

## 単行本

1977	5	文化出版局	お料理上手・エンジョイセット
1985	4	講談社	わたしの家事マル秘ノート
1985	4	学研グループ	料理実用特選
1987	1	ミツカン	お酢の本 No.6
1987	5	西日本新聞社	イキイキさち子の家庭料理
1987	9	学研グループ	30分料理特選
1989	7	西日本新聞社	イキイキさち子のお菓子いっぱい
1990	1	講談社	いまどきのキッチンマル秘ノート
1991	1	ミツカン	お酢の本 No.8
1991	7	西日本新聞社	続イキイキさち子の家庭料理
1991	9	講談社	アイデアいっぱい家庭料理
1991	9	イタリア商事	LAGOSTINA GREEN BOOK
1991	12	NHK 出版	長寿のための糖尿病の食事・カード式献立 8000
1992	7	主婦の友社	うれしい日には魚がうまい
1992	7	婦人画報社	和えもの・酢もの即席漬け100
1992	12	婦人生活社	ラクラク簡単おかず
1994	3	日本リサイクル運動市民の会	野菜まるごとクッキング
1994	3	主婦の友社	はじめて作るお菓子
1994	5	NHK 出版	大腸がんを防ぐ食事、食物繊維20gメニュー
1994	6	女子栄養大学出版部	カロリーダウンのお菓子
1994	7	NHK 出版	がん・成人病を防ぐ食事、ビタミンA・C・Eメニュー
1994	7	グラフィ社	低コストを楽しむお料理と献立
1995	1	講談社	祥子さんのローカロリーお菓子
1995	3	TOTO	ヘルシークッキングブック
1995	5	NHK 出版	冷凍食品でおいしいメニュー
1995	6	主婦の友社	60円おかずとローカロリー献立
1995	9	講談社	すぐにごはんの手間なしクッキング
1995	12	主婦の友社	高脂血症の食事と食べ方
1996	3	講談社	2人分15分の電子レンジおかず
1996	4	日本リサイクル運動市民の会	おやつ作って
1996	5	学研グループ	おうちで和菓子
1996	10	講談社	お料理上手コツのコツ
1996	11	婦人生活社	お料理入門塾
1996	12	婦人生活社	おせちと正月のごちそう
1997	1	グラフィ社	小さな焼き菓子とティディバ
1997	1	主婦の友社	はじめてのお菓子(文庫)
1997	2	女子栄養大学出版部	園児のバランス弁当
1997	3	主婦の友社	1000万人の骨粗鬆症
1997	4	千趣会	すいすいデザート&おやつ
1997	4	婦人生活社	低カロリーの元気レセピ
1997	4	NHK 出版	元気を作る素材のおかず200品
1997	5	学研グループ	幼稚園のおべんとう
1997	9	講談社	わたしだけのカンタン料理、マル秘レシピ(文庫)
1998	2	NHK 出版	あなたをきれいにする食物繊維たっぷりおかず
1998	6	三笠書房	20分でおいしい晩ごはん
1998	6	世界文化社	ワッフル&パンケーキ
1998	6	婦人生活社	晩ご飯のおかず
1998	8	家の光	野菜たっぷりおいしい料理
1998	9	雪国まいたけ	Maitake Recipe Book
1998	11	講談社	毎日がおいしい工夫
1999	2	グラフィ社	早うま料理
1999	2	講談社	電子レンジに夢中
1999	4	講談社	2人分15分電子レンジおかず(中国語・台湾版)
1999	10	講談社	電子レンジと手早い工夫の時代です
2000	1	女子栄養大学出版部	1800kcalの健康献立
2000	2	講談社	電子レンジで朝ごはん
2000	3	講談社	ママと子どもがハマるお料理手品
2000	5	ブックマン社	電子レンジらくらくクッキング
2000	6	講談社	フードプロセッサーで、はい!料理
2000	9	家の光	日々これ日本のおかず
2000	11	ブックマン社	村上祥子のらくらく冷凍・解凍クッキング
2000	12	女子栄養大学出版部	味つけひとつでなんでも料理

## 単行本

2001	3	ブックマン社	1ヶ月らくらくおべんとうクッキング
2001	3	講談社	やさしい手作りのおべんとう
2001	4	講談社	15食品365日の食生活
2001	5	婦人生活社	これが新・定番おかずです
2001	10	ブックマン社	1人分でもおいしい電子レンジらくらくクッキング
2001	10	永岡書店	45分で電子レンジパン
2002	1	河出書房新社	村上祥子流、作り方のコツ、食べ方のコツ
2002	1	講談社	フライパンも鍋もいらない！100%電子レンジメニュー
2002	2	ブックマン社	電子レンジ30秒発酵！おうちでらくらく40分で焼き立てパン
2002	3	講談社	超カンタン！村上祥子のサラダ革命
2002	4	家の光	村上祥子の早！レシピ
2002	5	NHK出版	大腸がんを防ぐ食事 食物繊維20gメニュー
2002	5	NHK出版	がん・成人病を防ぐ食事 ビタミンA.C.E.メニュー
2002	5	婦人生活社	電子レンジ料理入門塾
2002	6	講談社	5分でできるカフェべんとう
2002	10	講談社	超カンタン！村上祥子のスープ革命
2002	10	ブックマン社	村上祥子の電子レンジでらくらくパン作り
2002	10	扶桑社	村上祥子の電子レンジパン大革命
2002	11	サンリオ	こんなにカンタン、手作りパン
2002	11	宝島社	村上祥子の電子レンジで焼き立てパン70
2002	11	河出書房新社	電子レンジでおいしい四季・冬編
2002	12	永岡書店	村上祥子のふんわりパン
2003	1	河出書房新社	村上祥子流 私の医食同源
2003	2	家の光	村上まんじゅう堂
2003	2	婦人生活社	ハイパービジュアル版 お料理入門塾
2003	2	主婦の友社	決定版 はじめてのお菓子
2003	2	永岡書店	簡単！電子レンジレシピ100
2003	2	宝島社	村上祥子の今ときキホン定食
2003	2	全国学校給食協会	給食大好きシリーズ1 村上祥子の温野菜レシピ集
2003	2	三笠書房	村上祥子のおいしいレシピ・文庫
2003	4	河出書房新社	料理でわかる ふしぎ・びっくり！全5巻
2003	4	主婦の友社	村上祥子のキッチン焼き立てパン
2003	4	学研グループ	わっ、おいしい！人気のレンジおかず
2003	4	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジで焼き立てパン屋さん
2003	5	家の光	ムラカミ天然酵母パン
2003	5	講談社	超カンタン！村上祥子のパスタ革命
2003	5	ブックマン社	村上祥子の電子レンジでらくらく栄養スープ
2003	5	主婦と生活社	村上祥子のワクワクはじめてクッキング
2003	5	日本文芸社	電子レンジのおやつ・SWEETS
2003	6	学研グループ	わっ、おいしい！人気のレンジパン
2003	7	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジでデパ地下スイーツ
2003	7	主婦と生活社	村上祥子のわぁ、簡単！10分でできる電子レンジ傑作レシピ
2003	7	女子栄養大学出版部	味つけひとつでなんでも料理
2003	7	サンリオ	親子で楽しむ手作りパン
2003	8	講談社	速効！ごはん力100
2003	9	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジで15分和食
2003	10	講談社	超カンタン！チーズケーキ革命
2003	10	主婦の友社	基本の離乳食 全4冊
2003	10	全国学校給食協会	給食大好きシリーズ2 村上祥子のごはんレシピ集
2003	10	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジで玄米ごはん
2003	10	講談社	さすが電子レンジ！料理大全集
2003	10	主婦の友社	電子レンジ万能レシピ101
2003	11	家の光	村上つけもの工房
2003	11	講談社	秒速！おつまみ小料理 むらかみ亭
2003	11	講談社	村上祥子の電子レンジでらくらく離乳食
2003	11	池田書店	村上祥子のとっておき鍋料理
2004	1	ブックマン社	4つの素材でこんなにできちゃう！村上祥子のお料理手品
2004	1	学研グループ	電子レンジでハイ！おつまみ
2004	1	講談社	がんばらなくてもおいしいレシピ・文庫
2004	1	アスコム	電子レンジで基本とばしのヘルシーごはん
2004	1	主婦と生活社	村上祥子のらくチン離乳食
2004	1	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジで10分べんとう

## 単行本

2004	2	学研グループ	電子レンジで野菜おかず
2004	2	永岡書店	ぱぱっと簡単 おべんとう
2004	3	講談社	30秒からできる電子レンジのお菓子革命
2004	3	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジで行列パン屋さん
2004	3	講談社	村上祥子の健康レストラン
2004	5	西東社	電子レンジでおいしい料理
2004	5	マガジンハウス	ムラカミマジックでうちごはん優等生
2004	5	セブン&アイ出版	電子レンジで手づくりピザ屋さん
2004	6	講談社	電子レンジで愛情離乳食
2004	6	講談社	速効！ごはん力100・韓国語版
2004	6	日本文芸社	村上祥子のおもてなし料理
2004	6	日本文芸社	使いっきりのたれ・ソース
2004	6	講談社	秒速！電子レンジでお菓子屋さん
2004	7	小学館	村上祥子の電子レンジでマタニティクッキング
2004	7	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジで野菜のレストラン
2004	7	講談社	さすが電子レンジ！料理大全集、韓国版
2004	7	PHP研究所	村上さんちのパパッとおいしい圧力鍋レシピ
2004	8	講談社	超カンタン！村上祥子のパスタ革命 タイ語版
2004	8	主婦の友社	新実用 村上祥子の電子レンジおかず&パン
2004	10	講談社	DVD版 村上祥子の1分からできる電子レンジお菓子
2004	10	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジで肉と魚の10分おかず
2004	10	講談社	超カンタン！村上祥子のチーズケーキ革命 タイ語版
2004	11	家の光	村上祥子流 乾物のおかず
2004	11	永岡書店	簡単！1人分電子レンジレシピ
2004	12	学研グループ	お料理入門塾
2005	1	セブン&アイ出版	村上祥子の電子レンジクッキング大全集
2005	3	全国学校給食協会	勉強の前にまずごはん
2005	5	永岡書店	おいしい味付け方程式
2005	5	ベネッセコーポレーション	30分でできあがり、村上祥子さんのおうちでふんわり焼きたてパン
2005	5	家の光	村上祥子流 お酢レシピ
2005	7	扶桑社	村上祥子のおいしい寒天レシピ65
2005	8	角川SSコミュニケーションズ	電子レンジおかず365日
2005	8	朝日新聞社	すぐに使える電子レンジの裏ワザ・決めワザ120(文庫)
2005	9	米国ハウス食品	Tofe Recipes for your microwave
2005	9	新星出版社	村上祥子 レンジで楽チン！糖尿病レシピ
2005	10	家の光	フレッシュジャム
2005	10	主婦と生活社	10分でハイ晩ごはん
2005	10	セブン&アイ出版	まぜて・焼くだけ・パン
2005	10	風韻社	電子レンジ離乳食
2005	11	宝島社	高圧なべで魔法の1分料理
2006	1	セブン&アイ出版	かんたん・かわいい・おいしいスペシャルチョコレート
2006	3	講談社	魔法のおやつ BOOK
2006	3	教育画劇	お料理マジック2
2006	3	女子栄養大学出版部	改訂新版1800kcalの健康献立
2006	4	マイヘルス社	やせる！バナナ酢ダイエット
2006	4	永岡書店	電子レンジで30秒発酵のこねない焼くだけかんたんパン決定版
2006	5	家の光	村上祥子流 ねばとろ健康レシピ
2006	5	アスコム	バナナ酢[毒出し]ダイエット
2006	6	主婦と生活社	村上祥子のおいしい酢イーツ
2006	8	全国学校給食協会	勉強の前にまずごはん
2006	9	講談社	村上祥子のおなじみ家庭料理(+α文庫)
2006	10	家の光	村上祥子の電子レンジで野菜料理100
2006	10	主婦と生活社	村上祥子の電子レンジでおいしい和食
2006	11	扶桑社	ごちそうひとり鍋
2006	12	宝島社	高圧なべで魔法の1分料理
2007	1	セブン&アイ出版	はじめてでもかんたん！かわいい！ とっておきチョコレート
2007	1	ブックマン社	圧力鍋1分加圧で手作りカレー
2007	1	永岡書店	基本と裏ワザお料理基礎知識
2007	1	宝島社	村上祥子の、10分間で簡単！早うま電子レンジごはん
2007	2	永岡書店	電子レンジ超早っ！レシピ105
2007	2	主婦と生活社	新編 村上祥子の電子レンジでらくチン離乳食
2007	3	セブン&アイ出版	はじめてでもおいしい！村上祥子の決定版かんたんパン

## 単行本

2007	3	PHP研究所	村上祥子の好き嫌いをなくす子ども料理教室
2007	4	新星出版社	レンジで楽チン！体脂肪を減らすレシピ
2007	5	永岡書店	おいしく食べて糖尿病を直すバランスレシピ
2007	5	講談社	魔法のおやつBOOK・海外出版
2007	5	ジャパンブック	村上祥子の英語で教える日本料理
2007	5	小学館	村上祥子さんちの日替わりすし酢レシピ
2007	9	PHP研究所	電子レンジで1600kcalのリセットレシピ
2008	2	金の星社	村上祥子の食べかえほん3部作 やさい
2008	2	金の星社	村上祥子の食べかえほん3部作 さかな
2008	2	金の星社	村上祥子の食べかえほん3部作 にく
2008	2	PHP研究所	村上祥子の電子レンジで野菜たっぷり定番おかず
2008	3	講談社	今日から使えるシリーズ1日1600kcal速攻！決定版 健康ダイエットおかず
2008	6	講談社	決定版 パスタ&サラダ&スープ183
2008	6	小学館	小学生のキッチンでおやつマジック
2008	6	家の光	村上祥子のかんたん豆料理
2008	7	学研グループ	小学生のキッチンでおやつマジック
2008	7	講談社	決定版 100円以下の経済おかず
2008	9	家の光	しあわせ米粉クッキング
2008	9	日本文芸社	村上祥子の野菜たっぷりのおかず
2008	10	PHP研究所	らくチン！10分でできる園児のおべんとう
2008	11	ブックマン社	糖尿病のための絶対おいしい献立
2009	1	永岡書店	簡単！国産米粉のパン&お菓子
2009	2	新星出版社	村上祥子のこどものおべんとう
2009	3	学研グループ	小学生のパンとケーキのおやつマジック
2009	3	中央法規出版	ハッピー介護食
2009	4	教育画劇	お料理マジック2
2009	5	女子栄養大学出版部	村上祥子のおひとりさまごはん
2009	5	ベネッセコーポレーション	村上祥子さんのいちばんカンタン！おうちパン
2009	7	河出書房新社	村上祥子のおうちでハッピー介護食
2009	11	PHP研究所	村上さんちの加圧1分！、圧力鍋レシピ
2009	11	日本文芸社	10分でできるカンタン液みそレシピ
2010	4	ブックマン社	今日から使える手抜き冷凍保存手帳
2010	6	日本文芸社	オープンもはかりもいらない・かんたんレンジおやつ
2010	9	学研グループ	小学生の電子レンジのおやつマジック
2010	10	永岡書店	オープントースターで ふっくらもちもち おいしいパン
2010	11	学研グループ	台湾版&韓国版：小学生のキッチンでおやつマジック &小学生のパンとケーキのおやつマジック
2010	12	学研グループ	小学生のチョコレートのおやつマジック
2011	2	成美堂出版	新 冷凍保存のコツ&おかずレシピ
2011	2	学研グループ	台湾版&韓国版：小学生のキッチンでおやつマジック &小学生のパンとケーキのおやつマジック
2011	5	永岡書店	電子レンジ簡単レシピ100+
2011	7	学研グループ	決定版 電子レンジおかず250
2011	7	講談社	食材すっきり使いつきり裏ワザ131(講談社α文庫)
2011	9	女子栄養大学出版部	ふたりのおいしい介護食
2012	6	成美堂出版	新シリコンスチーマーで電子レンジ調理のコツ&おかずレシピ
2012	7	講談社	使える時短電子レンジおかず(新今日から使えるシリーズ)
2012	8	家の光協会	たまねぎ氷でラクラク！糖尿病の予防・改善レシピ
2012	9	PHP研究所	たまねぎ氷が血糖値を下げる！おいしい糖尿病レシピ
2012	11	PHP 研修所	人生後半は楽しい！おふたり様のシンプルライフ
2013	2	カンゼン	やさい氷健康法
2013	2	永岡書店	玉ねぎ氷驚異のパワー20倍健康法
2013	2	成美堂出版	脂肪太りに効果テキメン！必ずやせる！玉ねぎ氷ダイエット
2013	2	アスコム	病気にならない！たまねぎ氷健康レシピ
2013	3	セブン&アイ出版	村上祥子の病気にならないぞ！噂のたまねぎクッキング
2013	3	宝島社 TJMOOK	病気を吹き飛ばす！たまねぎ氷のレシピ
2013	3	主婦と生活社	たまねぎ氷の健康ダイエットレシピ
2013	5	世界文化社	たまねぎ氷 かんたん健康レシピ
2013	5	日東書院	たまねぎ氷とトマト氷
2013	5	幻冬舎ルネッサンス	キレイにやせて病気知らずの体をつくる！たまねぎ氷ダイエット
2013	6	セブン&アイ出版 saitamook	村上祥子の病気にならないぞ！噂のトマトクッキング
2013	7	成美堂出版	スティック型製氷トレー付き おいしい健康法！野菜氷レシピ

## 単行本

2013	7	家の光協会	たまねぎ氷スムージー&スープ健康法
2013	7	マイヘルス社社快 mook	やせる！糖尿病が大改善！ゴーヤレシピ
2013	7	カンゼン	本当にすごい！やさしい氷健康法
2013	7	中経出版	たまねぎ生姜ジャム健康法
2013	8	マキノ出版ムック	ドカン！とやせる！肌が若返る！トマト氷
2013	8	中経出版	たまねぎ氷で健康になる！
2013	8	セブン&アイ出版・saitamook	村上祥子の病気になるらないぞ！噂のにんじんクッキング
2013	8	PHP 研究所	無理なく続く！一生役立つ！作りおきで楽うま！糖尿病レシピ
2013	10	JTB パブリッシング	病気を防ぐ！にんにく健康レシピ
2013	11	宝島社ムック	シニアの健康ごはん
2013	11	学研ムック	いいこといっぱい！玉ねぎレシピ
2014	1	PHP 研究所	糖尿病の人のための、ごちそうスープレシピ
2014	3	セブン&アイ出版 saita mook	村上祥子の病気になるらないぞ！たまねぎ氷大さじ1氷血管元気レシピ
2014	3	家の光協会	これなら作れる シニア1人分ごはん
2014	3	セブン&アイ出版 saitamook	美味しい！かるしおレシピ春たまねぎ氷クッキング
2014	4	ダイアプレス	もう病気が怖くない！たまねぎ氷とにんにくジャム
2014	5	マガジンハウス	Dr.クロワッサン 薬に負けない効果が期待できる村上料理マジックで体質改善
2014	8	主婦と生活社	村上祥子のにんたまジャム健康レシピ
2014	9	宝島社 TJMOOK	たまねぎ氷で健康になる！&にんにくジャム
2014	9	マガジンハウス	Dr.クロワッサン 一生自活できる筋力をつけるたんぱく質の3分メニュー
2014	9	宝島社 マルチメディア企画	スープジャー
2014	10	講談社	Philips 公式 村上祥子のノンフライヤープラス 500kcal 満腹食堂 148 レシピ
2014	10	宝島社 マルチメディア企画	作りおきサラダ 付録+冊子
2014	10	家の光	朝昼晩 はじめてのシニアの1人分ごはん
2014	11	ブックマン社	にんたまジャムで作る免疫力スープ
2014	11	朝日新聞社	料理ムックシニア1人分楽ごはん
2014	11	主婦と生活社	村上祥子の超健康！にんたまジャムレシピ 110
2014	12	マガジンハウス	Dr.クロワッサン 村上祥子さんが提案 ～電子レンジですぐできる簡単発酵食品で免疫力アップ
2015	1	講談社	1日2さじ にんたまジャム健康レシピ 186
2015	2	永岡書店	糖質 80%オフのおいしいブランパンレシピ～毎日食べても太らない！～
2015	3	セブン&アイ出版	腸きれい！噂のグラノーラ 手作りできた！
2015	3	大樹林(台湾)	たまねぎ氷 20 倍健康法翻訳本
2015	3	双葉社スーパームック	食事でボケずに長生きする！認知症を予防する脳いきいきレシピ
2015	3	東京書店	冷凍保存のすてきなレシピ帳～1ヶ月、ラクラク保存 OK 味がよくなる、すぐできる～
2015	3	講談社	Philips 公式 村上祥子のノンフライヤープラス5分からできる焼きたてパン
2015	4	ブックマン社	ボケない介護食 しかも美味しい！
2015	6	マキノ出版	医師がすすめる！酢タマネギ薬食術
2015	6	学研パブリッシング	酢たまねぎでおいしく健康レシピ
2015	6	学研教育出版	キッチンでおやつマジック大百科
2015	6	講談社	塩分1食2g以下なのにコク旨！減塩レシピ ～高血圧、腎臓病、がん、心臓病のリスクを下げる～
2015	7	PHP 研究所	2時間でできる！1週間分の作りおきおかず
2015	9	辰巳出版ムック	らくちん！ひとり分お総菜
2015	9	マキノ出版ムック	視力がアップする NO.1 療法
2015	11	日本文芸社	オープンもはかりもいらぬ毎日うれしい電子レンジのおやつ
2015	12	大樹杯出版社(台湾新北市)	医師がすすめる！酢タマネギ薬食術
2016	2	セブン&アイ出版	認知症予防にはコレ！100歳までの元気をつくる安心スープ
2016	3	マイヘルス社社快ムック	タマネギレシピ・改訂版
2016	8	台湾	噂のグラノーラ 手作りできた！
2016	9	英和出版社	村上祥子のバナナ酢健康法
2016	9	日本文芸社	ライト実用シリーズ「発酵食で免疫力を上げる」
2016	9	セブン&アイ出版	安心みそ汁365
2016	10	講談社	健康・美容・長寿をかなえる魔法の粉「レンコンパウダーレシピ」
2016	10	主婦の友社	村上祥子のジンたまジャムレシピ
2016	11	マキノ出版	レモン酢でやせる！超健康になる！レモン酢活用レシピ25
2016	11	マキノ出版ムック	一晩で作れる！血管も若返る特効ドリンク！簡単・美味「レモン酢」レシピ
2016	12	新星出版社	村上祥子のレンジで楽チン！糖尿病レシピ
2016	12	宝島社 TJMOOK	電子レンジで簡単絶品 シニアの1人分ごはん
2017	3	PHP 研究所	「100歳まで元気であるためのパパッと簡単！作りおき」
2017	5	講談社	お料理 BOOK シリーズ「村上レンチン食堂の15分で2品定食」
2017	6	新星出版社	改訂版「レンジで楽チン！糖尿病レシピ」