

新着図書のお知らせ

「読書をする理由は」

先日の新聞に、ある県では「図書館での貸出冊数が多いほど健康寿命が長い」と発表していることについて、また、別の日には、国の機関の調査で「小学生から高校生のときの読書量が大人になってから各種能力の高さにつながるということがわかった」などの記事がありました。

このほかにも、以前から読書をすることで、ストレス解消になるなど色々な効果があるとされています。

一方で、読書をする理由としては、知識や教養を身に付けるためなど、目的がある方、また、単に本を読むのが好きだからというように、皆さんそれぞれです。

改めまして、これからも、それぞれご自分のスタイルで、読書をお楽しみください。


(図書館長記)

図書館カレンダー 8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	31				

図書館カレンダー 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		

 : 図書館休館日

開館時間 * 中央図書館/火～金曜日は午前10時～午後8時まで

土・日・祝日は午後5時まで

休館日 * 毎週月曜日（祝日の場合は翌平日）

※緊急事態宣言中は、一部ご利用いただけないサービスがあります

分野	書名	著者	出版社
ソフトウェア	情報理論	三木 成彦 // 共著	コロナ社
	オードリー・タン日本人のためのデジタル未来学	早川 友久 // 著	ビジネス社
	デジタル化する新興国	伊藤 亜聖 // 著	中央公論新社
	AWSではじめるインフラ構築入門	中垣 健志 // 著	翔泳社
	Windows 10は初期設定で使うな！ 2021年 データ可視化プログラミング	日経PC21 // 編 佐藤 智和 // 共著	日経BP 学術図書出版社
図書館	日本の図書館の歩み	日本図書館協会	日本図書館協会
	“市民の図書館”の資料保存問題 児童図書館の先駆者たち	山口 源治郎 // 著 東京子ども図書館	共同保存図書館・多摩 東京子ども図書館
書誌学	13坪の本屋の奇跡	木村 元彦 // 著	ころから
研究機関	東京マニアック博物館	町田 忍 // 監修	メイソユニバーサル
哲学	〈世界史〉の哲学 近代篇1	大澤 真幸 // 著	講談社
	墨子よみがえる	半藤 一利 // 著	平凡社
	世界は善に満ちている	山本 芳久 // 著	新潮社
心理学	進化思考	太刀川 英輔 // 著	海士の風
倫理学	尊皇攘夷	片山 杜秀 // 著	新潮社
人生訓	落語に学ぶ粗忽者の思考	立川 談慶 // 著	WAVE出版
	生き方革命	橋下 徹 // 著	徳間書店
宗教	宗教と過激思想	藤原 聖子 // 著	中央公論新社
	宗教は嘘だらけ	島田 裕巳 // 著	朝日新聞出版
	縄文神社 首都圏篇	武藤 郁子 // 著	飛鳥新社
	天下の神廟日光東照宮	高藤 晴俊 // 写真 文	下野新聞社
	お坊さんが教えるおうち修行	お寺ステイおうち修行	海竜社
	華嚴経入法界品 上	梶山 雄一 // 訳注	岩波書店
歴史	日本を寿ぐ	ドナルド・キーン // 著	新潮社
	江戸の暗号	土方 勝一郎 // 著	祥伝社
	東南アジア史10講	古田 元夫 // 著	岩波書店
	一冊でわかるインド史	水島 司 // 監修	河出書房新社
	伝記	小池一子	小池 一子 // 著
地理・紀行	ウォーターウォーキング 3	丹沢ネットワーク // 編	白山書房
	埼玉のトリセツ		昭文社
	千葉のトリセツ		昭文社
	神奈川のトリセツ		昭文社
	インドを旅する55章 歩みを止めるな！世界の果てまで952日リヤカー	宮本 久義 // 編著 吉田 正仁 // 著	明石書店 産業編集センター
社会科学	どのアメリカ？	阿川 尚之 // 著	ミネルヴァ書房
	新しい共同体の思想とは	内山 節 // 著	農山漁村文化協会
	民主主義を問いなおす	内山 節 // 著	農山漁村文化協会
政治	権威主義の誘惑	アン・アプルホーム // 著	白水社
	女たちのポリティクス	ブレイディ みかこ // 著	幻冬舎
	むずかしい天皇制	大澤 真幸 // 著	晶文社
	霞が関のリアル	NHK取材班 // 著	岩波書店
	非正規公務員のリアル	上林 陽治 // 著	日本評論社
	赤い日本	櫻井 よしこ // 著	産経新聞出版
	法律	おっさんず六法 少年法入門	松沢 直樹 // 著 廣瀬 健二 // 著
経済	資本主義を乗り越える	内山 節 // 著	農山漁村文化協会
	サイバースパイが日本を破壊する	井上 久男 // 著	ビジネス社

分野	書名	著者	出版社
経済	“スカノミクス”に蝕まれる日本経済 チョンキンマンション 経営学入門 ルワンダ中央銀行総裁日記	浜 矩子 // 著 ゴートン・マシューズ // 著 武石 彰 // 著 服部 正也 // 著	青春出版社 青土社 岩波書店 中央公論新社
統計	イラスト&図解知識ゼロでも楽しく読める！統計学	佐々木 弾 // 監修	西東社
社会	予測不能の時代 無と意識の人類史 すみません、2DKってなんですか？ なぜ妻は「手伝う」と怒るのか 近親殺人 保身 非正規介護職員ヨボヨボ日記 自然災害から身を守る知恵	矢野 和男 // 著 広井 良典 // 著 日下部 理絵 // 著 佐光 紀子 // 著 石井 光太 // 著 藤岡 雅 // 著 真山 剛 // 著 伊藤 佳子 // 著	草思社 東洋経済新報社 サンマーク出版 平凡社 新潮社 KADOKAWA 三五館シンシャ 求龍堂
教育	子どもの長所を伸ばす5つの習慣 保健室の先生だけが知っている子育て	石田 勝紀 // 著 渡邊 真亀子 // 著	集英社 総合法令出版
風俗習慣	暮らしの包み 江戸庶民のまじない集覧	横山 功 // 監修 長友 千代治 // 著	池田書店 勉誠出版
国防・軍事	図説戦争と軍服の歴史	辻元 よしふみ // 著	河出書房新社
自然科学	ものが語る教室 四角形の七不思議 RとPythonで学ぶ実践的データサイエンス&機械 アインシュタイン方程式を読んだら「宇宙」が見えた 熱輻射論講義 地学大図鑑 東京「スリバチ」地形散歩 秩父に息づく大地の記憶 したたかでいい加減な生き物たち 生きている化石図鑑 誰かに話したくなる摩訶不思議な生きものたち 蝶が来る庭 カメレオンの教科書	盛口 満 // 著 細矢 治夫 // 著 有賀 友紀 // 著 深川 峻太郎 // 著 マックス・プランク // 著 田近 英一 // 監修 皆川 典久 // 著 秩父まるごとジオ 池田 清彦 // 監修 土屋 健 // 著 岡部 聡 // 著 海野 和男 // 写真と文 加藤 学 // 著	岩波書店 講談社 技術評論社 講談社 岩波書店 ニュートンプレス 宝島社 さきたま出版会 さくら舎 笠倉出版社 文藝春秋 草思社 笠倉出版社
医学	漢方的おうち健診 ネオウイルス学 血糖値にホントにいいこと帳 コレステロール・中性脂肪にホントにいいこと帳 パニック障害 うつ病 躁鬱大学 発達障害はなぜ誤診されるのか 新型コロナワクチン 薬に頼らず自分で治す！めまい・ふらつき 養生の思想 老けない人は何が違うのか わたしのココロにしてあげたいこと。 簡単！箸置きダイエット 「いつものパン」があなたを殺す コロナ自粛の大罪	櫻井 大典 // 著 河岡 義裕 // 編 板倉 弘重 // 監修 板倉 弘重 // 監修 坪井 康次 // 監修 坪井 康次 // 監修 坂口 恭平 // 著 岩波 明 // 著 杉本 正信 // 著 新井 基洋 // 著 西平 直 // 著 山岸 昌一 // 著 福永 伴子 // 監修 金城 実 // 著 デビッド・パウルマター 鳥集 徹 // 著	学研プラス 集英社 主婦の友社 主婦の友社 高橋書店 高橋書店 新潮社 新潮社 東京化学同人 宝島社 春秋社 合同フォレスト 朝日新聞出版 プレジデント社 三笠書房 宝島社
技術・工学	人類とイノベーション	マット・リドレー // 著	ニューズピックス

分野	書名	著者	出版社
技術・工学	トコトンやさしい新幹線技術の本 グリーン・ニューデール なんでも自分で修理する本 第二次大戦世界の戦闘機 パワーエレクトロニクス 知能化戦争 もう一つの衣服、ホームウェア	辻村 功 // 著 明日香 壽川 // 著 片桐 雅量 // 著 松崎 豊一 // 著 江間 敏 // 共著 龐 宏亮 // 著 武田 尚子 // 著	日刊工業新聞社 岩波書店 宝島社 イカロス出版 コロナ社 五月書房新社 みすず書房
家庭	60歳からのお楽しみ生活 かたちがステキな大人の帽子 ゆったりステキな、シニアのワンピース 手作りのかわいいベビー服 女の子と男の子のおでかけ服 いっぱい作りたい女の子の夏服 女の子の特別な日のドレス 今、着たいシャツ&ブラウス 斉藤謠子のいま作りたいシンプルな服とかわいい 型紙いらずの着物リメイク〈ワードローブ〉 ロックミシンのソーイングテキスト 脳がみるみる若返るかんたん、素敵手ぬいの小物 ほっとやすらぐ和布のハギレ小物 イングリッシュガーデンと少女 日本刺繍の「いろは」 抱っこしたくなるあみぐるみワンコ 干支のあみぐるみとお正月の飾り はじめてのかぎ針編み刺しゅう糸で編む色とりどりの 春夏美しい大人の編みもの 結び大百科 かわいくて役立つパッチワークのポーチ&ケース 和布でスマホ入れ、ポシェット、リュック ドール服づくりの基礎のきそ 羊毛フェルトで作る思いやりせつけん 色と形 キャシー&洋輔のセゾンキルト サンリオキャラクターズのアイロンビーズBOOK 家で揚げるともっとおいしい パスタの本 自家製麺ラーメン店の調理技術 たけだバーベキュー式！ソロキャンごちそう肉レシピ きらきら鉱物菓子の作り方 透明和菓子ごよみ はじめてのサワードゥブレッド 狭い部屋でも快適に暮らすための家具配置	中山 庸子 // 著 かわい きみ子 // 著 斉藤 謠子 // 著 松下 純子 // 著 クライ ムキ // 著 高橋 恵美子 // 著 オノエ メグミ // 著 沖 文 // 著 眞道 美恵子 // 著 関口 妙子 // 著 寺西 恵里子 // 著 小関 鈴子 // 著 キャシー 中島 // 著 寺西 恵里子 // 著 坂田 阿希子 // 著 有元 葉子 // 著 旭屋出版編集部 // 編 たけだバーベキュー ハラペコラボ // 著 鳥居 満智栄 // 著 真藤 舞衣子 // 著 しかま のりこ // 著	海竜社 ブティック社 ブティック社 ブティック社 主婦と生活社 ブティック社 ブティック社 日本ヴォーグ社 NHK出版 河出書房新社 ブティック社 西東社 ブティック社 アップルミンツ 日本ヴォーグ社 日本文芸社 アップルミンツ アップルミンツ ブティック社 ブティック社 ブティック社 ブティック社 グラフィック社 日東書院本社 グラフィック社 ひとみ出版 アップルミンツ リトルモア 東京書籍 旭屋出版 宝島社 KADOKAWA 淡交社 文化学園文化出版局 彩図社
産業	浅草かつば橋商店街リアル店舗の奇蹟	飯田 結太 // 著	プレジデント社
芸術	街場の芸術論 もっと知りたい川瀬巴水と新版画	内田 樹 // 著 滝沢 恭司 // 著	青幻舎 東京美術
彫刻	深大寺の白鳳仏	貴田 正子 // 著	春秋社
絵画・書道	鳥獣戯画 闇の西洋絵画史 1～5	増記 隆介 // 監修 山田 五郎 // 著	平凡社 創元社

分野	書名	著者	出版社
絵画・書道	ゴヤの手紙 下	ゴヤ // 著	岩波書店
	私の少女マンガ講義	萩尾 望都 // 著	新潮社
写真・印刷	愛バナ	荒木 経惟 // 著	講談社
	スモールワールズTOKYO公式撮影地ガイド	長尾 真志 // 写真	玄光社
工芸	きものの文様	藤井 健三 // 監修	世界文化社
	水引アート心魅かれる花を結ぶ	梶 政華 // 著	日貿出版社
音楽・舞踊	誰でもぜったい楽譜が読める！	辻 志朗 // 著	音楽之友社
	いちばん親切な音楽記号用語事典	轟 千尋 // 編著	新星出版社
	社会思想としてのクラシック音楽	猪木 武徳 // 著	新潮社
	絶対！うまくなるウクレレ100のコツ	山口 岩男 // 著	ヤマハミュージック
	大人のバレエ上達レッスン50のポイント	夏山 周久 // 監修	メイツユニバーサル
演劇・映画	日本の喜劇人	小林 信彦 // 著	新潮社
	お笑い世代論	ラリー 遠田 // 著	光文社
スポーツ	筋肉		ニュートンプレス
	少年野球「審判」マニュアル正しい理解&判断	Umpire Develop	メイツユニバーサル
	おやじキャンプ飯	馬杉 雅喜 // 著	KADOKAWA
	世界のおすもうさん	和田 静香 // 文	岩波書店
諸芸・娯楽	パチンコ	杉山 一夫 // 著	法政大学出版局
言語	フィールド言語学者、巣ごもる。	吉岡 乾 // 著	創元社
	気持ちを表すことばの辞典	飯間 浩明 // 監修	ナツメ社
	「意味順」式イラストと図解でパッとわかる英文法	田地野 彰 // 著	KADOKAWA
	天声人語 2021春	朝日新聞論説委員室	原書房
	英語でユーモア	小西 丹 // 著	ワニ・プラス
文学	生き残る作家、生き残れない作家	沖方 丁 // 著	早川書房
	世界SF作家会議	早川書房編集部 // 編	早川書房
	ようこそ地獄、奇妙な地獄	星 瑞穂 // 著	朝日新聞出版
	石原慎太郎・大江健三郎	江藤 淳 // 著	中央公論新社
	多和田葉子の〈演劇〉を読む	谷川 道子 // 編	論創社
	万葉集と東アジア世界 上・下	川勝 守 // 著	汲古書院
	夏井いつきの俳句道場	夏井 いつき // 著	NHK出版
	源氏物語を読む	高木 和子 // 著	岩波書店
	江戸の怪談	にほんの歴史★楽会	出版芸術社
	日本小説	スカイツリーの花嫁花婿	青柳 碧人 // 著
キネマの天使		赤川 次郎 // 著	講談社
湯けむり食事処ヒソップ亭 2		秋川 滝美 // 著	講談社
星に祈る		あさの あつこ // 著	PHP研究所
ブラック・チェンバー・ミュージック		阿部 和重 // 著	毎日新聞出版
編笠十兵衛 上・下		池波 正太郎 // 著	新潮社
おとこの秘図 上・中・下		池波 正太郎 // 著	新潮社
真田騒動		池波 正太郎 // 著	新潮社
ボーンヤードは語らない		市川 憂人 // 著	東京創元社
ここはととも速い川		井戸川 射子 // 著	講談社
零の晩夏		岩井 俊二 // 著	文藝春秋
満月の奏		岩室 忍 // 著	祥伝社
弦月の帥		岩室 忍 // 著	祥伝社
要訣		上田 秀人 // 著	講談社
銀行支店長、泣く		江上 剛 // 著	実業之日本社
片見里荒川コネクション		小野寺 史宜 // 著	幻冬舎

分野	書名	著者	出版社
日本小説	薔薇のなかの蛇	恩田 陸 // 著	講談社
	医学のつばさ	海堂 尊 // 著	KADOKAWA
	鴨川食堂ごちそう	柏井 壽 // 著	小学館
	終活の準備はお済みですか？	桂 望実 // 著	KADOKAWA
	海神の子	川越 宗一 // 著	文藝春秋
	うらんぼんの夜	川瀬 七緒 // 著	朝日新聞出版
	科警研のホームズ 3	喜多 喜久 // 著	宝島社
	化学探偵Mr. キュリー 10	喜多 喜久 // 著	中央公論新社
	抱影	北方 謙三 // 著	講談社
	遠巷説百物語	京極 夏彦 // 著	KADOKAWA
	明るい夜・かもめの日	黒川 創 // 著	春陽堂書店
	邂逅	小杉 健治 // 著	集英社
	処断	今野 敏 // 著	実業之日本社
	婿どの相逢席	西條 奈加 // 著	幻冬舎
	梅花下駄	佐伯 泰英 // 著	文藝春秋
	出紋と花かんざし	佐伯 泰英 // 著	光文社
	雨の日は、一回休み	坂井 希久子 // 著	PHP研究所
	色にいでにけり	坂井 希久子 // 著	文藝春秋
	暴れ公卿	佐々木 裕一 // 著	講談社
	テスカトリポカ	佐藤 究 // 著	KADOKAWA
	博覧男爵	志川 節子 // 著	祥伝社
	ハレルヤ！	重松 清 // 著	新潮社
	白医	下村 敦史 // 著	講談社
	君と歩いた青春	小路 幸也 // 著	中央公論新社
	空の王	新野 剛志 // 著	中央公論新社
	長い一日	滝口 悠生 // 著	講談社
	神さまのいうとおり	谷 瑞恵 // 著	幻冬舎
	檸檬先生	珠川 こおり // 著	講談社
	琥珀の夏	辻村 深月 // 著	文藝春秋
	雨夜の星たち	寺地 はるな // 著	徳間書店
	大連合	堂場 瞬一 // 著	実業之日本社
	キャラクター	長崎 尚志 // 著	小学館
	パズラー	西澤 保彦 // 著	東京創元社
	SL銀河よ飛べ！！	西村 京太郎 // 著	講談社
	寝乱れ姿	野口 卓 // 著	集英社
	てんげんつう	島中 恵 // 著	新潮社
	ランチ酒 3	原田 ひ香 // 著	祥伝社
	シャムのサムライ山田長政	幡 大介 // 著	実業之日本社
	還らざる聖域	樋口 明雄 // 著	角川春樹事務所
	そのひと皿にめぐりあうとき	福澤 徹三 // 著	光文社
	世阿弥最後の花	藤沢 周 // 著	河出書房新社
	星影さやかに	古内 一絵 // 著	文藝春秋
	叶うならば殺してほしい	古野 まほろ // 著	講談社
	幻想商店街	堀川 アサコ // 著	講談社
	ヒトコブラクダ層ぜっと 上・下	万城目 学 // 著	幻冬舎
	匣の人	松嶋 智左 // 著	光文社
	女が死ぬ	松田 青子 // 著	中央公論新社
	ミステリーは非日常とともに！	未須本 有生 // 著	南雲堂

分野	書名	著者	出版社
日本小説	雷神	道尾 秀介 // 著	新潮社
	俺達の日常にはバスセンが足りない	三羽 省吾 // 著	双葉社
	姉の島	村田 喜代子 // 著	朝日新聞出版
	あなたにオススメの	本谷 有希子 // 著	講談社
	ブレイクニュース	薬丸 岳 // 著	集英社
	いつかたどりつく空の下	八幡 橙 // 著	双葉社
	風よ僕らの前髪を	弥生 小夜子 // 著	東京創元社
	JAGAE	夢枕 獏 // 著	祥伝社
	感染捜査	吉川 英梨 // 著	光文社
	花火	吉村 昭 // 著	中央公論新社
	彼岸花が咲く島	李 琴峰 // 著	文藝春秋
	暗色コメディ	連城 三紀彦 // 著	双葉社
	秋はまぐり	和田 はつ子 // 著	角川春樹事務所
	焼き天ぷら	和田 はつ子 // 著	角川春樹事務所
	もう一杯、飲む？	角田 光代 // 著	新潮社
	芥川賞候補傑作選 平成編2	鶴飼 哲夫 // 編	春陽堂書店
	宿で死ぬ	朝宮 運河 // 編	筑摩書房
	日本ハードボイルド全集 1	北上 次郎 // 編	東京創元社
	日本文学	シヨローの女	伊藤 比呂美 // 著
幕張少年マサイ族		椎名 誠 // 著	東京新聞
ニッポンのおじさん		鈴木 涼美 // 著	KADOKAWA
愛に始まり、愛に終わる		瀬戸内 寂聴 // 著	宝島社
母ちゃんのフラフープ		田村 淳 // 著	ブックマン社
人間であることをやめるな		半藤 一利 // 著	講談社
わたしはドレミ		平野 恵理子 // 著	亜紀書房
他者の靴を履く		ブレイディ みかこ // 著	文藝春秋
おじさんはどう生きるか		松任谷 正隆 // 著	中央公論新社
生老病死		山折 哲雄 // 著	KADOKAWA
パンデミック日記		「新潮」編集部 // 編	新潮社
シルクロード		安部 龍太郎 // 著	潮出版社
阿呆旅行		江國 滋 // 著	中央公論新社
鉄道無常		酒井 順子 // 著	KADOKAWA
東京ディストピア日記		桜庭 一樹 // 著	河出書房新社
南の風に誘われて		椎名 誠 // 著	新日本出版社
私がフェミニズムを知らなかった頃		小林 エリコ // 著	晶文社
俺の上には空がある広い空が		桜井 昌司 // 著	マガジンハウス
ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー		ブレイディ みかこ // 著	新潮社
「伊豆文学賞」優秀作品集 第24回		伊豆文学フェス	羽衣出版
外国文学	楚辞	小南 一郎 // 訳注	岩波書店
	移動迷宮	飛気 // ほか著	中央公論新社
	遅咲きの男	莫言 // 著	中央公論新社
	僕だって、大丈夫じゃない	キム・シヨン // 著	キネマ旬報社
	図説アラビアンナイト	西尾 哲夫 // 著	河出書房新社
	かわいいウルフ	小澤 みゆき // 編	亜紀書房
	ボドキン家の強運	P・G・ウッドハウス // 著	国書刊行会
	ミステリアム	ディーン・クーンツ // 著	ハーパーコリンズ
	キャクストン私設図書館	ジョン・コナリー // 著	東京創元社
	帰らざる故郷	ジョン・ハート // 著	早川書房

分野	書名	著者	出版社
外国文学	ブリーディング・エッジ 不滅の子どもたち 赤い死の舞踏会 パサージュ論 4 夜と霧 『失われた時を求めて』への招待 離れがたき二人 僕が死んだあの森	トマス・ピンチョン // 著 クロエ・ベンジャミン // 著 エドガー・アラン・ポー // 著 ヴァルター・ベンヤミン // 著 ヴィクトール・E・フランクル 吉川 一義 // 著 シモーヌ・ド・ボワヴォワール ピエール・ルメートル // 著	新潮社 集英社 中央公論新社 岩波書店 みすず書房 岩波書店 早川書房 文藝春秋
参考図書	朝日新聞縮刷版 2021年5月号(NO.1199) 日本国勢図会 2021/22 男女共同参画白書 令和3年版 文部科学統計要覧 令和3年版 首都圏中学受験案内 2022 東京都内私立学校案内：中学校・高等学校 2022 大学受験案内 2022 首都圏高校受験案内 2022	矢野恒太記念会 // 編 内閣府男女共同参画 文部科学省 // 著 晶文社学校案内編集 東京私立中学高等 晶文社学校案内編集 晶文社学校案内編集	矢野恒太記念会 勝美印刷 双葉レイアウト 晶文社 東京私立中学高等 晶文社 晶文社
地域資料	コロナ禍に向き合う博物館 改訂版 異説多摩川上流水源地の歴史 福生かるた 福生市制施行50周年記念事業 旅の手帖 2021年6月号 ゼンリン住宅地図 福生市 2021 04 緑の風(MIDORI NO KAZE)2021年6月号 にほんでいきる 江戸東京ご利益事典 MAMOR(マモル) 2021年8月号(vol. 174) ようこそ多摩川へ 国鉄103系通勤形電車 鉄道と地図 僕の愛したジークフリーデ 第1部	たましん歴史・美術館 岩田 基嗣 // 著 福生市 // 編 NPO法人多摩住民 毎日新聞取材班 // 編 長沢 利明 // 著 GRINGO&Co. 田畑 貞壽 // ほか著 「旅と鉄道」編集部 須田 寛 // 著 松山 剛 // 著	たましん地域文化財団 岩田基嗣 福生市 交通新聞社 ゼンリン NPO法人多摩住民 明石書店 笠間書院 扶桑社 公益財団法人 東急財 天夢人 交通新聞社 KADOKAWA

編集後記

北海道味噌、津軽味噌(青森)、秋田味噌、仙台味噌(宮城)、会津味噌(福島)、江戸甘味噌(東京)、東海豆味噌(愛知、三重、岐阜)、越後味噌(新潟)、信州味噌(長野)、加賀味噌(石川)、関西白味噌、瀬戸内麦味噌(愛媛、山口、広島)、府中味噌(広島)、御膳味噌(徳島)、讃岐味噌(香川)、九州麦味噌、薩摩味噌(鹿児島)。全国各地の郷土味噌です。原料となる麴の種類により、米味噌、麦味噌、豆味噌、調合味噌、更に塩分量によって甘口・辛口に分類される味噌の歴史は古く、奈良時代に中国から伝わり、寺院や貴族の間で、贈答品としても重宝された高級品でした。鎌倉時代には、「一汁一菜」という武家の食習慣により味噌汁が登場し、室町時代になると庶民にも浸透し、戦国時代には、武士の重要な栄養源となり、大名の間でこぞって味噌づくりが流行しました。なかでも、東北の伊達政宗の味噌は、日持ちする非常に優れたもので、諸大名は政宗から味噌を分けてもらうことがしばしばあり、伊達家の味噌は一躍有名になったという逸話があります。その後、江戸時代には、庶民の生活に味噌が定着し、現在に至っています。栄養価の高い大豆を発酵させて造る伝統調味料、味噌。「味噌は医者いらず」「味噌汁は朝の毒消し」といわれ、良質なたんぱく質やミネラルを含む味噌汁の効能には、生活習慣病や骨粗鬆症の予防、血圧上昇抑制、老化防止などがあります。かぶ、なす、ねぎ、冬瓜、みょうが、さやえんどう、じゃがいも、里芋、豆腐、油揚げ、大根、小松菜、ほうれん草、わかめ、しじみ、なめこ。「味噌汁一杯三里の力」、お味噌汁は昔から温かいスタミナ食です。

福生市立中央図書館 新着図書のお知らせ 2021年8月号

福生市立中央図書館 TEL553-3111

わかぎり図書館TEL552-7421 わかたけ図書館TEL551-0083 武蔵野台図書館TEL553-8881

ホームページ <https://www.lib.fussa.tokyo.jp>