

## 岡山の料理人・農家の方たちの本

- ・『おいしい！まさこさんのおしゃべりなキッチン』  
国府島優子著 吉備人出版 2005
- ・『野菜食堂こやま』  
小山津希枝著 吉備人出版 2010
- ・『吉田牧場 牛と大地とチーズとの25年』  
吉田全作著 ワニ・プラス 2010
- ・『酢の健康レシピ 酢っきり爽快！』山下広美著  
岡山県立大学共同研究機構監修 大学教育出版 2011
- ・『天満屋女子陸上競技部の寮ごはん きちんと食べて元気に走る！』向井智春著 天満屋女子陸上競技部監修 主婦と生活社 2012
- ・『飲食事典 上・下』(1958年刊の再刊) 本山荻舟 平凡社 2012
- ・『野菜を信じるレシピ』  
船越康弘著 船越かおり著 学研パブリッシング 2013

## 食に関する取り組み

### 行政資料

- ・岡山県 食生活・消費生活  
<http://www.pref.okayama.jp/life/1/3/>
- ・食の安全・安心おかやま <http://www.pref.okayama.jp/hoken/seiei/foodsafety/index.html>
- ・『岡山市農業振興ビジョン』  
岡山市経済局農水畜産課編 岡山市 2009
- ・『中国四国食料・農業・農村情勢報告』 中国四国農政局
- ・『岡山市環境パートナーシップ事業ニュース ECOちゃん+』  
岡山市環境局環境保全課

### ご当地グルメ

中央図書館2Fで県内グルメのパンフレット類を閲覧できます。

- ・おかやま旅ネット <http://www.okayama-kanko.jp/gourmet/>
- ・『おかやまご当地グルメガイド』  
岡山県観光連盟企画・編集 オークシード 2013

# 岡山の食 について 調べるには

岡山市立図書館

調べ方ガイド

No. 13



- 岡山の食文化
- 岡山の特産物
- 郷土料理をつくってみる
- 岡山の料理人・農家の方たちの本
- 食に関する取り組み



- 行きたい！食べたい！岡山で開かれている市場・マルシェの情報
- ・Tikiナビ [http://tikinavi.jp/?act=topic\\_detail&topic\\_id=59](http://tikinavi.jp/?act=topic_detail&topic_id=59)
  - ・おかやま旅ネット イベント情報 [http://www.okayama-kanko.jp/modules/kankouinfo/pub\\_event\\_list.php](http://www.okayama-kanko.jp/modules/kankouinfo/pub_event_list.php)
  - ・『Palier 2015-夏』 46舎

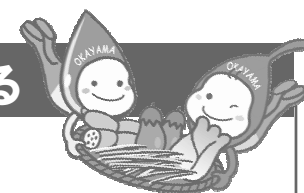
## 岡山の食文化について

- ・『日本の食生活全集 33 聞き書岡山の食事』 農産漁村文化協会 1985  
主婦の方を中心に聞き書きしたものをもとに、大正の終わり～昭和初期の岡山の食生活を再現しています。一部を再編成したダイジェスト版として『伝承写真館日本の食文化 9』(農山漁村文化協会 2006)があります。
- ・『岡山の味風土記 岡山文庫121』 岡長平著 日本文教出版 1985  
岡山文庫には、他にも『岡山の備前ばらずし』(窪田清一著 1992)や、行事と晴れの食を紹介した『岡山たべもの歳時記』(鶴藤鹿忠著 1998)など郷土の食に関する図書が多くあります。
- ・『岡山県の食習俗 岡山県における食習俗調査報告書』 桂又三郎編 岡山県 1961  
「産後食うてはならぬ食物の俗信がありますか」「食い合わせは何と何ですか」といった質問リストを県下市町村に配って採集したものがまとめられています。
- ・『岡山市史 社会編』 岡山市史編集委員会編 岡山市役所 1968
- ・『岡山県史 第15巻 民俗I』 岡山県 1983
- ・『おokayamaの味』 岡山県郷土文化財団 1984
- ・『岡山の食文化史年表』 西東秋男編 筑波書房 1990

## 岡山の特産物について

- ・『岡山くだもの紀行』 山陽新聞社 2000
- ・『岡山の作物文化誌』 臼井英治著 日本文教出版 2006  
2009年に続巻も出版されています。
- ・『おokayamaの地産地消と特産物』農林水産省中国四国農政局 2012
- ・『吉備国「農」の風景 生命産業・人間産業謳歌』 村上進通著 山陽新聞社 2013
- ・『JA直売所巡りの旅ガイドブック』岡山県農業協同組合中央会 2015  
他に『備前地域直売所MAP 備前の旬』(岡山県備前県民局農林水産事業部 2013)等もあります。

## 郷土料理をつくってみる



### 何をつくろう?いろいろレシピ

- ・『おokayama四季の味』山陽新聞社出版局編 山陽新聞社出版局 1997
- ・『おばあちゃんの台所 元気に暮らす健康レシピ』 テレビせとうち  
「おばあちゃんの台所」プロジェクトチーム編 イースト・プレス 2013  
第二弾『おばあちゃんの台所 笑顔があふれる健康レシピ』も出版されています。
- ・JAおokayama <http://www.ja-okayama.or.jp/recipe/>
- ・『Osera 2015年9・10月号』 ビザビリーションズ  
豆腐飯、ねこめし、どどめせのレシピがルーツとともに紹介されています。他の岡山の雑誌では、『プラザ岡山』(オークシード)2008年2月号、2009年12月号、『シニアNavi』(日建)2012年春号などにも郷土料理の記事があります。

### 食材別レシピ

- ・『岡山パクチャープロジェクト パクチャーレシピ集』 岡山南高等学校
- ・『岡山県産 黄ニラレシピ集 ちよっと黄ニラる♪』 岡山農業普及指導センター 2012
- ・『岡山の郷土料理ふなめし』 児島湖ふなめし交流会編 岡山県備前県民局環境課 2013
- ・『山の芋料理 御津の味』 御津町 1988
- ・『きょうの料理 2011年12月号』 NHK出版  
連載「地元の味をいただきます」で勝央町の黒豆が取り上げられ、パエリアやコロッケ、ゼリーのレシピが紹介されています。

### 子どもと一緒に!

- ・『親子で作ろう岡山の味』 岡山市栄養改善協議会 2006
- ・『郷土料理のおいしいレシピ 西日本編』 教育画劇 2009
- ・『マカリン』 はやしむねお／ぶん ひだかなおと／え  
岡山県立大学中西研究室／企画編集 ままかり普及委員会 2015  
ママカリンの女の子が主人公の、海の環境をテーマにした物語絵本です。巻末に「おいしいママカリンの酢漬の作り方」があります。