 社	491.321 か	2013年11月
「血めぐり」がみるみるよくなる100のコツ	主婦の友社／編	主 婦 の 友 社	498.3	2008年6月
人は毛細血管から若返る	根来 秀行／著	東京：青春出版社	B498.38 初	2019年6月
病気にならない！生姜ココア健康法	平柳要／著	東京：サンマーク出版	498.5	2016年10月
血管を守る250のQ&A事典	「きょうの健康」番組	東京：主婦と生活社	493.2	2018年10月
心房細動のすべて	古川 哲史／著	東 京：新 潮 社	493.2 7ル	2018年12月
高血圧をピタッと治すコツとワザ	主婦の友インフォス／	東京：主婦の友インフォス	493.2	2018年10月
コレステロール・中性脂肪が下がる！食べ方ハンドブック	主婦の友社／編	主 婦 の 友 社	493.2	2015年5月
薬に頼らず血圧を自力で下げるコツ	桑島 巖／著	東京：河出書房新社	493.2 7ク	2019年1月
血管を強くする23の習慣	桑島 巖／著	KADOKAWA	493.2	2014年11月
薬に頼らず血圧を下げる方法	加藤雅俊／著	東京：アチーブメント出版	493.2 か	2017年2月
「血管を鍛える」食べ物と運動	島田 和幸／著	宝 島 社	493.2	2012年11月