

# 現在の中央展示は「しっかり食べよう！食育月間」です



「食育」について、あらためて注目しましょう。今回はこれから訪れる、梅雨や猛暑を乗り越えるための一つのツールとして「食育」に関する本の一部を集めてみました。

「食育」に関する正しい知識をもち、栄養の偏りによる健康被害や免疫力の低下を予防し、しっかり食べ健康な生活を送るために『食』を楽しんでみては・・・

展示期間：令和6年6月14日から令和6年7月10日

『春夏秋冬疲れ取りごはん』

関口絢子／著

KADOKAWA 2022

『免疫力を高める食材辞典』

廣田孝子／著

学研プラス 2020

『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