	「睡眠改善インストラクターが教える「眠りの魔法」」 **竹田　浩一／著　坪田　聡／監修**　ぱる出版 ２０年間不眠に悩まされた著者が教える、体内時計をリセットする「睡眠改善法」。朝の目覚め方を改善させ、不眠症４０００人を救ったその方法とは…。
	「心が晴れる知恵」 **名取　芳彦／著**　清流出版 不安や心配ごとからの離れ方、イライラの静め方など、自らの心を穏やかにする生き方のヒントを軽やかに、ユーモラスに解く。
	「amazon」 **成毛　眞／著**　ダイヤモンド社 現代社会のあちこちに浸透している会社・Ａｍａｚｏｎ。Ａｍａｚｏｎという企業を研究し、最新の経営学を学ぶことができる１冊。
【画像あり】	**「60 分でつかめるネットではわからない空き家問題の片づけ方」** **大久保　恭子／著**　主婦の友社 平成 27 年に施行された「空家対策特措法」。この法律によって、放置することができなくなった空き家について、利活用の支援策を解説する。
	「ラクして続く、家事テク」 **牛尾　理恵／著**　朝日新聞出版 毎日のちょっとした習慣や工夫で、簡単に家がスッキリ片付く！日々実行するだけで家事が楽になるテクニックを、分かりやすい写真とイラストで紹介する。