

食育について

食育基本法において“生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの”と位置づけられているのが食育です。「食」は私たちが生きていく上で欠かせないものですが、当たり前であるがために、大切さを意識することは中々ありません。食育について調べる時の参考となる図書やウェブサイトを紹介します。

◇分野 ← 幼児・初等・中等教育 376、社会教育 379、衣食住の習俗 383、
衛生学・公衆衛生・予防医学 498、食品・料理 596、農業経済 611

環形法令・基本計画 のウェブサイト

食育基本法・食育推進基本計画 http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kannrennhou.html
食育資料・リーフレット http://www.pref.gifu.lg.jp/kodomo/kenko/shokuiku/
羽島市第 2 期健康増進計画(元気はしま 21) http://www.city.hashima.lg.jp/0000005156.html

日本の食文化・地域の食文化

タイトル・著者・出版者・出版年	場所	請求記号	資料番号
『マンガでわかる日本料理の常識（日本の食文化の原点となぜ？がひと目でわかる）』 長島博／監修 誠文堂新光社 2021	開架	383.8 カ	013104047
『冷蔵庫で食品を腐らす日本人（日本の食文化激変の 50 年史）』（朝日新書） 魚柄仁之助／著 朝日新聞社 2007	第 1 書庫	383.8 材	012527057

バランスの良い食事

『色と食材の食事術（食材の色から栄養がわかる!）』星野春香／監修 柊出版社 2018	開架	498.5 ロ	012981049
「食事バランスガイド」について【厚生労働省】 http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou-syokuji.html			

食べ物の選択・食事作り

『 知っておきたい！食品表示の見方 』 田島真／監修 宝島社 2017	開架	498.5 ｼ	012950309
『 食卓で育む伸び力 （子どもの「生きぬく力」がぐんぐん伸びる！）』 食育ずかん／編・著 朝日学生新聞社 2019	開架	498.5 ｼ	013036462
知っておきたい食品の表示【消費者庁】 http://www.caa.go.jp/foods/pdf/syoku_hyou_all.pdf			
安全で健やかな食生活を送るために【農林水産省】 http://www.maff.go.jp/j/fs/select.html			

子どもと一緒に学ぶ食育

『 これならできる、こどもキッチン （お悩み解決！2歳からの台所しごと）』 石井由紀子／著 太郎次郎社エディタス 2020	開架	379.9 ｲ	013091442
『 子どもキッチンに入れよう！ （子どもの好奇心を高める言葉のレシピ）』 藤野恵美／著 ポプラ社 2020	開架	379.9 ﾌ	013086368
『 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 2018	開架	376.1 ｯ	012988135
『 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）』 矢島麻由美／監修 メイト 2018	開架	376.1 ﾄ	012962361
『 子どもに伝えたい歳時記ごはん （家族と楽しむ季節のイベント）』えとにママ／著 講談社 2019	開架	596.4 ﾄ	013051867
『 子どもと一緒に楽しく料理をつくれる魔法の声かけクッキング 』 浜田陽子／著 主婦の友インフォス 2017	第1	596 ﾊ	012924478
子どもの食育【農林水産省】 http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/index.html			

その他、食べ物について

『 「地産地消」の生き方 』（ベスト新書 534） 島崎治道／著 ベストセラーズ 2016	開架	S611.3 ｼ	012921797
『 イラストでみる食料自給率がわかる事典 』 深光富士男／著 PHP 研究所 2009	児童 開架	611	020664256

※詳しいことは、カウンターでお尋ねください。