

# 貸出図書 No. 1

## 【 かこさとしの たべものえほんシリーズ 】

登録番号	題名		内容
02-001	ごはんですよ おもちですよ		日本人の食生活の軸である米飯のできるまでを、やさしく楽しい展開と、具体的で清新な視点で、おなかの足しになる温かい絵本にしました。
02-002	せかいのパン ちきゅうのパン		パンは、世界中の子どもたちが食べています。原料小麦、製粉技術、焼き方の違いなど、美しい風土や文化を背景に、地球規模でふっくらと、香ばしさをこめて作りました。
02-003	うどんのはなは どんないろ		子どもたちは、はたで咲いたそばの花からそばの実がとれるように、うどんの花からうどんができるの？とたずねます。材料、製法、調理などを盛りこんだ、珍しいめん類の絵本です。
02-004	スープづくり あじくらべ		スープやお汁は、食物のエッセンスです。豪華な料理とちがった、一碗の液にとけたおいしさの秘密をときあかします。
02-005	にくはちから げんきのもと		成長期の子どもたちの健康に大切な肉。うしやとりやぶたは、頑健な心身や強い筋肉の恩人であることを、真正面から、ぐんぐん、そしていきいき楽しく伝えます。
02-006	かつおがはねる マグロがおどる		魚すくいから近代漁法まで、魚の生態・習性・季節による行動と各種の漁獲法の対応を、スケールの大きな画面で描きました。銀鱗としぶきがはねる類書きのない絵本です。
02-007	つみれのまほう とうふのにんじゃ		手品のように微妙な味やよい栄養食品をつくってきた人々の知恵、腐りやすい食物を忍者のごとく長持ちさせてきた古人の魔法を、あざやかな手さばきでお目にかけます。
02-008	やさしいやさいの オイシピック		自然の恵みがうみ、全生物の命をささえる野菜のいろいろを、「第3のコース ニンジンくーん」というオリンピック競技・美のコンテストの場で、つぎつぎと面白く見ていただきます。
02-009	リンゴのぼうけん バナナのねがい		新鮮な味や香り、さわやかな色つや、みずみずしい歯ざわり — くだものを食べる時、いつしか夢やロマンに包まれます。この幸せに満ちたくだものを、絵とお話でお楽しみください。
02-010	ケーキづくりの おかしなはなし		家庭や子どもの手でできる、楽しいお菓子づくりの数々をやさしく紹介しながら、お菓子には正しい栄養とこまやかな愛情があることを、美しい写真とメルヘン画で語ります。

## 【 かこさとしの 食べごと大発見 】 シリーズ






05-002	ご飯みそ汁 どんぶりめし		おいしいご飯の秘密からみそづくり、納豆づくり、おもちに酒づくりまで、うんまい知恵がたっぷりです。
05-003	ちり麺ラーメン そばうどん		おそばにうどんにラーメン、スパゲッチ、ニョッキと、楽しい麺類のオンパレードです。
05-004	そろって鍋もの にっこり煮もの		鍋もの煮ものは日本の食文化の原点。母の味から日本各地の鍋ものの味までたっぷりつまっています。

## 貸出図書 No. 2










### 【 かこさとしの 食べごと大発見シリーズ 】

登録番号	題名		内容
05-005	うれしいフライ 天ぷら天下		フライと天ぷらは、どっちがうの？おいしい揚げもののコツのコツをお教えいたします。
05-006	いろいろ食事 春秋うまい		季節ごとに楽しむ食事。お祝いや祭り結びついた食事。ハレの食事の豊かな世界を子どもたちに伝えます。
05-007	たまごサラダ こんがりパン		みんなが大好きなサンドウィッチにサラダにスープ。ほっぺが落ちそうなパンを自分で焼いてみましょう。
05-008	だから元気 ハム肉レバー		みんな大好き栄養満点の肉料理。ビーフにポークにチキンにラム。楽しくおいしくつくりましょう。
05-009	きれい果物 あまから菓子		お菓子のつくり方はもちろん、果実酒のつくり方から和菓子の文化まで、お菓子の知恵が満載です。
05-010	まま人参いも パパだいこん		おなじみの野菜から変わりダネの野菜まで、切り方、下ごしらえの仕方、料理の仕方がいっぱい。
05-011	すし さしみ 貝かに塩焼き		出世魚の話に、すしのネタの話、おろし方から煮方、焼き方まで、板前さんびっくりです。





### 【 そだててあそぼう 】 シリーズ


12-001	トマトの絵本		「トマトが赤くなると医者が青くなる」というトマトの魅力。茎が四角いのはなぜ？鉢栽培やニョロニョロ栽培。ソースづくりや原産地アンデスの話までまるごとパック。
12-002	ジャガイモの絵本		イモは茎が太ったもの、だからイモがつくストロンが土からでると葉になってしまう。そんな性質からバッチリとる方法を楽しく伝授。おいしいイモの見分け方や食べ方。
12-003	ダイズの絵本		ダイズは魔除けにも使われた。太陽とともに葉の角度を変える調位運動の不思議や根粒の話、ハト対策のアイデア、枝豆でジンダモチ、豆腐や湯葉づくりなど。
12-004	ラッカセイの絵本		花がしぼんだら下にシュルルンと伸び、刺さった土の中に実がなる不思議。掘り取り時期の目安やじーまみ豆腐の作り方など。
12-005	ケナフの絵本		今、環境にやさしい非木材紙原料で注目されるケナフ。工夫をこらしておしゃれな紙づくり。ロープの作り方や炭の焼き方など。

## 貸出図書 No. 3

登録番号	題名	内容
12-006	 あさごはんからはじめよう 小学1・2年生から 	生活のすべての基本は毎日の「あさごはん」。あさごはんを食べれば、脳が働き、体が動き、心が健やかに！食への興味と楽しさをひきたす、ユニークな食育絵本。
12-007	食事とマナー心とからだを育む 小学3・4年生から 	食べ物を感謝するということ、なぜいただきます、ごちそうさまをするのか、食事のマナー、人に迷惑になる食べ方、食べ物を大切にすること、姿勢よく食べることの大切さや、よく噛むことの大事さなどが、イラスト付でわかりやすく紹介。
12-008	からだ ころろ げんき かむかむ 	「かむ」ことが健康にも脳の発達にも大切な役割を果たしていることはいろいろな分野の研究からも分かっています。 ご飯を食べるとき、がんばるとき、当たり前に行っている「かむ」という行為をクローズアップ。
12-009	 むっちゃんのしょくどうしゃ 	卵と牛乳を食べるとかゆくなったり、苦しくなったりするむっちゃん、おばあちゃんの家から帰る途中、電車内でどうぶつたちと出会いました。食堂車ではどうぶつ達が自分達にあった食べ物を食べています。 「僕には 僕の 体にあった 食べ物がある。」食べるものはみんな違っていいんだよ。食べられないものがあったらおかしなことじゃないんだよ。
12-010	ゴンドールのやさしい光 	この地球では現在、何千万もの人びとが飢えと貧困、病気、戦乱、自然災害に苦しんでいます。始めて国際ボランティアに出かけた青年が、現地の人々の姿から人が本来持っている、他へのやさしい思いやりの心の美しさを学んだという、実体験。
12-011	 子供のスポーツ栄養学入門 	前半で「子どものスポーツ」と「栄養」に関する基礎知識をレクチャーし、後半では、指導者や保護者から寄せられるスポーツ栄養学の素朴な疑問をQ&A方式でわかりやすく解いていきます。

### 【 げんきをつくる食育絵本 】 シリーズ 対象4歳～

12-012	 じょうぶなからだをつくるたべもの 	女の子とかわいいキャラクター赤のげんキッズが、あかの仲間である肉や魚・豆など、体の血や肉を作る食べ物を楽しく紹介しています。
12-013	びょうきからまもってくれる たべもの 	女の子とかわいいキャラクター緑のげんキッズが、野菜や海藻など、体調を整え、健康なウンチが出るのを助ける食べ物を楽しく紹介しています。
12-014	つよいちからがでるたべもの 	女の子とかわいいキャラクター黄色のげんキッズが、ご飯やパンなど、エネルギーのもとをつくる主食になる食べ物を楽しく紹介しています。

12-015	ポップアップ 人体えほん 	からだのふしぎがとびだすよ！ 身長1.4メートルの人体模型がとびだすよ！ ・たべものはどこへいくの？ ・ほねのひみつなど…
13-003	日本の食生活全集28 聞き書 兵庫の食事	大正終わりから昭和初めの頃の兵庫県の食生活や食事を、写真などを用いて、旧5力国(摂津・播磨・但馬・丹波・淡路)に分け詳しく紹介しています。

## 貸出図書 No. 4

登録番号	題名	内容
19-001	絵で見る おいしい野菜の 見分け方・育て方	 トマト、カボチャ、アスパラガス、ダイコンなど、こだわりの野菜を探している人、それを作りたいと願っている生産者、それを食べたいと願っている消費者に、その見分け方と栽培のポイントなどをわかりやすく解説。
19-002	わくわく食育授業 プラン	 お米は「もみ」を食べるところから、かりんとう作りは小麦粉を挽くところから、だご汁は地域のおばちゃん。地域にこだわり、原型にさかのぼり、未来を作る力をはぐむ食べもの学習46。小学生から大学生まで使えます。
19-003	食育はここから始まる 日本の地域食材 2006年度版	 各都道府県の特産を生産地・特徴・名前の由来・用途・食べ方・加工品・生産状況と将来性・収穫の時期・問い合わせ先・価格の目安・取り寄せ・生産量について詳しく紹介。
19-004	科学が証明する 新 朝食のすすめ	 朝食をとると、成績と行動の改善、国家試験合格率アップ、肥満の予防など、内外の最新の医学研究が朝食の効果を実証。どうして朝食と規則正しい生活が必要なのか、そのためにはどうしたらよいかをわかりやすく解説。
19-005	しらべる まとめる 指導にいかす パソコン&データ活用法 CD-ROM付	 かんたん統計処理ソフト 保健・栄養指導用パワーポイント 質問用紙文例集
20-001	Q&A早わかり 食育基本法	 食育基本法に関する疑問を質問形式で解説。
20-002	食に関する 指導の展開と実践	 学校現場と研究機関が協力し、それぞれの得意分野を活かしたマニュアル兼専門書。本書は食生活に重要な食品10点(米・牛乳・卵・肉・魚・大豆・野菜・いも・水・学校給食)などの食品群を「総合学習」に活かすための方法を解説しています。
20-003	大脳生理学から子どもを見れば よくわかるメンタルヘルス	 大脳心理学から見た心の仕組み、現在の子どもの傾向、子どもに接するときの留意点、心を育む食事などを詳しく解説。
20-004	今すぐ始めよう！ 早起き早寝朝ごはん よく寝、よく食べ、元気に活動	 睡眠不足や朝食を食べないことが心身に及ぼす影響を示し、正しい生活リズムの大切さをデータで証明します。
20-005	しっかり食べよう朝食	 食の基本、朝食の重要性をデータや実験でわかりやすく示したビジュアル書籍。
20-006	見直してみよう間食	 子どもの間食に関するデータや肥満、生活習慣との関連を、写真とイラストでわかりやすく紹介。
20-007	食物アレルギーの治療と管理	 食物アレルギーの概念、治療、関連疾患とその対策などを解説。

## 貸出図書 No. 5

登録番号	題 名	内 容	
20-008	うんぴ・うんによ うんち・うんご		うんこは、はずかしいものではなく、生きていくうえで自然で大切なこと。気持ちよくトイレに行けるようになる絵本。
21-001	とうふの絵本		毎日のように食べるおとうふ。おとうふは、どうやってつくられるか、知っているかな？
21-002	なっとうの絵本		なっとうって、ふしぎな食べ物だよ。いったい、どうやったらつくることができるのかな？
21-003	みその絵本		むかしは手前みそといって、それぞれの家庭で自分で食べるおみそをつくっていたんだよ。
21-004	もちの絵本		おせんべいのあられや、かきもち、みんなおもち。おいしいおもちをつくるには、どうしたらいいんだろう？
21-005	そばの絵本		知っているようで知らないおそばの世界を、自分でそば打ちしながらのぞいてみよう！
21-006	アイスクリームの絵本		自分のオリジナルアイスをつくって、アイスクリームの新しい世界を発見しよう！
21-007	チーズの絵本		プロセスチーズとは違う、伝統の味を持つナチュラルチーズをぜひ、つくってみよう！
21-008	ソーセージの絵本		自分でつくるソーセージは、どのお店のソーセージよりもおいしくて、ほっぺたが落ちちゃうよ。
21-009	ジャムの絵本		ジャムは、旬の果実などをおいしく、長く保存するために考えだされた食品。きみだけのおいしいジャムをつくってみよう！
21-010	パンの絵本		世界の人々の6割はパン食。世界には、形も味もちがういろんなパンがたくさんあるよ。

## 貸出図書 No. 6

登録番号	題名	内 容
21-011	砂糖の絵本 	人間は砂糖を植物につくってもらっているんだよ。甘くておいしい砂糖の秘密にせまってみよう！
21-012	塩の絵本 	いったい、塩って何者？塩のことを調べて、自分でも塩をつくってみよう！
21-013	しょうゆの絵本 	日本では、毎日あたりまえに使われているしょうゆ。どのようにしてつくられてきて、どうしてこんなにおいしいんだろう？
21-014	酢の絵本 	ほんの少し入ることで、ぐっと料理の味をひきしめる調味料。酢作りにチャレンジして、酢のひみつにせまろう！
21-015	油の絵本 	油は、人間の暮らしに欠かせない物質。身近な原料から自分で油をしぼって、いろいろ調べてみよう。
21-016	たべもの・食育図鑑 	日ごろよく使われている72種の食材について食材の生態や生産から栄養、化学、文化、歴史、流通にいたるまで多角的に学べます。 掲載食材：野菜17種、くだもの・ナッツ類6種、きのこ・乾物・芋8種、魚介16種、大豆・豆製品4種、卵・牛乳・穀物7種、お茶・調味料・油脂6種
23-001	食育教材 「そのまんま料理カード」 活用事例集 はじめての食育授業 	「そのまんま料理カード」シリーズを活用した授業展開例を紹介 小学校・特別支援学校編 指導案、ワークシート等収録CD-ROM付
23-002	子どもの「生きる力」を育てる 食育ガイド 	21世紀型授業づくりシリーズ 116 現代の子どもの食事情・「食育」という学校と家庭の新しい課題・子どもの食と栄養、子どもを取り巻く現代の食環境など 平野直美・西川貴子・長瀬荘一著
24-001	「摂食育 コミュニケーション」 食べる指導の実践 	食べ物が育むものは何か、食べ方の乱れが何に影響をおよぼすのか、障害のある子どもたちへの日々食べる指導はどのようにしたらよいか等、実践方法を詳細に解説した「食べる指導」の実践書 DVD付
25-001	「いのちをいただく」 内田 美智子著 西日本新聞社発行 	食べることは生きることそのもの。最も手を抜いてはいけない事柄なのに最も手を抜いてしまっている。と語る助産師 内田美智子さんが毎日牛を解体している坂本義喜さんの話をもとに絵本にしました。読み聞かせに適しています。
27-001	施設管理者のための ノロウイルス対策 Q&Aブック 	ノロウイルスの感染や食中毒に特に気をくばる大量調理施設の管理者向けに、緊急時、警戒時、流行期、のそれぞれの場面でどう対処行動すればよいかをQ&A形式でまとめ、汚物の処理方法、消毒方法やノロウイルスについての基礎的内容をわかりやすく解説したものです。

## 貸出図書 No. 7

登録番号	題名	内容
30-001	和食文化 ブックレット1 「和食とは何か」	 和食の典型的なスタイル、和食文化というべき食べ方、食器、しつらい、マナーや、和食の食材、調理法、盛りつけなど、一番基本となる所が学べるテキストシリーズです。 シリーズ1では、和食の根本的な部分の解説がされています。
30-002	和食文化 ブックレット2 「年中行事としきたり」	 シリーズ2では、年中行事や人生の節目に行われる祝い事などを通して、和食とは何かを説明していきます。
30-003	和食文化 ブックレット3 「おもてなしとマナー」	 シリーズ3では、マナーとは何かについてふれ、和食の食べ方や箸の使い方など具体的に図版なども入れくわしく説明されています。
30-004	和食文化 ブックレット4 「和食と健康」	 シリーズ4では、世界の中で長寿国家である日本人の食事(和食)と健康の関係を、検証研究などを通して秘密を探っていきます。
30-005	和食文化 ブックレット5 「和食の歴史」	 シリーズ5では、時代ごとに社会を代表するような料理様式の変遷を見ながら、和食文化がどのように作り上げられていったのかを学んでいきます。
30-006	和食文化 ブックレット6 「食材と調理」	 シリーズ6では、和食にかかせない食材について、これまでの歴史やその調理など、説明されています。
30-007	和食文化 ブックレット7 「うまみの秘密」	 シリーズ7では、5つの基本味の一つで日本人が発見した“うまみ”について、科学的な視点を入れながら説明されています。
30-008	和食文化 ブックレット8 「ふるさとの食べもの」	 シリーズ8では、日本の伝統的な郷土食を紹介し、あらためてふるさとの食べものについて再認識できる内容となっています。
30-009	和食文化 ブックレット9 「和菓子和日本茶」	 シリーズ9では、和食の世界的なブームにともない、和菓子と日本茶も注目されています。これら和菓子と日本茶の歴史と文化を学びます。
30-010	和食文化 ブックレット10 「和食と日本酒」	 シリーズ10では、日本酒は「國酒」とよばれ、日本を代表する酒とされています。海外での認知度も高まる中、私たち自身がなにより日本酒のことを知っていきましょう。
30-011	ひょうごの野菜 五国の恵み	 個性豊かな五国からなる兵庫。気候や風土の異なる多様な地域で、作られている多種多様な兵庫県産の野菜の味、鮮度、歴史、産地、レシピなどが、わかりやすくまとめられています。

## 貸出図書 No. 8

登録番号	題 名	内 容	
31-001	基礎から学ぶ 成長曲線と肥満度曲線 を用いた 栄養食事指導		子どもの発育状態を、身長・体重の測定値をグラフ化することで、具体的な評価をすることができ、個々の子どもの問題解決に向けての指導に役立てることができる本です。
31-002	佐々木敏の 栄養データはこう読む！ 疫学研究から読み解く ぶれない食べ方		世の中には食べものに関わる情報で溢れており、必ずしも学問的には十分にあきらかにされていない情報も流れ出ています。この本では「エビデンスに基づく栄養学」による解説がされていて、科学的にぶれない食べ方について考えさせられる本です。
31-003	発達障害児の 偏食改善マニュアル		身体を作る上で大事な“食べる”ことが難しい子どもたちのために、わかりやすく具体的な対応方法が書かれています。学校現場で活用できる本です。
31-004	がんばれ！ きゅうしょくぼうや		月間「食育フォーラム」で掲載された取組も紹介されています。食育実践への手だて、ポイントなど具体的な内容で、いろいろな資料がデータとして収録されています。 ※ CD-ROM付
4-001	食べ物ふしぎ10パネル 上 巻		そのまま印刷してポスターとして掲示したり、パワーポイントのプレゼン資料としての活用もできます。上巻には月ごとに25種類の食べ物が掲載されています。食育活動にご活用ください。 ※CD-ROM付
4-002	食べ物ふしぎ10パネル 下 巻		そのまま印刷してポスターとして掲示したり、パワーポイントのプレゼン資料としての活用もできます。下巻にも月ごとに25種類の食べ物が掲載されています。食育活動にご活用ください。 ※CD-ROM付
4-003	いっしょのちがうもの		食物アレルギーを知ってもらおう絵本です。食物アレルギーを持つ親子とそうでない親子がともに生きるための一助となればという願いが込められた内容となっています。
4-004	いますぐ使える ジュニアアスリート の栄養食事学		もと日本オリンピック委員会強化スタッフである著者が伝える、成長期だからこそ正しい食事術について、必須栄養素の基礎知識、場面に応じた食事のレシピ紹介など、様々な栄養に関するポイントが満載です。
4-005	プロが教えるジュニア選手の 「勝負食」(新装改訂版)		伸び盛りの小・中学生が知っておきたいフィジカルの強さの秘訣や栄養・食べ方の基本について、歴代オリンピックメダリストたちにも栄養指導を行っている専門家が、コツのコツを教えます。
4-006	子どものための スポーツ食トレ - 子どもたちに伝えたい！ スポーツ栄養とレシピ-		スポーツで力を発揮するためにトレーニングは大切ですが、同じくらい大切なことが食事(栄養)。将来にわたって活躍できる体作りのために、今必要なことが読みやすくまとめられています。□