

ふくふくプラザ 図書案内

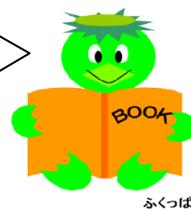
おいしく食べて健康に



令和5年10月

書名	編著者等	出版社	発行年
料理が苦手でも、ひとり暮らしでもできる！ 100年長生き食	森 由香子 // 著	Gakken	2023
命の源「腎」を養う食材で加齢に負けない！ 60歳からの「老けない人」の漢方ごはん	石澤 清美 // 著	Gakken	2023
仕事に行ってきますプラス2 わたしのおべんとう	季刊『コトノネ』 編集部 // 著	埼玉福祉会出版部	2023
70歳からはこれを食べる！百寿で元気な食べもの事典	吉村 芳弘 // 監修 嶋津 さゆり // 監修	新星出版社	2023
その子に合った食べ方がわかる！ 発達障害がよくなる毎日ごはん	溝口 徹 // 著	青春出版社	2022
ひとりのできるかな！？ コックローさんの毎日のごはん朝昼晩なに食べる？	読書工房 // 編著	国土社	2023
70代は低栄養を防ぐが勝ち！ シニアの手間なし栄養ごはん	米山 久美子 // 著	主婦の友社	2023
村上祥子の電子レンジでもっと！シニアごはん	村上 祥子 // [著]	宝島社	2023
NHKきょうの料理セレクション 藤井恵のシニアのからだ元気レシピ	藤井 恵 // 著	NHK出版	2022
野菜料理のレシピ集 上下巻	すこやか食生活 協会 // 制作	すこやか食生活協 会	2023

貸出冊数：10冊まで(うちDVDは1本) 貸出期間：2週間以内
 開館時間：10時～18時 休室日：第3火曜日(その日が祝日の場合は翌日) /
 年末年始(12月28日～1月3日) / その他図書整理期間
 氏名と住所が確認できるもの(運転免許証・健康保険証など)を、お持ちください。
 図書カードを発行します。登録・貸出は無料です。
 借りられた資料は、福岡市総合図書館及び各区の図書館・アミカス図書室等でも返却できます。



ふくつば

ふくふくプラザ 福祉図書・情報室
 福岡市中央区荒戸3丁目3番39号 福岡市市民福祉プラザ2階
 TEL:092-731-2946 FAX:092-731-2947
 ホームページ
<https://ilisod001.apsel.jp/fukufukuplaza/wopc/pc/pages/TopPage.jsp>