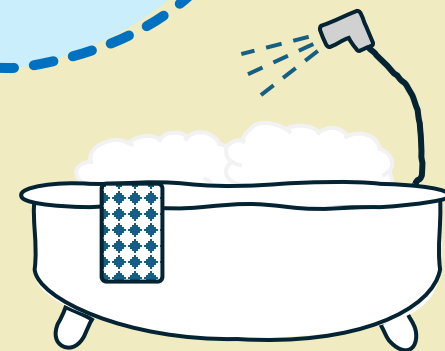


健康な 「身体づくり」 はじめませんか

冬は寒さの影響により体が強張る、
外出の機会が減り運動不足になるなど、
怪我をしたり体調不良になったりするリスク
が増大します。

そこで、寒さやケガに負けない
健康な「カラダ」をつくる
参考になるような本を集めました。



2026年1月－3月
企画展

堺キャンパス図書館