



## 図書館職員が選んだ 「おすすめ食育本」を紹介します！

毎年6月の「食育月間」の前後に、名古屋市内の各図書館の展示コーナーにおいて、食育本を紹介して市民の皆さんに手に取ってもらえるようご協力をいただいています。

今年もいくつかの図書館に、展示本のうちの一冊について紹介文を書いていただきました。それぞれの図書館の魅力や特長もお聞きしましたので、実際に足を運んでみて、本と食育の世界に触れてみませんか？

☆これより先は、図書館名に続いて ①おすすめ食育本の紹介 ②図書館の魅力・特長の紹介の順で、いただいた紹介文を載せております。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、食育月間期間中に展示コーナーが開催されない可能性もございますので、ご留意願います。



### 【東図書館】

#### ①『らったくんのばんごはん』 坂根美佳／ぶん 宮澤ナツ／え 福音館書店

らったくと、どうぶつたちが夕方の原っぱで遊んでいると、おいしそうなにおいが流れてきます。カレーのにおい、おすしごはんのにおい…。どうぶつたちは、それぞれのばんごはんのにおいにさそわれて、およろこびでかえっていきます。らったくのうちからも、いいにおいがしてきましたよ。おいしそうなごはん、みんなの笑顔にほっこり心温まる絵本です。

#### ②東図書館は、地下鉄「ナゴヤドーム前矢田」駅に直結し、ちょっと長いデッキを5分ほど歩くと到着。館内には約11万冊の本。やさしい英語ながら、わくわくどきどきの絵本や物語もたくさんあり、子どもも大人も夢中になれます。

「ドラゴンズ応援コーナー」など、スポーツの本も充実。区内工芸高校生徒デザインのティーンズコーナーはカフェ風でおしゃれ。高校生おすすめの「高校生セレクトコーナー」「ぶんごう(文豪)コーナー」も。皆様ぜひ、お立ち寄りください！



### 【西図書館】

#### ①『おすしやさんにいらっしやい』 おかだだいすけ／文 遠藤宏／写真 岩崎書店

ここはかわったおすし屋さん。魚を釣ってきて、さばいてお寿司にするまでを子どもたちの目の前で教えてくれる。

子どもたちはキンメダイをさわって、観察して、お腹の中を調べます。卵が入っていたのでメスでした。次はアナゴ。ぬるぬるしていて長い。最後はイカ。どこが頭かな。見てさわって・食べて楽しい写真絵本です。

#### ②西図書館は、地下鉄／鶴舞線「浄心」下車 4 番出口より南へ徒歩 3 分です。西文化小劇場と同じ建物の中にあります。

子ども向けにはおはなし会が 3 種類あります。絵本の読み聞かせや手遊び、紙芝居などで楽しい時間をすごしましょう。

駐車場は、隣の区役所と共用の平面駐車場と文化小劇場と共用の地下駐車場の 2 か所あるのでとっても便利です。また、2 階の庭園では、しゃべったり飲食もできます。



### 【瑞穂図書館】

#### ①『ひとりひとりの味』平松洋子／著 イーストプレス

あなたがおいしいと思う味はどんな味ですか。どうしても食べられない味はありますか。家庭科で学ぶ食育の話は、どれもだいたい同じ内容。でも実際は、みんな違うものを食べています。味噌汁でも卵焼きでも、作る人によって、その味も中身も違います。

「行儀よく」とは何か、腐敗と発酵の違いとは何か。共感しやすい文章で、するつと読めてしまいます。これから自炊を始める方や、料理が苦手な方にもおすすめの1冊です。

②瑞穂図書館は、瑞穂文化小劇場と併設されており、緑豊かな瑞穂公園や、桜の名所である山崎川のほとりで、季節の移り変わりを楽しむことができる図書館です。

グランパス関連の本や資料が展示された「グランパスコーナー」や、瑞穂区の木・花であるさくらに関する本を展示した「さくらコーナー」も見どころです。じどうコーナーの照明にもさくらが！多言語紙芝居やシニア向け紙芝居もご用意しています。お気軽にお越しください。



### 【中川図書館】

#### ①『干したから…』森枝卓士／写真・文 フレーベル館

あなたのお家の朝ごはんが和食なら、梅干しや海苔、煮干しなどをよく見かけませんか？これらの食べものには共通点があります。

それは「干してある」ということ。干すと水分が抜けて、食べものは腐りにくくなり、また違ったおいしさが生まれます。それで、日本でも世界でも、野菜、果物、魚、肉など、いろいろなものを干しているのですね。きっとあなたのお家にも干した食べものがたくさんありますよ。探してみましよう！

②中川図書館はあおなみ線荒子駅から徒歩3分、交通の便がいい図書館です。中川文化小劇場と併設の建物の1階にあり、中に入ると吹き抜けの明るい閲覧室に約9万冊の本が並んでいます。

中川区ゆかりの武将、前田利家に関連する資料を集めたり、近隣の荒子観音にちなんで円空仏を展示したりと、特色あるコーナーを作って皆様のご来館をお待ちしています。



### 【富田図書館】

#### ①『ひもほうちょうもつかわない平野レミのおにぎりブック』

平野レミ／文、和田唱・和田率／え 福音館書店

いそがしい朝でもかんたんに作れるおにぎり。おにぎりなら料理をしたことがなくても、火や包丁を使わずにかんたんに作ることができます。

ひとくちに「おにぎり」といっても、シンプルな塩おにぎりにしたり、具を変えたり、のりかわりにレタスや野沢菜で包んだり、まぜご飯にしたり。バリエーションはたくさんあります。元気になれる朝ごはんを手作りしてみませんか。

②富田図書館は中川区の西側にある図書館です。楠図書館とともに支所の区域に初めてできました。平成9年7月8日に開館し、令和2年度には館内設備の大規模工事を行いました。図書館の南側には富田公園があり、そこで乳幼児向けのおはなし会も行っています。市民の皆さまに親しまれる図書館を目指して日々奮闘しています。

## 【南図書館】

### ①『おにぎりをつくる』高山なおみ/文 長野陽一/写真 ブロンズ新社

著者は料理家としても文筆家としても活躍する高山なおみさん。おにぎりができるまでをシンプルな言葉ときれいな写真とかわいいイラストで描いた写真絵本です。

著者はあとがきでおにぎりを「いのち玉」と表現しています。私自身も心や体が疲れたとき、無性におにぎりを食べたくなります。空腹を満たすだけでなく、心も元気にしてくれると体が知っているのです。

シリーズで『みそしるをつくる』もあります。大人の方にもおすすめです。

②南図書館は昭和 39 年、地元の篤志家の寄附により、市で 4 番目の図書館として開館しました。平成 4 年に現在の建物になり、その際伊勢湾台風資料室を開設しました。当時の写真など関連資料を数多く取り揃えています。

また、区の特性を活かした「認知症コーナー」「防災コーナー」などを設置しており、さまざまな視点で資料をご覧いただくことができます。子ども向けのおはなし会なども定期的に開催していますので、ぜひお越しください。

## 【緑図書館】

### ①『食べ物で見つけた進化のふしぎ ゲッチョ先生の食べ物コレクション』

盛口 満/文・絵 少年写真新聞社

料理に使われている野菜や魚、キノコなど身近な材料の生命の歴史や進化がわかる本です。

数千年前と同じ種類の貝を今も食べていることや、海の中に生えていた植物が、やがて陸上で進化して森林になり、その一部が山菜になっていることなど、多くのイラストで紹介されています。キノコや「おいしいミイラ」といった干物の名前あてクイズもあり、楽しみながら食べ物の不思議や秘密を学べる一冊です。

②緑図書館は昭和 47 年 8 月 12 日に開館し、平成 28 年 7 月に改装されて新しくなりました。高台に建っており、素晴らしい展望と日当たりの良い明るい図書館で、市民の学習と憩いの場になっています。

館内には緑区の伝統工業鳴海絞りの展示と関連書籍を集めた「染めと織りのコーナー」や子育てに関する様々な書籍を集めた「子育て支援コーナー」を設置。地域の人々に親しまれる図書館づくりを目指しています。

## 【徳重図書館】

### ①『坂本広子の食育自立応援シリーズ 1 朝ごはん』

坂本広子/著 まつもときなこ/絵 少年写真出版社

みなさんは毎朝ちゃんと朝食を食べていますか？

1 日を元気に過ごすために、しっかりした朝ごはんを食べることはとても大切です。ごはん派の人もパン派の人も、この本を読んで朝食づくりに挑戦してみませんか。お料理の基本から調理にかかる時間まで、分かりやすく解説されているので、料理初挑戦の人にもおすすめの一冊です。

②徳重図書館は、地下鉄桜通線「徳重」駅 1 番出口すぐにある徳重支所等共同ビル(ユメリア徳重)の 3 階にある図書館です。

平成 22 年に名古屋市 21 館目の図書館として開館しました。蔵書数は 8 万冊。商業施設に隣接しているためか、休日には親子連れの方々が賑わいます。子育て世代からシニア世代までたくさんの方々に親しまれる図書館を目指しています。



## 【天白図書館】

### ①『食のことわざ 春夏秋冬』沢野 勉/著 全国学校給食協会

- 1 鯛もひとりには旨からず(みんなで食べる楽しさ)
- 2 梅はその日の難のがれ(花も実もの梅の価値)
- 3 隣のおはぎと遠くの夕立来そうでこない(彼岸の食べ物と地域社会)
- 4 冷や酒と親の意見はあとから効く(酒をめぐることわざ)

以上のことわざは、今の社会にも当てはまると思いませんか。ことわざの中に人の心理・人間社会のコミュニティ・健康・親子関係など多彩な人間の営みが網羅され、「そうそう」と相槌を打ってしまう、そんな本です。この本を読みながら、今も昔も人の考えることは社会の進歩があれども基本的には変わらないということを実感し、もう一度、食を通して日々の行いを考えてみるができますよ。

### ②天白図書館は、天白区のほぼ真ん中に位置し、天白川沿いに昭和 52 年 11 月に開館しました。

天白川沿いの緑道は、四季を通じて散策でき、春には桜並木が見事です。また、天白川には四季を通じて生き物の息吹が聴こえます。こんな自然の景観を残した当館は、約 9 万冊(児童図書 約 3 万冊)の蔵書数があり、南向きの大きな窓から日差しが入る、明るい図書館です。4 月ごろには中庭の桜も色づきます。

