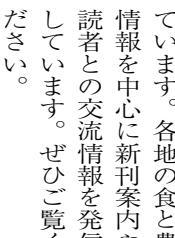


キャラクター「カバ」



# からだの癒し、こころの癒し

## 農文協の本 春秋社の本

春秋社キャラクター  
春秋(ハルアキ)くん

「田舎の本屋さん」

聞き書

## ふるさとの家庭料理



### 日本人の食卓と暮らしの原風景

昭和の初めの料理をカラー写真で再現。その地ならではの一品一品を、暮らしの「物語」とともに全国の古老から細やかに聞き書き。

解説・奥村彪生 各巻ごとに各料理を全国的・歴史的視点から解説。料理が生まれた背景や、地域特有の食文化への理解を深める。

料理別編

- ①すし なれずし
- ②混ぜごはん かてめし
- ③雑炊 おこわ 変わりごはん
- ④そば うどん
- ⑤もち 雜煮
- ⑥だんご ちまき
- ⑦まんじゅう おやき おはぎ
- ⑧漬けもの
- ⑨あえもの
- ⑩鍋もの 汁もの

テーマ別編

- ⑪春のおかず
- ⑫夏のおかず
- ⑬秋のおかず
- ⑭冬のおかず
- ⑮乾物のおかず
- ⑯味噌 豆腐 納豆
- ⑰魚の漬込み 干もの 佃煮 塩辛
- ⑱日本の朝ごはん
- ⑲日本のお弁当
- ⑳日本の正月料理

【別巻】祭りと行事のごちそう

●A5判・上製、各2500円、別巻3000円、摘要53000円

## たのしくたべよう たべもの絵本

たべものと仲良くなる食育絵本  
ふだん何気なく食べているごはんや野菜、魚などがどうやって育ち、作られ、食卓にあがるか。栄養、歴史、食文化までやさしく描く。

●幼保・小低向け、各1890円、摘要11340円

- ①ごはんのはなし ④おまめのはなし
- ②やさいのはなし ⑤さかなのはなし
- ③おいものはなし ⑥かいとうのはなし

農文協

〒107-8668 東京都港区赤坂7-6-1  
TEL. 03-3585-1141 FAX. 03-3589-1387 http://www.ruralnet.or.jp

※価格は税込

### 医食同源の最新科学

飯野久栄・堀井正治編

1500円

### 食とからだの工コロジー

島田彰夫 1740円

### 動物としてのヒトを見つめる

島田彰夫 1740円

### 日出山みなみの新野菜料理 群馬

日出山みなみ 1800円

「田舎の本屋さん」  
shopruralnet.or.jp  
通信

農文協では、広告でみた本を買いたい方や、なかなか書店に行く時間がない方のために、読みたい本を取り寄せ、ご自宅まで届ける通販書店「田舎の本屋さん」を運営しています。しかも、会員になると是非ご一読をお勧めしたい一冊です。

情報を中心に新刊案内や読者の交流情報を発信しています。各地の食と農についても発行しています。ぜひご覧ください。

食べものが成人病とな

たかつているー食品の生

理的機能性の研究の成

果と医食同源の医療の動向

を集大成。食物の第三の

機能、野菜と果物、お茶

の抗カク・抗アレルギー

機能、脂質代謝を改善す

る食事学、肥満を抑える

身近な食べもの等。

「食術」再考

動物とし

かむ力の低下と近視の

増加、夜間照明の増加と

馬のおいしい特産野菜を

初潮年齢の低下など、

「文化」の圧迫で歪めら

れるヒトの身体の自然

代栄養学——その矛盾が

性、食、性、保健、社会

の歴史と風土の調和とし

ての食文化を無視し、欧

米食文化を普遍とする近

引き起こす現代人の身体

の各分野で、自然と文化

の調和としての「健康」

の混乱をアレルギー、ガ

レタス、カボチャ、ホウ

だ和え、キヤベツと手羽

の煮物など、新しい発想

で満喫する。他にネギ、

園芸・食べ物・食農教育

を核に、その確立の道を

探る。

### 野口体操のことばに貞く

家族という暴力

芹沢俊介 1785円

### 野口整体病むことは力

金井省蒼 1890円

### 野口整体病むことは力

金井省蒼 1890円

### 一日の簡単気功レシピ

鵜沼宏樹 1575円

本紙で紹介されている  
『全人歯科』革命』は  
たちまち増刷となりまし  
た。歯科医師が書いた本  
が多数出ているなか、な  
ぜ本書が多くの読者に支  
持されているのでしょうか。  
実は筆者も本書がき  
つかけで著者の丸橋全人  
の画期的な入門書。

創始者・野口三千三の

「からだに関する教え」

の中から、特に重要な言

葉を弟子の羽鳥操が選び

つた一つの方法を探る。

創始者の語録を通して

容易に野口体操の核心に

触ることができる。

と三十年間のかかわり

の三十回の行動を少しだ

かく普通の行動を少しだ

の治療の懇切丁寧な説明

実践は簡単、効果は絶

大、副作用もなし! 特

か。実は筆者も本書がき

つかけて著者の丸橋全人

の通院しております。歯科

で取り上げている

。『歯』に対する考え方

別な道具や着替えもいら

づけで著者の丸橋全人

の通院しております。歯科

で取り上げている

。『歯』に対する考え方

別な道具や着替えもいら

づけで著者の丸橋全人