



いたこりつとしょかんだより「くろーばー」

# クローバー

2014年9月号 Vol.100

潮来市立図書館 Itako Library 〒311-2436 茨城県潮来市牛堀 289

TEL 0299-80-3311 FAX 0299-64-5880 e-mail:lib@itako.ed.jp

<https://lib.itako.ed.jp/>(パソコン) <https://lib.itako.ed.jp/i/ihome.html>(携帯)

平成 26 年 9 月 1 日発行  
編集・発行 潮来市立図書館

今月の特集



～新たなブーム!?!～

! 病院食レシピ特集!

一般的に病院内で提供される食事は、質素で美味しくないというイメージがあるかもしれませんが、ところが今は、“ダイエットに良い”“とても健康的になる”“病院食とは思えない豪華さと美味しさ”として、病院食のレシピに注目が集まっています。今回は、全国の病院で提供している病院食の中から、各病院がプロデュースしたレシピ本を特集いたします。

イベント情報

起業・経営ビジネスなんでも相談会  
(毎月第4日曜日開催)

起業や経営、ビジネスプランについて専門家(中小企業診断士)に相談できるチャンスです! 会社設立、事業計画、経営戦略など様々な課題にアドバイスします。

起業を考えている方、企業の経営者の方、ビジネス上で問題を抱えている方、どうぞお気軽にお越し下さい。

日 時: 9月28日(日)午前10時～午後5時

場 所: 図書館第1集会室

参加費: 無料

募 集: 1日5回開催(各回1組) / 事前申込

申 込: 市立図書館窓口、電話、FAX

## 病院食レシピ特集

病院食を活かしたレシピ本が続々と出版されています。健康を考えたメニューならば、病院食はじつに最適なものだそうです。カロリーを押さえない人や体調が気になる人にも参考になるかもしれません。

書名	出版情報	請求記号
千葉大学病院の薬膳ごはん	並木隆雄 著 マイナビ	498.5ナミ (一般書)
⇒千葉大学病院内のレストランで提供されている薬膳料理のレシピ集。千葉大学病院和漢診療科長が監修する症状別・季節別の薬膳料理と、それぞれの症状・季節に適した食材、その効能を紹介。		
聖路加国際病院の愛情健康レシピ	聖路加国際病院／著 永岡書店	498.5セイ (一般書)
⇒聖路加国際病院のおいしいと評判のレシピは、ローカロリー、健康になるワザと工夫を中心に、和洋中華、家庭でかんたんにつくれるレシピの30献立を紹介しています。		
東京衛生病院の減量講座RECIPE BOOK	東京衛生病院栄養科 著 マイナビ	493.1トウ (一般書)
⇒東京衛生病院主宰の人気ダイエット講座を冊子化。28日分の減量献立のレシピを中心に、病院ならではの説得力のある「健康で正しい減量法」を伝授。おなかいっぱい食べられる、おいしい減量メニュー146品を掲載。		
筑波大学附属病院とクックパッドのおいしく治す「糖尿病食」	矢作直也 著 講談社	493.1ヤサ (一般書)
⇒「安心＝筑波大学」と「おいしさ＝クックパッド」の最強タッグが、糖尿病食に取り組んだ。おいしくて安心なレシピと、その裏付けを公開。「筑波大学の安心献立」のすべてをわかりやすく解説する。		
がん患者さんのための国がん東病院レシピ	大江裕一郎 著/他 法研	494.5オオ (一般書)
⇒食事に悩むがん患者と医師・管理栄養士と一緒に考えた“本当に食べられる”メニューを紹介。がん患者のための料理教室で好評だったレシピ215品を収録。		
きよせの森総合病院の極上健康レシピ	きよせの森総合病院 監修 ソフトバンククリエイティブ	596キヨ (一般書)
⇒目にも舌にも嬉しい病院食が評判。1食の塩分量を2～3g台におさえつつも、栄養バランスや美味しさ、彩り、季節感にこだわった、きよせの森		

総合病院の料理レシピを紹介。シェフが披露するプレミアムレシピが満載		
山王病院の女性ホルモンでキレイになる定食	山王病院 著 角川マガジズ	495サン (一般書)
⇒バランスのよい食事は、ホルモンバランスを整えてくれる。本書では、女性ホルモンの基礎知識を解説し、ホルモンバランスを整える定食レシピ3のなどを紹介。		
おいしくて体にいい穀菜食レシピ 神戸アドベンチスト病院栄養科スタッフがつくる	知花雅之 著 福音社	596千ハ (一般書)
⇒兵庫県・神戸アドベンチスト病院の栄養科スタッフによる、おいしくて体にいい食事の新提案。医学的に証明され、国際的にも注目されているアドベンチスト型穀菜食レシピをまとめて紹介する。		
東京医科大学病院のおいしいコレステロール・中性脂肪対策レシピ	東京医科大学病院 監修 主婦の友社	493.2トウ (一般書)
⇒ムリなくずっと続けられる。いつもの料理にひと工夫…定番料理、汁物アレンジ、作り置き副々菜、手作りお弁当、ヘルシーデザートを紹介。		

今回紹介した本のほかにも沢山の関連書籍を揃えました。

\*-\*

イベント情報

## 第2回 POPコンテスト

### 作品募集中!!(9月16日まで!)

中学生・高校生に向けて、オススメの本を紹介するPOPを作成してください。「同年代(中高生)にこれだけは絶対に教えたい本」や「大人になった今だからこそ、中高生におすすめしたい本」など、中高生世代の「新しい本との出会い」への架け橋となるような素敵なPOPをお待ちしています。

参加対象：中学生～大人

応募方法：図書館で「ポップコンテスト応募用紙」を配布中。

ホームページからもご覧になれます。

所定の様式で作成いただき、図書館へ持参ください。

結果発表：2014年10月16日(木)予定

潮来市立図書館にてPOPを展示し、入賞者には図書館よりご連絡いたします。





**特集**  
**おすすめ本**

☆児童テーマ棚・・・「ぼうけんにでかけよう」  
★今月の本棚・・・「病院食レシピ特集」

☆おすすめの棚・・・「映画原作本」／「NHK大河ドラマ 黒田官兵衛」  
★企画展示棚・・・「郷土作家特集」



**9月の上映会**

平岩弓枝原作の国民的ベストセラー。幕末の江戸・大川端の旅籠「かわせみ」を舞台に繰り広げられる人情物語です。

日にち	時間	上映作品
20日(土)	13:30～	ふしぎな島のフローネ
21日(日)	13:30～	新御宿かわせみ

◇入場無料／申込不要です！



**おはなしが、い**

**おはなしが、い**

9月7日(日)	おじいちゃん・おばあちゃんのおはなし
9月13日(土)	たべもののおはなし
9月27日(土)	おんがくのおはなし

9月4日(木)	図書館集会室2
9月18日(木)	図書館集会室2
9月24日(水)	中央公民館

◇毎回午後2時からはじまるよ！

◇毎回午前11時30分からはじまるよ！



**その他イベント**

- ☆起業経営相談会  
・9月28日(日)
- ★就職相談会  
・9月3日(水)  
津知公民館
- ・9月24日(水)  
潮来市立図書館
- ☆子ども司書講座  
・9月14日(日)

**カレンダー**

**9月**

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

■：休館日