

●関連図書リスト（大阪市立図書館所蔵）●

書誌ID	タイトル		出版年	分類
	著者	出版社	備考	
0014514429	舌を鍛えると長生きできる! -フレイルの専門医が教える-	PHP研究所(発売)	2018	497
	平野 浩彦/著			
0014534809	健康長寿 鍵は“フレイル(虚弱)”予防 -自分でできる3つのツボ-	クリエイツかもがわ	2018	369.26
	飯島 勝矢/編著			
0014497952	健康寿命を延ばす高齢者の栄養と食事 -低栄養を防ぐ生活習慣のポイントがよくわかる-	池田書店	2018	498.5
	成田 美紀/監修			
0014448157	いっしょに食べよう -フレイルを予防し、老後を元気に暮らすためのらくらくメニュー-	木星舎	2018	498.5
	川口 美喜子/著			
0014450524	60歳からの血糖コントロールごはん	女子栄養大学出版部	2018	493.1
	荒木 厚/監修			
0014445248	QOLって何だろう -医療とケアの生命倫理-	筑摩書房	2018	490
	小林 亜津子/著			
0014434501	老後と介護を劇的に変える食事術 -食べてしゃべって、肺炎、虚弱、認知症を防ぐ-	晶文社	2018	498.5
	川口 美喜子/著			
0014435247	オトナ女子あばれるカラダとのつきあい方 -マリ先生の健康教室-	すばる舎	2018	495.4
	常喜 眞理/著			
0014142454	老いることの意味を問い直す -フレイルに立ち向かう-	クリエイツかもがわ	2016	493.1
	新田 國夫/監修			
0014085343	寝たきりにならずにすむ筋肉の鍛え方 -かんたん体操&栄養知識でいつまでも歩けるカラダに!-	河出書房新社	2016	493.1
	荒井 秀典/著			
0014063072	認知症に負けないために -知っておきたい、予防と治療法-	幻冬舎(発売)	2016	493.7
	梶川 博/著			
0013398989	寝たきりにならず、自宅で「平穏死」 -健康寿命を延ばすために大切なこと-	SBクリエイティブ	2015	498.3
	長尾 和宏/著			

おおさかしりよどがわとしょかん
●大阪市立淀川図書館● 06-6305-2346

大阪市淀川区新北野1-10-14
火曜～金曜 10時から19時
土日祝 10時から17時

休館日 月曜日・毎月第3木曜日（祝日にあたる場合は開館）

【7/21～8/31の月曜日は17時まで開館】

<https://www.oml.city.osaka.lg.jp/>



阪急十三駅西出口から南西方向に約600メートル
シティバス十三下車 駐車場：なし

