

「知りたい！糖尿病」

香川県の糖尿病患者は、人口 10 万人当たり 247 人です。(令和 2 年患者調査より)
この結果は全国ワースト 4 位で、若い世代から高齢者世代まで幅広い年代で全国平均を上回っています。

そこで、今回は、糖尿病に関する本、食餌療法の本、糖尿病を予防する食事の本約 50 冊を展示・貸出します。

期間：令和 6 年 10 月 29 日（火）～令和 7 年 1 月 5 日（日）

糖尿病が分かる本

・『血糖値を自力で下げるやり方大全』

市原 由美江／著 フォレスト出版 (2023. 3)

請求記号：4931/I60

資料番号：1110813589

・『ウルトラ図解糖尿病』

山田 悟／監修 法研 (2022. 11)

請求記号：4931/Y42/4

資料番号：1110761630

・『血糖値にホントにいいこと帳』

主婦の友社／編集・発行 (2021. 7)

請求記号：4931/S1/20

資料番号：1110492350

<闘病記>

・『糖尿病の哲学 弱さを生きる人のための<心身の薬>』

杉田 俊介／著 作品社 (2024. 3)

請求記号：9160/S285

資料番号：1110977657

・『消えそうで消えないペン 1 型糖尿病と共に生き、投げ切ったからこそ伝えたいこと』

岩田 稔／著 ベースボール・マガジン社 (2022. 8)

請求記号：7837/I32/2

資料番号：1110731963

(裏へつづく)

糖尿病の食餌療法の本



- ・『虎の門病院監修血糖値を下げるおいしい食事大全科』

門脇 孝／医学監修 主婦の友社 (2024. 9)

請求記号：4931/S1/22

資料番号：1111037501

- ・『いちばんやさしい糖尿病の人のためのおいしい食事』

主婦の友社／編集・発行 (2024. 7)

請求記号：4931/S1/15-3

資料番号：1111019129

- ・『国立国際医療研究センター病院の一生役立つ糖尿病レシピ 430』

大杉 満／監修 西東社 (2024. 6)

請求記号：4931/066/1-2

資料番号：1111003461

糖尿病の予防のための野菜料理・魚料理の本



- ・『まるごとおいしい野菜帖』

百姓屋敷じろえむ／〔ほか〕監修 イースト・プレス (2024. 8)

請求記号：5963/H50

資料番号：1111037469

- ・『つくりおき発酵野菜のアレンジごはん』

真藤 舞衣子／著 主婦と生活社 (2024. 4)

請求記号：5963/S53/3

資料番号：1110979778

- ・『サスエ前田式最高に旨い魚の仕立て術』

前田 尚毅／著 産業編集センター (2024. 7)

請求記号：5963/M68

資料番号：1111023220

- ・『スーパーのお魚で!港町の漁師飯』

ダンノ マリコ／著 春陽堂 (2023. 1)

請求記号：5963/D7

資料番号：1110786850



リストには一部を掲載しています。
他にもいろんな本がありますので、
どうぞご来館ください。

令和 6 年 10 月作成
編集・作成：香川県立図書館資料課
「健やか生活応援コーナー」担当