

タイトル	著者表示	出版社	請求記号
知ると楽しい!和食のひみつ 世界に広がるニッポンの食文化	「和食のひみつ」編集部	メイツ出版	38
家族で食育!朝ごはん 2 脳がすっきり!朝ごはん	服部幸應・服部津貴子/ 監修	岩崎書店	49
家族で食育!朝ごはん 3 早ね早おき!朝ごはん	服部幸應・服部津貴子/ 監修	岩崎書店	49
子どもとおとないっしょに楽しめる たべもの・食育絵本 1 野菜の教え 春・夏編		群羊社	59
子どもとおとないっしょに楽しめる たべもの・食育絵本 2 野菜の教え 秋・冬編		群羊社	59
こども食育ずかん 朝ごはんは元気のもと	山本茂/監修	少年写真新聞社	59.6
こども食育ずかん もったいない!感謝して食べよう	山本茂/監修	少年写真新聞社	59.6
こども食育ずかん 地産地消と自給率って何だろう?	山本茂/監修	少年写真新聞社	59.6
こども食育ずかん 栄養バランスとダイエット	山本茂/監修	少年写真新聞社	59.6
くらべてわかる食育ずかん 1 やさい・くだもの キャベツとレタスどうちがう?	「くらべてわかる食育ずかん」編 集室/[編] 中西明美/監修	理論社	59.6
くらべてわかる食育ずかん 2 ごはん・パン・めん ごはんとむぎごはんどうちがう?	「くらべてわかる食育ずかん」編 集室/[編] 中西明美/監修	理論社	59.6
くらべてわかる食育ずかん 3 にく・さかな コースカツ・ヒレカツどうちがう?	「くらべてわかる食育ずかん」編 集室/[編] 中西明美/監修	理論社	59.6
はじめよう!楽しい食育 3 身につけたい!バラン スレシピと食の知恵 野菜のおかず	日本食育学会/監修 田口成子/料理・指導	金の星社	59.6
はじめよう!楽しい食育 5 身につけたい!バラン スレシピと食の知恵 食の安全・安心	日本食育学会/監修 WILL こども知育研究所/編著	金の星社	59.6
はじめよう!楽しい食育 6 身につけたい!バラン スレシピと食の知恵 給食のしくみ	日本食育学会/監修 WILL こども知育研究所/編著	金の星社	59.6
はじめよう!楽しい食育 7 身につけたい!バラン スレシピと食の知恵 みんなの食育実践	日本食育学会/監修 WILL こども知育研究所/編著	金の星社	59.6
家族で食育!朝ごはん 1 からだに元気!朝ごはん	服部幸應・服部津貴子/ 監修	岩崎書店	59.6
家族で食育!朝ごはん 4 休日にゆっくり!朝ごはん	服部幸應・服部津貴子/ 監修	岩崎書店	59.6
家族で食育!朝ごはん 5 旬を食べよう!朝ごはん	服部幸應・服部津貴子/ 監修	岩崎書店	59.6

「食育」図書リスト

2024年6月は各課連携企画展示一般企画テーマ「食育」に関連した本を選びました。第4次食育推進計画を通じて食の大切さを啓発し健康な体の維持・向上の一助とするため、おいしく健康的に食べる、ベジファースト、野菜を使ったレシピ生活習慣病予防の簡単レシピ等を紹介いたします。

()は請求記号です。

<p>やせる「ベジ・ファースト」野菜を最初に食べるだけ!</p> <p>浜内 千波/著 世界文化社 (498.583)</p> <p>野菜を最初に食べる習慣を身につけよう。朝ベジ・夕ベジの材料と簡単なつくり方、完成品をカラー写真で紹介しています。</p>	<p>野菜(ベジ)ファースト 一口目は、野菜から</p> <p>多摩市健康福祉部健康推進課 (k498.583)</p> <p>聖蹟桜ヶ丘エリアと永山・多摩センター・唐木田エリアの野菜メニュー店(令和3年3月時点)を紹介したパンフレット2点を合冊したもの。</p>
<p>医師が教える!不調を自分で治す(うつ・肥満・疲労を一掃!生活習慣病予防にも)実践レシピ</p> <p>藤川徳美/監修 岩崎啓子/レシピ考案・料理 世界文化社 (498.583)</p> <p>たくさん食べることが栄養が満たされる事ではなく、質的栄養失調に陥っている場合がある。各野菜、各肉鶏卵、調味料を使った簡単なレシピを豊富なカラー写真を使って、紹介しています。</p>	<p>第四次多摩市食育推進計画</p> <p>多摩市健康福祉部健康推進課 (k498.5)</p> <p>子どもから大人まであらゆる世代の市民が生涯にわたって健全な食生活を実践できる力を育むため、食育基本法に基づく市町村食育推進計画として位置づけ、様々な食育活動を推進するための行政計画。</p> <p>第4次の計画期間は令和6年度から10年度まで。</p>
<p>「噛む」からはじめる「食育の新常識」高齢者&介護ケア編</p> <p>中野智子/著 (498.5)</p> <p>食育全般の年代ごとのセルフケア(予防医学)アドバイスも掲載する。咀嚼による食事の大切さや、唾液の様々な効用を解説、チェック欄あり。</p>	<p>なぜ、好きなものだけ食べてはいけないの? 服部幸應の食育読本</p> <p>服部幸應/著 C&R研究所 (49)</p> <p>著者が子どもたちの食の素朴な疑問にわかりやすく答えます。</p>

タイトル	著者表示	出版社	請求記号
ヨーロッパの学校における食教育・家庭科教育	表真美／著	ナカニシヤ出版	372.3
アレルギー大学テキスト 新食物アレルギーの基礎と対応 医学、食品・栄養学、食育から学ぶ	伊藤浩明／監修 アレルギー支援ネットワーク／作成	みらい	374.94
食育はみんなのスタートライン「食べるって何だろう」を考える子どもたち	東京都三鷹市立南浦小学校／編 松原邦宜／監修	合同出版	374.97
食育実践事例 BOOK マネしたい!やってみたい!すぐできる!	いただきますごちそうさま」編集部／編	メイト	376.14
食育と保育をつなぐ こどもをまん中においた現場での実践	濱名清美／著	建帛社	376.14
子どもと学ぶ日本の伝統食材 味わうレシピから食育に役立つ活動例まで	奥藺壽子／レシピ・料理制作 矢島麻由美／監修	メイト	376.14
見守る保育 保育としての「食育」栄養摂取から食の営みへ	藤森平司／著	世界文化社	376.14
図解でよくわかる新・食育ガイドブック	堤ちはる／監修	メイト	376.14
食育 みんなで作ろう楽しく食べよう 子どもが主役の食育事例集	キッズエクスプレス 21 実行委員会	メイト	376.14
食育あそび大集合 食べ物工作で遊んじゃおう!	山本和子／著 あさいかなえ／著	チャイルド本社	376.157
日本の食文化 「和食」の継承と食育	江原絢子／編著 石川尚子／編著 大久保洋子／[ほか]著	アイ・ケイコーポレーション	383.81
咀嚼をそしゃくする 食育・介護・栄養管理に役立つ咀嚼の基礎知識	山田好秋／著	口腔保健協会	491.343
欧米人とはこんなに違った日本人の「体質」 科学的事実が教える正しいがん・生活習慣病予防	奥田昌子／著	講談社	491.69
よくわかる!保育士エクササイズ3 子どもの食と栄養演習ブック	松本峰雄／監修 大江敏江／著他	ミネルヴァ書房	493.983
食育とおし歯予防の本 ママになった歯科医師・歯科衛生士・管理栄養士が伝えたい!	神山ゆみ子／[ほか]著 丸森英史／監修	医歯薬出版	497.7
心と身体を強くする食育力	服部幸應／著	マガジンハウス	498.5
美味しい食育レシピ	小嶋隆三／著 小川侑子／著	現代書林	498.5
55歳からの夫婦の食育	若村育子／著	山海堂	498.5
子育てハッピーアドバイス笑顔いっぱい食育の巻	松成容子／著 明橋大二／著 太田知子／イラスト	1万年堂出版	498.5

タイトル	著者表示	出版社	請求記号
子どもと学ぶ日本の伝統食材 味わうレシピから食育に役立つ活動例まで	奥藺壽子／レシピ・料理制作 矢島麻由美／監修	メイト	376.14
食育 みんなで作ろう楽しく食べよう 子どもが主役の食育事例集	キッズエクスプレス 21 実行委員会	メイト	376.14
日本の食文化 「和食」の継承と食育	江原絢子／編著 石川尚子／編著 大久保洋子／[ほか]著	アイ・ケイコーポレーション	383.81
美味しい食育レシピ	小嶋隆三／著 小川侑子／著	現代書林	498.5
55歳からの夫婦の食育	若村育子／著	山海堂	498.5
子育てハッピーアドバイス笑顔いっぱい食育の巻	松成容子／著 明橋大二／著 太田知子／イラスト	1万年堂出版	498.5
キッズキッチン 五感で学ぶ食育ガイド	坂本廣子／著	かがわ出版	596
すごい!みそ汁 ラクで、おいしく、健康になれる	小田真規子／著	家の光協会	596.11
かんたんたっぷり野菜料理 野菜は火の力でおいしくなる	東京ガス「食」情報センター／編	小学館	596.2
和・洋・中 野菜がおいしいといわれるシェフたちの野菜料理と野菜づかい 220	秋山能久／[ほか]著 柴田書店／編	柴田書店	596.2
1日野菜 350g をペロリと食べるおいしいレシピ	伊藤玲子／著	主婦の友社	596.2
野菜のおかず いろいろな味で食べられる個性が楽しい野菜料理		地球丸	596.2
体においしい!野菜の絶品レシピ 決定版	田口成子／著	主婦の友社	596.2
野菜料理の 365 日 しばにさんちの食卓	宮本しばに／著	旭屋出版	596.2
はじめての野菜料理新装版 栄養価・選び方調理のポイントも詳細	荻原悦子／[著]	グラフ社	596.2
野菜料理 100 皿 シンプルに、おいしく、美しく作るコツ	渡辺有子／著	家の光協会	596.2
野菜のたのしみ 私の野菜料理 133	山脇りこ／著	小学館	596.2
一生作り続けたい野菜のおかず 名門料理教室で人気の野菜料理とサラダ 150	田中伶子／著	主婦と生活社	596.2