

# 5月の おすすめ本

快適！  
デジタル生活



『オンライン・セミナーの  
うまいやりかた』

【分類 2208/4】  
高橋龍征/著  
2020年 クロスメディア・パブリッシング

『70歳からのスマホの使いこなし術』

【分類 2208/マ】  
増田由紀/著  
2024年 アスコム

『老いてこそデジタルを。』

【分類 4101/7】  
若宮正子/著  
2019年 1万年堂出版

『スマホ依存から脳を守る』

【分類 5101/ナ】  
中山秀紀/著  
2020年 朝日新聞出版

『スマホ脳』

【分類 5101/ハ】  
アンデシュ・ハンセン/著  
2020年 新潮社

『いいね！ボタンを押す前に』

【分類 7102/イ】  
治部れんげ[ほか]/著  
2023年 亜紀書房

## 男女共生センター図書室 利用のご案内



○開室時間と休館日



開室日	開室時間	休室日
休室日前日以外	9:00~20:00	月曜日(祝日と重なるときはその翌日) 年末年始(12月29日-1月3日) 図書整理期間(年1回)
休室日前日	9:00~17:00	※その他、臨時でお休みをいただく場合があります。

○資料の貸出

資料	点数	期間
図書	5冊	15日間
視聴覚資料	3本(枚)	8日間

○資料の返却

開室時間中はカウンターに返却してください。  
閉室時間に返却する場合は、3階南外のブックポストに投函してください。

\*福島県男女共生センター3階 図書室\*