

岐阜県公共図書館協議会 共通テーマ資料展示×岐阜県図書館

「食と健康」関連図書リスト

県内公共図書館等では、6月の「食育月間」に合わせて、「食と健康」に関する共通テーマ資料展示を開催しています。

岐阜県図書館での展示期間：令和8年5月30日～6月25日

*「所蔵場所」については、現在「食と健康」の展示コーナーに集めてあります。

No.	書名	著者名	出版者名	出版年	請求記号	所蔵場所*
【食と健康一般】						
1	心と体が潤う食薬ドリンク図鑑	大久保 愛／著	山と溪谷社	2025.3	498.58	オ 一般Ⅰ階
2	まいにちのちょい足し薬膳ドリンク	小林 香里／著	河出書房新社	2024.11	498.58	コ 一般Ⅰ階
3	食と健康	日経サイエンス編集部／編	日経サイエンス	2020.2	498.58	シ 一般Ⅰ階
4	食こそ最高の薬になる	成田 和子／著	飛鳥新社	2021.2	498.58	ナ 一般Ⅰ階
5	メンタルを強くする最強の食事術	ウーマ・ナイド／著	SBクリエイティブ	2025.1	498.58	ナ 一般Ⅰ階
6	からだを整う一汁一菜	山田 奈美／著	主婦と生活社	2024.12	498.58	ヤ 一般Ⅰ階
7	10分でできる体ととのえ朝ごはん	大島 菊枝／著	家の光協会	2025.9	596	オ 一般Ⅰ階
8	生物学者と料理研究家が考える「理想のレシピ」	福岡 伸一／著	日刊現代	2024.1	596	フ 一般Ⅰ階
9	藤井食堂の体にいい定食ごはん	藤井 恵／著	Gakken	2024.1	596	フ 一般Ⅰ階
10	一年中冷え知らずごはん	ワタナベ マキ／著	KADOKAWA	2022.12	596	ワ 一般Ⅰ階
11	毎日食べたいいまどき精進ごはん	青江 覚峰／[著]	オレンジページ	2024.7	596.2	ア 一般Ⅰ階
12	まるごと海藻レシピBOOK	井澤 由美子／著	家の光協会	2024.8	596.3	イ 一般Ⅰ階
13	私にやさしい野菜ごはん	おめぐ／著	KADOKAWA	2023.1	596.3	オ ティーン
14	料理マスターズ北沢正和の四季を彩るデトックス料理	北沢 正和／著	日本食糧新聞社	2020.12	596.3	キ 一般Ⅰ階
15	発酵でかえるおもてなし料理	こいけ かおる／著	旭屋出版	2025.1	596.4	コ 一般Ⅰ階
【様々な年代に向けての食】						
16	かみやすい飲み込みやすい高齢者のやわらか食132	江頭 文江／著	学研プラス	2019.6	498.59	エ 一般Ⅰ階
17	藤井恵さんの更年期ごはん	藤井 恵／著	世界文化ブックス	2022.12	596	フ 一般Ⅰ階
18	子どもがどんどん食べる野菜レシピ		柊出版社	2018.12	596.3	コ 一般Ⅰ階
19	365日のフリージング幼児食	川口 由美子／監修	西東社	2023.4	599.3	サ 子育
20	部活めし!	村田 裕子／監修・料理	オレンジページ	2020.8	780.1	ム 一般Ⅰ階
【栄養素の役割】						
21	食と栄養の大百科		ニュートンプレス	2021.8	498.5	シ 一般Ⅰ階
22	食事と栄養の科学大図鑑	リアノン・ランバート／著	河出書房新社	2022.11	498.5	ラ 一般Ⅰ階
23	栄養素の通になる	上西 一弘／著	女子栄養大学出版部	2022.8	498.55	ウ 一般Ⅰ階
24	好きになる栄養学	麻見 直美／著	講談社	2025.3	498.55	オ 一般Ⅰ階
25	健康管理する人が必ず知っておきたい栄養学の○と×	古畑 公／著	誠文堂新光社	2021.4	498.55	ケ 一般Ⅰ階
26	なにをどれだけ食べたらいいの?	香川 明夫／監修	女子栄養大学出版部	2022.3	498.55	ナ 一般Ⅰ階
27	たんぱく質のきほんとレシピBOOK	宮地 元彦／監修	朝日新聞出版	2023.4	498.58	タ 一般Ⅰ階
28	たんぱく質&脂質データBOOK	藤田 聡／監修	朝日新聞出版	2024.4	498.58	タ 一般Ⅰ階
29	みんなのコンビニ栄養学	濱 裕宣／著	主婦と生活社	2025.5	498.58	ハ 一般Ⅰ階
30	毎日食べたい!女子栄養大学栄養クリニック小皿でもしっかり!たんぱく質おかず	女子栄養大学栄養クリニック／監修	PHP研究所	2024.9	596	マ 一般Ⅰ階

No.	書名	著者名	出版者名	出版年	請求記号	所蔵場所*
【給食】						
31	未来の給食、なに食べる？	楠木 誠一郎／作	講談社	2023.1	J 58	ク 児童Ⅰ階
32	世界の学校給食・食育の歴史	新村 洋史／著	績文堂出版	2024.11	374.9	シ 一般Ⅰ階
33	給食の謎	松丸 奨／著	幻冬舎	2023.11	374.9	マ 一般Ⅰ階
【食の過去、未来】						
34	どうなるの？未来の食べもの 全3巻	清水 洋美／著	汐文社	2023.2	J 61	シ 児童Ⅰ階
35	歴メシ!	遠藤 雅司／著	晶文社	2022.12	383.8	エ 一般Ⅰ階
36	有職食文化図鑑	八條 忠基／著	平凡社	2024.11	383.8	ハ 一般Ⅰ階
37	料理メニューからひもとく歴史的瞬間	ヴィンセント・フランクリン／著	ガイアブックス	2021.8	383.8	フ 一般Ⅰ階
38	人類4000年のレシピ	マックス・ミラー／著	日経ナショナルジオグラフィック	2024.12	383.8	ミ 一般Ⅰ階
39	古代ローマの料理と食文化	ブリジット・ルプレトル／著	三恵社	2020.11	383.8	ル 一般Ⅰ階
40	昆虫食の歴史	ジーナ・ルイーズ・ハンター／著	原書房	2022.3	383.8	ハ 一般Ⅰ階
41	世界の虫を食べてみたい	吉田 誠／著	緑書房	2025.1	383.8	ヨ ティーン
42	残念な食卓	岩村 暢子／著	中央公論新社	2025.5	498.5	イ 一般Ⅰ階
43	なぜヴィーガンか？	ピーター・シンガー／著	晶文社	2023.7	498.5	シ 一般Ⅰ階
44	ビーガン食の栄養ガイド	パメラ・ファーガソン／著	緑風出版	2023.3	498.58	フ 一般Ⅰ階
45	図解でわかる14歳から知る食べ物と人類の1万年史	インフォビジュアル研究所／著	太田出版	2021.1	611.3	イ ティーン
46	SDGsから考える世界の食料問題	小沼 廣幸／著	岩波書店	2024.4	611.3	コ ティーン
【生活習慣病】						
47	楽うまズボラ糖尿病レシピ	新谷 友里江／料理	主婦の友社	2025.2	493.12	ラ 一般Ⅰ階
48	貧血さんに効く鉄フライパンレシピ	濱木 珠恵／著	主婦と生活社	2024.1	493.18	ハ 一般Ⅰ階
49	完全図解動脈硬化・コレステロールのすべて	白井 厚治／監修	主婦の友社	2019.5	493.24	カ 一般Ⅰ階
50	高血圧を下げる!ラクラクへるしお減塩レシピ	今泉 久美／著	主婦の友インフォス情報社	2013.1	493.25	イ 一般Ⅰ階
51	ドクターうえしまの塩切り奮闘記	上島 弘嗣／著	ライフサイエンス出版	2021.2	493.25	ウ 一般Ⅰ階
52	糖質制限で健康を保つ作りおきと簡単おかず	田中 明／監修	成美堂出版	2022.7	498.58	ト 一般Ⅰ階
【食育】						
53	くらべてわかる食育ずかん 全3巻	「くらべてわかる食育ずかん」編集室／[編]	理論社	2023.11	J 59	ク 児童Ⅰ階
54	食育実践事例BOOK	「いただきますごちそうさま」編集部／編	メイト	2024.2	376.14	シ 子育て
55	知っておきたい!和ごはんの常識	ロール・キエ／文	原書房	2025.1	596.2	キ 一般Ⅰ階
56	全集伝え継ぐ日本の家庭料理 [16] 四季の行事食	日本調理科学会／企画・編集	農山漁村文化協会	2021.12	596.2	ゼ 一般Ⅰ階
【地産地消・身近にある食材】						
57	ジビエレシピ	ブルーノ・ドゥーセ／著	グラフィック社	2020.9	596.3	ド 一般Ⅰ階
58	若杉ばあちゃんの野草料理	若杉 友子／著	Parco出版	2025.2	596.3	ワ 一般Ⅰ階
59	産直と地産地消の地平を拓く	野見山 敏雄／著	筑波書房	2022.3	611.4	ノ 一般Ⅰ階
60	狩女のすすめ	ジビエふじこ／著	緑書房	2022.11	659	ジ 一般Ⅰ階
【岐阜の料理・岐阜県出身の方の著作】						
61	今こそ伝えたい岐阜の家庭の味	日本調理科学会岐阜県著作委員会／著	岐阜新聞社	2023.3	G 596	イ 郷土2階
62	岐阜の極み	岐阜県農政部農産物流通課／[編]	岐阜県	[2021.1]	G 596	ギケ 郷土2階
63	料理旅から、ただいま	minokamo／著	風土社	2020.1	G 596	ミ 郷土2階