

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2009-007	きょうの健康 もう悩まない！ めまいの新対策 なぜ起きる 症状と診断	NHK	15	2008/06/18
利用区分				
B-3	めまいは耳の病気であることのサインが7割、脳の病気のサインであることが2割を占める。しかも命にかかわる病気の場合もある。めまいの症状と診断について、東邦大学医療センター佐倉病院耳鼻咽喉科の山本昌彦さんが解説する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2009-008	きょうの健康 もう悩まない！ めまいの新対策 耳鳴り・難聴を伴うとき	NHK	15	2008/06/19
利用区分				
B-3	耳が原因でめまいを起こす病気の中で、耳鳴りや難聴を伴うメニエール病と突発性難聴についてその症状や診断、治療法について、東邦大学医療センター佐倉病院耳鼻咽喉科の山本昌彦さんが詳しく解説する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2009-009	きょうの健康 もう悩まない！ めまいの新対策 突然起こる強いめまい	NHK	15	2008/06/20
利用区分				
B-3	めまいを起こす病気の中で耳鳴りや難聴を伴わない、良性発作性頭位めまい症と前庭神経炎について解説する。また、めまいを起こす病気の1つの原因が、生活習慣に関係しているということで、日常生活の注意点や予防法の運動を紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2009-010	きょうの健康 Q&A もう悩まない！ めまいの新対策	NHK	44	2008/06/22
利用区分				
B-3	めまいは命にかかわる病気につながるものもある。めまいの原因は7割が耳からくる病気で2割が脳からくる病気である。Q&Aでは特に耳の病気からくるめまいについて視聴者の相談に答える。生活ビタミンのコーナーでは、お風呂場や押し入れのカビ対策を紹介する。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2011-007	きょうの健康 子どもの行動が気になるとき ①場の雰囲気がかめめない	NHK	15	2010/05/17
利用区分				
B-3	場の雰囲気をつかむのが苦手で、対人関係がうまくいかない、興味の幅が狭いなどの特徴をもつ「アスペルガー症候群」とよばれる子どもは、友達から孤立したり、場違いな言動をしたりして非難されることが多い。本人の困り度を減らす具体的な対応策について伝える。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2011-008	きょうの健康 子どもの行動が気になるとき ②落ち着きがなく衝動的	NHK	15	2010/05/18
利用区分				
B-3	発達障害のなかで「注意欠如」と「多動・衝動性」という2つの特性をもっており、それが原因で日常生活での困難が著しい場合に「ADHD（注意欠陥／多動性障害）」という診断名がつけられている。ADHDに対する具体的な対応策について伝える。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2011-009	きょうの健康 子どもの行動が気になるとき ③文字の読み書きが苦手	NHK	15	2010/05/19
利用区分				
B-3	知能の遅れは見られず、会話での不自由はないが、いくら練習しても文字を読んだり書いたりするのはなかなか上達しない「ディスレクシア（発達性読み書き障害）」。学習障害と呼ばれる中でも多いディスレクシアの特徴と、対応策を伝える。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2011-010	きょうの健康 Q&A 子どもの行動が気になるとき	NHK	15	2010/05/21
利用区分				
B-3	「子どもの行動が気になるとき」について、視聴者から寄せられた質問に小児科学、特に小児神経学、発達神経学がご専門の榊原陽一さんが答える。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2012-002	きょうの健康 耳が聞こえにくいと感じたら 老化？病気？	NHK	15	2010/12/20
利用区分				
B-3	耳の聞こえは、年齢を重ねると徐々に悪くなる。老化に伴って起こる難聴を加齢性難聴と言うが治療の方法はない。そのほかにも、治療の必要な病気が原因で起こる難聴もある。加齢性難聴のしくみや治療が必要な難聴について解説する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2012-003	きょうの健康 耳が聞こえにくいと感じたら 補聴器の最新事情	NHK	15	2010/12/21
利用区分				
B-3	加齢性難聴が進んで生活に支障が出てくるようになると、補聴器によって聴力を補うことが必要になってくる。最近の補聴器は以前に比べ、小型化や軽量化が進み、聞こえ方に関する機能も充実している。自分に適した補聴器の選び方と補聴器の最新事情を紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2013-013	きょうの健康 うつ病 あなたに合った治療法 軽症なら薬はより慎重に	NHK	15	2013/06/17
利用区分				
A-3	2012年、日本うつ病学会は、日本初のうつ病治療に関するガイドラインを作成した。番組では、ガイドラインの作成委員長を務めた防衛医科大学校病院院長の野村総一郎さんを迎え、うつ病治療の最新情報をお伝えする。うつ病は、症状の重さ、年齢、もともとの性格傾向などの要素で治療方法が微妙に異なってくる。大切なのは患者ごとのうつ病のタイプを見極めた上で、治療法を選んでいくことだという。第1回目は「軽症なら薬はより慎重に」。軽症のうつ病にはカウンセリングなどの精神療法が効果的だという。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2013-014	きょうの健康 うつ病 あなたに合った治療法 高齢者もあきらめないで	NHK	15	2013/06/18
利用区分				
A-3	第2回目は「高齢者もあきらめないで」。うつ病というと働き盛りに多いイメージだが、実は高齢者にも患者は多い。高齢者は、体の調子が悪くて憂鬱なのは当たり前と周囲の人に思われて、病気が見逃されることもある。また高齢者のうつ病では、認知症との区別に注意することも大事だ。薬の服用に関する注意や、うつ病予防のために周囲の人にできるサポートなどを紹介する。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2013-015	きょうの健康 うつ病 あなたに合った治療法 “現代型” どう向き合う？	NHK	15	2013/ 06/19
利用区分				
A-3	第3回目は「現代型 どう向き合う？」。最近、急増していると言われる現代型と呼ばれるうつ病。「きちょうめんでまじめ、自分を責めてしまう人がなる。」という従来のうつ病のイメージとは異なり、「仕事は無理だが自分の好きなことはできる。周りを責める」という患者もいる。現代形うつ病に効果的といわれる認知行動療法や従来のうつ病治療との違いなどを紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2015-010	きょうの健康 耳・鼻・のどの病気 最新情報 子どもの難聴	NHK	15	2015/ 01/12
利用区分				
B-3	日本では1000人に1人の割合で難聴の赤ちゃんが生まれている。日本耳鼻咽喉科学会の福島邦博専門医の話では、先天性難聴の半分は遺伝子によるものが原因、残りは感染症や妊娠中のトラブルが原因だという。最近では新生児スクリーニングで早期に難聴を発見し療育すれば、コミュニケーション能力を得ることができるようになった。また最近利用者が増えている人工内耳について、実際に手術を受けた6歳の子どもの例を紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2015-011	きょうの健康 耳・鼻・のどの病気 最新情報 高齢者の難聴	NHK	15	2015/ 01/13
利用区分				
B-3	高齢者に多い、老化によって起こる加齢性難聴。加齢性難聴は、小さい音が聞きづらくなるほか、高い音から聞き取りにくくなっていくことが特徴だ。会話が聞こえづらくなることから、周囲の人とのコミュニケーションが減り、認知症のきっかけになることもある。高齢者の聞こえが悪くなったら、早めに専門医を受診することが大切だ。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2015-012	きょうの健康 大人の中耳炎と難聴	NHK	15	2015/ 09/16
利用区分				
B-3	子どもだけでなく大人にも多い中耳炎は、痛くないからと放置しておくとなかなか治らない恐れがある。高齢者が、老化による難聴と思って放置しておき、炎症が内耳にまで波及して失聴する例もあるという。60歳代から多くなる滲出性中耳炎は、薬で治療してもよくなる時は、鼓膜チューブを入れる手術で改善することも。回復が困難な難聴に進行する中耳炎には、慢性中耳炎、真珠腫性中耳炎、好酸球性中耳炎などがあるが、いずれも聞こえづらくなったらまず受診することが大切だ。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2015-013	チョイス@病気になったとき 耳鳴りのチョイス	NHK	44	2015/06/06
利用区分				
B-3	耳鳴りに悩んでいる人は多いが、その原因はさまざま。番組では、「難聴からくる耳鳴り」「失聴にもつながる突発性難聴による耳鳴り」「聴神経腫瘍からくる耳鳴り」「ストレスからくる耳鳴り」の4つを取り上げ、それぞれの事例で選ばれた治療の「チョイス」について解説する。スタジオにJCHO東京新宿メディカルセンターの石井正則さんを迎えて、詳しい解説を伺う。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2016-006	きょうの健康 心筋梗塞を防ぐ1 狭心症に注意	NHK	15	2015/05/04
利用区分				
B-3	心筋梗塞は生活習慣病の多い人がなりやすい。特に肥満や糖尿病、高血圧などは日ごろから気をつけることが大切。「狭心症に注意」をテーマに国立循環器病研究センター部門長の安田聡さんにお話を伺う。 安田聡／彦麻呂			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2016-007	きょうの健康 心筋梗塞を防ぐ2 生活を見直す	NHK	15	2015/05/05
利用区分				
B-3	シリーズ「心筋梗塞を防ぐ」。今回のテーマは「生活を見直す」。日常生活を見直すことは心筋梗塞の予防になるが、そのための7つの生活習慣をチェックし、国立循環器病研究センター部門長の安田聡さんに解説していただく。 安田聡／彦麻呂			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2016-008	きょうの健康 心筋梗塞を防ぐ3 薬を使う	NHK	15	2015/05/07
利用区分				
B-3	シリーズ「心筋梗塞を防ぐ」。今回のテーマは「薬」。ゲストの松村邦洋さんは、東京マラソンの最中に心筋梗塞で倒れた。松村さんから当時の様子等を聞き、安田聡さんに治療で使う薬について解説していただく。安田聡／松村邦洋			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2016-009	きょうの健康 心筋梗塞を防ぐ4 カテーテルかバイパス手術か	NHK	15	2015/05/08
利用区分				
B-3	シリーズ「心筋梗塞を防ぐ」。今回のテーマは「治療」。心筋梗塞の予防には生活習慣の見直しが基本だ。そして次に症状に応じて薬による治療、さらに重症な場合はカテーテル治療やバイパス手術が行われる。心筋梗塞の治療について安田聡さんに伺う。安田聡／松村邦洋			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-002	きょうの健康 乳がん徹底解説 早期発見（手話・字幕）	NHK	15	2016/11/07
利用区分				
B-3	「乳がん徹底解説」と題して、4回にわたり乳がんについて解説する。第1回目は「早期発見」について。現在、乳がんになる人は増加しており、年間8万人以上が発症している。乳がんは早期発見と適切な治療で治る可能性が高いため、初期の段階でがんを見つけることはとても大事だ。早期発見のポイントをがん研有明病院の岩瀬拓土医師に伺う。（字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：皆川愛			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-003	きょうの健康 乳がん徹底解説 手術と乳房再建（手話・字幕）	NHK	15	2016/11/08
利用区分				
B-3	第2回目は「手術と乳房再建」について。乳がんの完治を目的とした手術には、乳房を温存する方法と完全に切除する方法がある。また最近では、乳房再建が保険適用となり、全摘してから再建をする人も増えた。各手術の適用の範囲やそれぞれのメリットとデメリット、乳房再建方法の種類について、がん研有明病院の岩瀬拓土医師にお話を伺う。（字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：皆川愛			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-004	きょうの健康 乳がん徹底解説 個別化する薬の治療（手話・字幕）	NHK	15	2016/11/09
利用区分				
B-3	第3回目は「個別化する薬の治療」について。乳がんの主な薬物療法には「ホルモン療法」「化学療法」「分子標的療法」がある。乳がんはタイプにより効く薬や組み合わせが決まっている。その人のがんのタイプに合わせて、薬を組み合わせる治療するのが「個別化」だ。乳がんの薬物療法について、がん研有明病院の大野真司医師にお話を伺う。（字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：皆川愛			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-005	きょうの健康 乳がん徹底解説 再発したときの治療（手話・字幕）	NHK	15	2016/ 11/10
利用区分				
B-3	第4回目は「再発したときの治療」について。乳がんは術後の生存期間が比較的長いがんだが、早期から転移を起こしやすいため、手術でがんを取り除いても再発の可能性がある。再発したときの治療法について、がん研有明病院の大野真司医師にお話を伺う。（字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：皆川愛			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-006	ハートネットTV リハビリ・介護を生きる おひとりさまの自分介護 （1）要介護になってもひとりで暮らす	NHK	29	2014/ 05/14
利用区分				
A-3	少子高齢化が進む中、単身世帯が増えている。今や75歳以上の男性の10人に1人、女性では4人に1人が「おひとりさま」で暮らす時代。要介護状態になってもひとり暮らしは可能なのか？おひとりさまに関する著作のある中澤まゆみさんを迎え、介護保険や在宅医療を活用した「おひとりさま介護」の現実を見ていく。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-006	ハートネットTV リハビリ・介護を生きる おひとりさまの自分介護 （2）やがてくる時のために	NHK	29	2014/ 05/15
利用区分				
A-3	既婚未婚や家族の有無にかかわらず、多くの人に訪れるのが老後のひとり暮らし。中でも近年特に増えているのが、高齢女性のひとり暮らしだ。単身高齢者にとって、介護やお葬式、お墓のことなど不安はつきない。おひとりさまの暮らし方を模索するNPO法人SSSネットワーク代表の松原惇子さんをゲストに、きたるべきおひとりさまの老後を考える。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-008	認知症キャンペーン 認知症介護 家族の悩みにこたえます	NHK	49	2015/ 07/14
利用区分				
A-3	認知症の高齢者を介護する家族の負担は大きい。認知症の夫に寄り添いながら介護を続ける80歳の女性や、妻の介護でストレスを募らせる男性などを紹介しながら、家族の悩みを解決する方法を考える。国立長寿医療研究センターの遠藤英俊さんが、認知症について解説し、視聴者からの質問にもアドバイスを頂く。（この番組は、平成27年7月14日に生放送されたものです。）			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-009	認知症キャンペーン 認知症介護 わたしたちにできること	NHK	49	2015/07/14
利用区分				
A-3	厚生労働省の推計では、2025年には団塊の世代が75歳を超え、認知症の人は700万人、65歳以上の5人に1人が認知症になるとされている。とても怖い病気という印象が強い認知症だが、実際は20年30年かけて穏やかに進行する病気で、早期発見可能だ。病気を正しく理解することで、よい経過をたどることもできる。番組では、鳥取大学医学部教授の浦上克哉さんをお迎えして、認知症のイロハを学ぶ。また地域で展開されている「認知症カフェ」などの取り組みを紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-010	きょうの健康 夏の急病を防げ！ 熱中症対策	NHK	15	2016/07/18
利用区分				
B-3	日本医科大学付属病院高度救命救急センター長の横田裕行さんをお迎えして、熱中症対策について伺う。熱中症は室内にいてもなることが多い。夏は、室内の温度が外の気温以上に高くなることがあるので、室温の管理や水分補給をしっかりと行わないと、室内でも十分熱中症になる可能性が高い。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2017-011	きょうの健康 夏の急病を防げ！ 食中毒対策	NHK	15	2016/07/19
利用区分				
B-3	夏は、食中毒を引き起こす細菌が増えやすい時期だ。いつも無意識にやっていることが、実は食中毒の原因になることもある。食中毒を防ぐ三原則は「つけない・増やさない・やっつける」だ。日本医科大学付属病院・部長（救急診療科）の宮内雅人さんに、食中毒の対策について伺う。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HB2017-001	すくすく子育て 発達障害？と思ったとき	NHK	29	2015/10/13
利用区分				
B-3	発達障害は発達の過程で見られる行動や認知の障害だ。「自閉症スペクトラム」「注意欠陥多動性障害（ADHD）」「学習障害（LD）」の3つのグループに分けられ、それぞれ特有の行動特性がある。発達障害は生まれつきの障害で育て方は関係ない。お茶の水女子大学副学長で小児科医の榊原洋一さんと明星大学教育学部教授の星山麻木さんを迎えて、診断や療育について詳しく伺う。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2018-008	きょうの健康 うつ病 信頼できる最新治療 軽症のうつ病	NHK	15	2017/ 04/17
利用区分				
B-3	シリーズ「うつ病 信頼できる最新治療」の1回目は「軽症のうつ病」。軽症のうつ病だと、頑張れば日常生活が維持できるため治療が遅れがちだ。しかし、治療をせずに放置することで重症化することもある。うつ病は重症でも早期の治療で治せるので、早めに治療することが大切だ。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2018-009	きょうの健康 うつ病 信頼できる最新治療 中等症・重症のうつ病	NHK	15	2017/ 04/18
利用区分				
B-3	シリーズ「うつ病 信頼できる最新治療」の2回目は「中等症・重症のうつ病」。うつ病は適切な治療で後遺症もなく完全によくなる病気だが、そのためには、家族や周囲の理解と援助が欠かせない。周囲は、治療の過程で病状が一進一退を繰り返しても、一喜一憂せずに、患者を支えていくことが大切だ。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2018-010	きょうの健康 うつ病 信頼できる最新治療 子どものうつ病	NHK	15	2017/ 04/19
利用区分				
B-3	シリーズ「うつ病 信頼できる最新治療」の3回目は「子どものうつ病」。子どもの対象になるのは6歳から18歳で、特に13～14歳以降は患者が急激に増え、発症率も大人と同じくらいになる。子どものうつ病の特徴と、周囲の大人（家庭・学校）の支援方法についてお話を伺う。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2018-011	きょうの健康 うつ病 信頼できる最新治療 高齢者のうつ病	NHK	15	2017/ 04/20
利用区分				
B-3	シリーズ「うつ病 信頼できる最新治療」の4回目は「高齢者のうつ病」。高齢者は、環境的にも体質的にもうつ病になりやすい。また高齢者特有の症状があったり、検査法や治療法も異なっている。高齢者のうつ病について、その特徴をおさえながらお話を伺う。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2019-011	きょうの健康 命を守る！ストレス徹底対策 万病のもと！ストレスをチェック	NHK	15	2018/05/14
利用区分				
B-3	情報化社会が進むにつれ、ますます大きな社会問題となっているストレス。ストレスに負けない力を身につける方法を4回にわたりお送りする。お話は早稲田大学教授の熊野宏昭さん。第1回目はストレスが心身に及ぼす影響や、手軽にできるストレスチェックの方法を紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2019-012	きょうの健康 命を守る！ストレス徹底対策 体からリラックス	NHK	15	2018/05/15
利用区分				
B-3	「命を守る！ストレス徹底対策」第2回目はストレス対策実践編。目の周りや肩の力を抜く練習を通して、体の緊張をゆるめる方法を紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2019-013	きょうの健康 命を守る！ストレス徹底対策 行動を変えてみよう	NHK	15	2018/05/16
利用区分				
B-3	「命を守る！ストレス徹底対策」第3回目は、行動を変えることでストレスの解消をはかり、原因に対処する。前向きなストレス解消法として「コーピング」を、そして対人関係のストレスの原因を取り除く方法として「アサーション・トレーニング」を紹介する。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2019-014	きょうの健康 命を守る！ストレス徹底対策 心を「今」に向ける	NHK	15	2018/05/17
利用区分				
B-3	「命を守る！ストレス徹底対策」第4回目は、めい想を紹介する。わたしたちは、つい過去のことを思い出して後悔したり、将来のことを取り越し苦労してしまう。それを現実のように感じると、それがストレスになる。過去や未来ではなく、「今」に目を向けるトレーニングとして、めい想を取り上げる。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2020-010	きょうの健康 そのめまい耳のトラブル！？ まさか？メニエール病	NHK	15	2019/ 03/11
利用区分				
B-3	めまいの主な原因は耳の異常、脳の病気、高血圧や糖尿病等の全身の病気など、さまざまなことが考えられる。今回は耳の異常から起こるめまいについて3回シリーズで紹介。1回目は「まさか？メニエール病」。メニエール病は、めまいのほかに耳鳴りや難聴、耳がつまった感じを伴うのも特徴で、進行すると耳が聞こえなくなることもあるため適切な治療が必要だ。特徴や治療の流れについて専門家に伺う。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2020-011	きょうの健康 そのめまい耳のトラブル！？ 気になる短いめまい	NHK	15	2019/ 03/12
利用区分				
B-3	めまいの主な原因は耳の異常、脳の病気、高血圧や糖尿病等の全身の病気など、さまざまなことが考えられる。今回は耳の異常から起こるめまいについて3回シリーズで紹介。1回目は「まさか？メニエール病」。メニエール病は、めまいのほかに耳鳴りや難聴、耳がつまった感じを伴うのも特徴で、進行すると耳が聞こえなくなることもあるため適切な治療が必要だ。特徴や治療の流れについて専門家に伺う。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2020-012	きょうの健康 そのめまい耳のトラブル！？ 激しいめまい	NHK	15	2019/ 03/13
利用区分				
B-3	めまいの主な原因は耳の異常、脳の病気、高血圧や糖尿病等の全身の病気など、さまざまなことが考えられる。今回は耳の異常から起こるめまいについて3回シリーズで紹介。1回目は「まさか？メニエール病」。メニエール病は、めまいのほかに耳鳴りや難聴、耳がつまった感じを伴うのも特徴で、進行すると耳が聞こえなくなることもあるため適切な治療が必要だ。特徴や治療の流れについて専門家に伺う。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2021-001	きょうの健康 放置しないで 耳鳴り 原因は何？ (字幕・手話付き 選択可能)	NHK	15	2020/ 03/16
利用区分				
B-3	耳鳴りは65歳以上の約30パーセントが経験している不快な症状だ。しかし本人以外にはわからないため、これまでは有効な治療法が見つからないこともあった。 それが近年、検査技術の進歩や脳の研究の進歩により、治療法の選択肢が増えてきている。1日目は耳鳴りの原因について解説する。 (字幕・手話付き 選択可能) 手話表現者：佐沢静枝			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2021-002	きょうの健康 そのめまい耳のトラブル！？ 気になる短いめまい（字幕・手話付き 選択可能）	NHK	15	2020/03/17
利用区分				
B-3	2日目は、耳鳴りの最新治療について解説する。何らかの疾病によって耳鳴りが起きている場合には、その疾病の治療を行うが、耳鳴りの最大の原因である加齢による難聴が原因の場合、最初に行われるのは「教育的カウンセリング」だ。この教育的カウンセリングによって、患者は耳の仕組みや耳鳴りのメカニズム、治療法などを学習する。また、補聴器による治療や人工内耳といった治療法も紹介する。（字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：佐沢静枝			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2021-007	きょうの健康 しびれと痛みの原因は？ 手指のトラブル対処法1	NHK	15	2020/04/06
利用区分				
B-3	4回シリーズで手や指のしびれや痛みについて特集する。1回目は手根管症候群。手や指がしびれて、衣服のボタンがかけづらくなる病気だ。この病気の特徴は、親指から薬指にかけてしびれや痛みが起こり、小指には症状が起こらないことだ。原因と対策、注意したほうがよい人などを教わる。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2021-008	きょうの健康 しびれと痛みの原因は？ 手指のトラブル対処法2	NHK	15	2020/04/07
利用区分				
B-3	2回目は肘部管（ちゅうぶかん）症候群。小指がしびれて痛む病気だ。放っておくと、細かい作業や箸を使うことが難しくなり、日常生活に支障が出てしまう。この病気になりやすい人の特徴やセルフチェックの方法などを教わる。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2021-009	きょうの健康 しびれと痛みの原因は？ 手指のトラブル対処法3	NHK	15	2020/04/08
利用区分				
B-3	3回目はドケルバン病。スマートフォンを片手で操作し続けると、親指の付け根が痛くなることがある。この痛みはスマートフォン・サムと呼ばれ、ドケルバン病の症状だ。ドケルバン病は腱鞘炎の一種で、パソコン操作や指を使う楽器演奏を長時間行うことでも起こる。この病気のチェック方法や治療法を教わる。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2021-010	きょうの健康 しびれと痛みの原因は？ 手指のトラブル対処法4	NHK	15	2020/ 04/09
利用区分				
B-3	4回目は変形性指関節症。最初は指の関節が少し腫れる程度でも、放置すると激痛や指の変形が起こるといふ変形性指関節症。変形の起こる関節によつて、ヘバーデン結節や母指CM関節症などという病名もある。この病気を起こしやすい人の特徴や治療法について教わる。			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2022-001	きょうの健康 気づいてますか？甲状腺の病気 バセドウ病、橋本病（字幕・手話付き 選択可能）	NHK	15	2021/ 06/16
利用区分				
B-3	首の前側、のどぼとけの下にある甲状腺は重さ13グラムの内分泌臓器で、甲状腺ホルモンを一生涯ずっと一定量分泌し続ける。この甲状腺ホルモンの分泌が過剰になる病気の代表がバセドウ病で、逆に低下してしまう病気の代表が橋本病だ。バセドウ病と橋本病の症状と治療法について解説する。 （字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：小野寺善子			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2022-002	きょうの健康 気づいてますか？甲状腺の病気 甲状腺がん（字幕・手話付き 選択可能）	NHK	15	2021/ 06/17
利用区分				
B-3	甲状腺にできる腫瘍は良性腫瘍と悪性腫瘍（がん）に分かれ、良性腫瘍の場合はほとんどが経過観察ですむ。腫瘍が見つかったら、まず医師による触診と超音波検査を受け、良性か悪性かを判別することが大切だ。また、悪性腫瘍（がん）の場合は、手術でがんを取り除いて治療する。ほとんどの人は手術で治療を終えるが、がんが残ったり転移のある場合には、放射線や分子標的薬による治療を行う。（字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：小野寺			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2022-003	きょうの健康 頭痛！コロナ禍の最新対策 ステイホームによる頭痛（字幕・手話付き 選択可能）	NHK	15	2021/ 09/13
利用区分				
B-3	コロナ禍でステイホームを強いられる中、環境の変化から頭痛を発症する人が増えている。ふだんから片頭痛を起こしやすい人は、環境の変化に敏感な人が多く、ステイホームの状況からストレスが増え、片頭痛の発症が増えてしまっている。また、ふだん会社に出社している人は、自宅の机やイスで長時間仕事をするすることで、肩や首が凝って緊張型頭痛を発症してしまうという。 （字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：那須映里			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2022-004	きょうの健康 頭痛！コロナ過の最新対策 困ってませんか？ ”マスク頭痛”（字幕・手話付き 選択可能）	NHK	15	2021/ 09/14
利用区分				
B-3	<p>コロナ禍で頭痛が増えた人や悪化した人の中には、マスクが原因のケースがある。例えば、マスクの中は酸素が少なくなり二酸化炭素が増えるため、酸素を体内に送ろうと血管が拡張する。それが頭痛を起こすことがある。ほかにも、マスクの不快感や耳に付けるひもの圧迫などが頭痛の原因になるという。</p> <p>（字幕・手話付き 選択可能）手話表現者：那須映里</p>			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2022-005	きょうの健康 ”ひきこもり” 総力特集 ひきこもり 実像に迫る（手話・字幕付き 選択可能）	NHK	15	2020/ 11/23
利用区分				
B-3	<p>今週のテーマは「ひきこもり」。1回目はひきこもりの実情について伺う。現在、ひきこもっている人は全国で100万人を超える。ひきこもりは病気とは認定されていないが、高齢の人も多く、いわゆる8050（はちまるごーまる）問題として社会問題にもなっている。また、ひきこもっている人にはうつ病などの病気が関わっていることも多い。ひきこもりが長期化しないよう、早めに「ひきこもり地域支援センター」などに相談しよう。</p>			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2022-006	きょうの健康 ”ひきこもり” 総力特集 ゲーム障害と ひきこもり（字幕・手話付き 選択可能）	NHK	15	2020/ 11/24
利用区分				
B-3	<p>ひきこもりの2回目は、ゲーム障害とひきこもりについて考える。ゲーム障害とは、ゲームに熱中し、利用時間をコントロールできなくなり、日常生活に支障を来すことだ。ゲームに熱中するあまりひきこもりになり、ひきこもるから余計にゲームにはまるといふ悪循環に陥りやすい。ゲーム障害について、事例をもとに専門家に伺う。</p>			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2022-007	きょうの健康 ”ひきこもり” 総力特集 家族ができること （字幕・手話付き 選択可能）	NHK	15	2020/ 11/25
利用区分				
B-3	<p>ひきこもりの3回目は、ひきこもっている人の家族ができることを教えていただく。ひきこもりは、本人だけでなく家族にとってもつらいもの。特に親は悩むことが多い。また、ひきこもりの背景には親子関係の問題がある場合も多く、関係改善がひきこもりの解決につながる場合もあるという。親はひきこもる子どもに、どう対応するのがよいのか？ドラマ仕立てで学習する。</p>			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作 品 名	制作など	分	放送年月日
HA2023-007	きょうの健康 意外なきっかけで発症 大人のアレルギー 食物アレルギー	NHK	15	2021/ 12/06
利用区分				
B-3	大人の食物アレルギーは、原因の半数以上が野菜や果物によるもので、花粉症との関わりが深いことがわかってきた。野菜や果物に含まれているアレルギーと花粉のアレルギーが似ているため、免疫細胞が過剰反応してしまうからだ。発症のメカニズムと対処方法を紹介する。			

分類番号	作 品 名	制作など	分	放送年月日
HA2023-008	きょうの健康 意外なきっかけで発症 大人のアレルギー 薬剤アレルギー	NHK	15	2021/ 12/07
利用区分				
B-3	薬剤アレルギーは市販薬でも発症することがある。発症例が多いのは解熱鎮痛薬だ。症状はじんましんや腫れだけでなく、時には呼吸困難などのアナフィラキシーを起こすこともあり、死亡することさえある。薬剤アレルギーの検査方法や治療法なども紹介する。			

分類番号	作 品 名	制作など	分	放送年月日
HA2023-010	きょうの健康 意外なきっかけで発症 大人のアレルギー アナフィラキシー	NHK	15	2021/ 12/08
利用区分				
B-3	アナフィラキシーとは、蜂の毒や食物が原因で、原因にさらされてから数分から数時間で複数の臓器に症状が出る、全身性のアレルギー反応だ。時には血圧の低下や意識障害を起こすこともあり、死亡の危険もある。アナフィラキシーの原因となる意外な物質や、対処方法などを紹介する。			

分類番号	作 品 名	制作など	分	放送年月日
HA2023-009	きょうの健康 意外なきっかけで発症 大人のアレルギー Q&Aあなたの疑問に答えます	NHK	15	2021/ 12/09
利用区分				
B-3	視聴者からの質問に専門家が答えるQ&A。今回は「バラ科の果物（モモ、リンゴなど）を食べると目や耳のなかもかゆくなり、喉もイガイガする。その原因と対策が知りたい」という質問など、全部で4つの質問に答える。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2024-004	きょうの健康 豊かな人生の処方せん いざという時の家庭の医学 切り傷徹底 対策	NHK	15	2023/ 07/17
利用区分				
B-3	日常生活の中で指や手を切ってしまった時、あなたはどんな処置を行っているだろうか？最新の対処方法を行うと、より早く、悪化させることなく治療できるという。最新の対処法について専門家に伺うとともに、応急処置をして様子を見る場合と救急車を呼んだ方がいい場合の見極め方なども教えていただく。 (字幕・手話付き 選択可能) 手話表現者：皆川愛			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2024-005	きょうの健康 豊かな人生の処方せん いざという時の家庭の医学 やけどの応 急処置	NHK	15	2023/ 07/18
利用区分				
B-3	やけどは適切に対処しないと、治療に時間を要したり、大きな傷痕が残ることもあるという。では、どんな応急処置が適切なのだろうか？応急処置が早いほど治りがよくなるとも言われているので、すぐ対応できるよう、最新の処置の方法を覚えよう。 (字幕・手話付き 選択可能) 手話表現者：皆川愛			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2024-006	きょうの健康 豊かな人生の処方せん いざという時の家庭の医学 あざの対処 法	NHK厚生 文化事業団	15	2023/ 07/19
利用区分				
B-3	気付かないうちにできていることが多い「あざ」。放っておいても自然に治ることも多いが、中には病気が心配されるあざもある。あざを早く治すための対処方法や、注意が必要なあざの見分け方について教えていただく。 (字幕・手話付き 選択可能) 手話表現者：皆川愛			

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2024-007	きょうの健康 豊かな人生の処方せん 男性 にも知ってほしい！更年期のこと女性の 更年期症状は100以上？	NHK厚生 文化事業団	15	2023/ 06/19
利用区分				
B-3	更年期障害という言葉は有名だが、女性でもその内容を「よく知らない」という人は多い。けれども、更年期障害の人の症状には環境要因も大きく影響する。家庭でも職場でも、みんなが更年期障害を理解し、サポートすることが大切だ。			

医療健康／医療・健康（H）

分類番号	作品名	制作など	分	放送年月日
HA2024-008	きょうの健康 豊かな人生の処方せん 男性にも知ってほしい！更年期のこと 男性更年期障害とは？	NHK厚生文化事業団	15	2023/06/21
利用区分				
B-3	男性の更年期障害。言葉は知っていても実際の症状は知らないし、自分が不調になっても更年期障害を疑ったりはしない。こういう男性が多いのでは？番組では、男性更年期障害の注意が必要な症状の見分け方から改善方法までを紹介する。			