

図書館で調べよう！

～実践編～ 出産・育児・子育て

出産・育児・子育てについての調べ方を紹介します。

【凡例】

- ★ () 内は本の背についているラベル。置いてある場所を示しています。
- ★ ラベルに“R”がついている、または“館内”というシールが貼られている本は貸出できません。館内をご利用ください。
- ★ 貸出できない本でも、必要な部分のコピーはできます (1枚…10円)

1 テーマについて調べるキーワード

まず、これから調べるもののキーワードを集めるとポイントを絞って情報を検索することが出来ます。

「あつ太君」(館内検索端末) でこれらのキーワードを使って検索すると詳細情報がわかります。

～キーワードの例～

妊娠、出産、育児、名づけ、病気、アレルギー、離乳食、保育園、幼稚園、幼児教育、家庭教育、発達障害、しつけ、読み聞かせ … など

2 入門的な情報源

本を探す前に百科事典や専門事典などの参考資料を見て、テーマの基本的な情報を得ると、一層探しやすいになります。

- *『児童学事典』丸善出版 (R371.4/シ)
- *『保育小辞典』大月書店 (R376/ホ)
- *『保育学用語辞典』中央法規出版 (R376/ホ)
- *『保育白書』ちいさいなかま社 (R376/ホ)
- *『子ども白書』かもがわ出版 (R369.4/コ)
- *『食育白書』日経印刷 (R498.5/シ)
- *『育児の事典』朝倉書店 (R599/イ)
- *『家庭医学大全科』法研 (R598/カ)
- *『長野市子育てガイドブック』長野市 (G369/ナ)
- *『ながのイクメン手帳』長野市こども未来部子育て支援課 (G590/ナ)
- *『ながのわくわく孫育て応援ブック』長野市こども未来部子育て支援課 (G590/ナ)

3 キーワードにあった図書を探す

図書館の資料は、原則としてテーマごとに分類されて書架（本棚）に並べてあります。

長野図書館の蔵書の中から、資料の一部を紹介します。

【妊娠・出産】

『あんしん、やさしい最新妊娠・出産オールガイド』新星出版社（598/ア）

『ママとパパのはじめての妊娠・出産事典』朝日新聞出版（598/マ）

『知って安心初めての妊娠・出産』赤ちゃんとママ社（598/シ）



【名づけ】

『最新!赤ちゃんの名づけ新百科』ベネッセコーポレーション（148/サ）

『最新たまひよ女の子のしあわせ名前事典』ベネッセコーポレーション（148/サ）

『最新たまひよ男の子のしあわせ名前事典』ベネッセコーポレーション（148/サ）

【育児】

『育児児典』岩波書店（599/モ）

『育児やることリスト大全』KADOKAWA（599/イ）

『初めての育児』ベネッセコーポレーション（599/ハ）

『パパ入門ガイド』池田書店（599/ハ）

【子育て】

『お母さんのイライラが笑顔に変わる男の子の育て方』洋泉社（379/オ）

『お母さんも娘も幸せになる女の子の育て方』洋泉社（379/オ）

『佐々木正美の子育て百科』大和書房（379/サ）

『10歳までに身につけたい子どもが一生困らない片づけ・そうじのコツ』青春出版社（597/ヤ）

『10歳までに身につけたい子どもが一生困らないお金のルール』青春出版社（379/ミ）

【病気・アレルギー】

『ママとパパの赤ちゃんとお子ものの病気・ホームケア事典』朝日新聞出版（598/マ）

『病気がわかる事典』成美堂出版（598/ヒ）

『家庭の医学』主婦の友社（598/カ）

『子どもの食物アレルギーあんしんBOOK』女子栄養大学出版部（493.93/コ）

『こどものアレルギー基礎BOOK』日東書院本社（493.93/コ）

『子どもと親のためのワクチン読本』双葉社（493.93/モ）



【食事】

- 『はじめてママ&パパのフリージング離乳食』主婦の友社 (599/ホ)
 『最新超かんたん離乳食』ベネッセコーポレーション (599/サ)
 『子どもと食べたい強いからだを作る!おいしいおかず』世界文化社 (599/タ)
 『子どもと食べたいレンチン作りおき』世界文化ブックス (599/ナ)
 『子どもと食べたい作りおきおかず』世界文化社 (599/ナ)
 『アレルギーっ子のごはんとおやつ』主婦の友社 (493.93/ア)
 『はじめてママ&パパの子どもの栄養』主婦の友社 (493.9/ハ)

【お弁当】

- 『強いからだを作る!重ねて煮るだけ子どものお弁当』世界文化社 (596/タ)
 『かんたん園児のおべんとう』新星出版社 (596/サ)
 『3歳からのおべんとう』文化学園文化出版局 (596/ウ)
 『食物アレルギーお弁当のABC』第一出版 (493.93/シ)



【遊び・読み聞かせ】

- 『あそびアイデア BOOK』朝日新聞出版 (599/ア)
 『こどもおうちあそび大全』永岡書店 (599/ヨ)
 『非認知能力が育つ3~6歳児のあそび図鑑』池田書店 (599/ヒ)
 『超★簡単音感あそび』ヤマハミュージックエンタテインメントホールディングス (599/イ)
 『年齢別!子育てママ&パパの頼れる絵本193』ユーキャン学び出版 (599/ネ)
 『だいじょうぶ、絵本があります』海鳥社 (599/ア)
 『子どもの脳と心がぐんぐん育つ絵本の読み方選び方』パイインターナショナル (379/ナ)
 『よくわかる0~5歳児の絵本読み聞かせ』チャイルド本社 (376/ト)

【しつけ・マナー】

- 『0~6才のしつけ百科』主婦の友社 (379/セ)
 『最新しつけ大百科』ベネッセコーポレーション (379/サ)
 『子どもの力を伸ばす!!じょうずな叱り方・ほめ方』洋泉社 (379/コ)
 『親子でまなぶ礼儀と作法』淡交社 (379/オ)
 『0-5歳児生活習慣のスムーズ身につけガイド』学研プラス (376/セ)

【生活】

- 『お金・仕事・家事の不安がなくなる共働き夫婦最強の教科書』東洋経済新報社 (591/ナ)
 『教育費&子育て費 賢い家族のお金の新ルール』日経BP (591/マ)
 『共働き夫婦お金の教科書』プレジデント社 (591/ヤ)

『シングルマザー生活便利帳』 太郎次郎社エディタス (369.4/シ)

【発達障害】

『知的障害/発達障害のある子の育て方』 講談社 (378/チ)

『月齢別発達が気になる子どもの早期療育・育児支援ガイドブック』 メディカ出版 (378/ケ)

『子どもが発達障害といわれたら』 中央法規出版 (378/コ)

『もしかして発達障害?子どものサインに気づく本』 主婦の友社 (378/モ)

【その他】

『子どもを愛せなくなる母親の心がわかる本』 講談社 (367/コ)

『ママにいいこと大全』 主婦の友社 (493.76/マ)

『子どもをキッチンに入れよう!』 ポプラ社 (379/フ)

4 新聞・雑誌記事から探す

新聞や雑誌は図書に比べて新しい情報を提供してくれる資料です。棚にない新聞や雑誌は書庫に入っていますので年月日、号数を指定の上カウンターまでお問い合わせ下さい。

【新聞】

信濃毎日新聞データベース (キーワードで検索することもできます)

【雑誌】 (雑誌は原則として3年保存になります)

『月刊クーヨン』、『子どもと読書』、『プレジデントファミリー』、『k o d o m o e』

『AERA with Kids』、『赤ちゃんど!』

5 インターネットから探す

インターネットでは最新の情報を得ることが出来ますが、あらゆる情報が氾濫しているので信用出来る情報とそうでないものがあり、情報の信憑性を確認する必要があります。以上の点を踏まえて、いくつかのサイトを紹介します。

*厚生労働省 : <https://www.mhlw.go.jp/index.html>

*長野県ホームページ 教育・子育て : <https://www.pref.nagano.lg.jp/kyoiku/index.html>

*ながの子育てサイト : <https://www.city.nagano.nagano.jp/site/kosodate/>

6 最後に

このように出産・育児・子育てについて調べるのにも内容によって調べ方が変わってきます。それに伴い、書架の場所も異なりますので分からないことがありましたらお気軽にカウンターまでお尋ね下さい。

また、本の情報は古い場合もあります。詳しくは保健センターや病院へご相談ください。