

ライフサイクルからみた健康

火1 吉本照子先生 他先生

キーワード: ライフサイクル 感染症 栄養 脳と心 健康行動

←実際に利用した資料にはチェックをしましょう。
★のついている図書は、授業期間中は本館N棟2階授業資料ナビコーナーにあります。

Web 授業のテーマに関連したデータベースやサイトです。

- 厚生労働省:生活習慣病予防(健康づくり)特集 【 http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_jryou/kenkou/seikatsu/index.html 】
→ 生活習慣病予防に関するプログラムや特定健診・保健指導プログラム、教材等が示されている
- 健康日本21:21世紀における国民健康づくり運動 【 <http://www.kenkounippon21.gr.jp/> 】
→ 健康日本21の考え方や実践の手引き、健康増進法等が紹介されている
- 厚生労働省:厚生労働白書 【 http://www.mhlw.go.jp/toukei_hakusho/hakusho/ 】
→ 各年度の厚生労働白書の概要・本文・資料が参照できる。第1部がその年の特集、第2部が毎年共通の「主な厚生労働行政の動き」となっている
- 国立感染症研究所 感染症情報センター 【 <http://www.nih.go.jp/niid/ja/from-idsc.html> 】
- 独立行政法人国立がん研究センター がん対策情報センター 【 http://ganjoho.jp/public/pre_scr/index.html 】
- 独立行政法人理化学研究所 脳科学総合研究センター 【 <http://www.brain.riken.jp/jp/> 】
- 独立行政法人国立精神・神経医療研究センター 【 <http://www.ncnp.go.jp/> 】
- 独立行政法人国立健康・栄養研究所 【 <http://www0.nih.go.jp/eiken/> 】
- 京都大学霊長類研究所 【 <http://www.pri.kyoto-u.ac.jp/index-j.html> 】

図書 本には、テーマに関する内容がまとめられています。授業のテーマをつかむにはまずはここから始めましょう。

■「健康」に関する図書は、分類番号が「498」の書棚にあります。その場所に行って、どのような本があるか手にとってみましょう。

健康に関する基本的考え方

- ライフステージと健康 / 早川浩, 杉下知子著 2版 中外医学社 2007
★【本館L棟3階A 498/RAI】
- 生き方としての健康科学 / 山崎喜比古, 朝倉隆司編 第5版 有信堂高文社 2011
★【本館L棟3階A 498/IKI】
- 健康の謎を解く: ストレス対処と健康保持のメカニズム / アーロン・アントノフスキー著; 山崎喜比古, 吉井清子監訳 有信堂高文社 2001
★【本館L棟3階A 498.3/KEN】
- ライフサイクルと死 / 武川正吾, 西平直編 東京大学出版会 2008 死生学:3
★【本館L棟2階A 114.2/SHI】

脳科学一般

- 脳の認知と進化 / 理化学研究所脳科学総合研究センター編 講談社 2007 ブルーボックス:B-1570 . 脳研究の最前線; 上
★【本館L棟3階A 491.371/NOU】
- 脳の疾患と数理 / 理化学研究所脳科学総合研究センター編 講談社 2007 ブルーボックス:B-1571 . 脳研究の最前線; 下
★【本館L棟3階A 491.371/NOU】
- 脳・神経系の基本地図をたどる / フロイド・E・ブルーム他著; 中村克樹, 久保田競監訳 講談社 2004 ブルーボックス:B-1431 . 新・脳の探検; 上
★【本館L棟3階A 491.371/SHI】

- 脳から「心」と「行動」を見る / フロイド・E・ブルーム他著 ; 中村克樹, 久保田競監訳 講談社 2004 ブルーボックス:B-1432 . 新・脳の探検 ; 下
★【本館L棟3階A 491.371/SHI】
- 脳の健康 : 頭によいこと、わるいこと / 生田哲著 講談社 2002 ブルーボックス:B-1360
★【本館L棟3階A 491.371/NOU】
- 脳と心をあやつる物質 : 微量物質のはたらきをさぐる / 生田哲著 講談社 1999 ブルーボックス:B-1269
★【本館L棟3階A 491.371/NOU】
- 脳内不安物質 : 不安・恐怖症を起こす脳内物質をさぐる / 貝谷久宣著 講談社 1997 ブルーボックス:B-1184
★【本館L棟3階A 493.74/NOU】
- やる気を生む脳科学 : 神経配線で解く「意欲」の秘密 / 大木幸介著 6刷 講談社 1995 ブルーボックス:B-955
★【本館L棟3階A 491.371/YAR】

栄養関係

- 脳の栄養失調 : 脳とダイエットの危険な関係 / 高田明和著 講談社 2005 ブルーボックス:B-1503
★【本館L棟3階A 491.371/NOU】
- アミノ酸の科学 : その効果を検証する / 櫻庭雅文著 講談社 2004 ブルーボックス:B-1435
★【本館L棟3階A 491.42/AMI】
- 脳によく効く栄養学 : ボケたくなければ肉を食え / 高田明和著 朝日新聞社 2007 朝日新書:040
★【本館L棟4階小型 493.73/NOU】
- 脳の栄養 : 脳の活性化法を探る / 中川八郎著 共立出版 1988 ブレインサイエンス・シリーズ:1
★【本館L棟3階A 491.371/NOU】
- 毎日の食事のカロリーガイド / 竹内富貴子料理&データ作成 改訂版 女子栄養大学出版部 2012
★【本館L棟3階A 498.55/MAI】
- 五訂増補食品80キロカロリー成分表 / 香川芳子編 女子栄養大学出版部 2007
★【本館L棟3階A 498.55/SHO】
- 食品80キロカロリーミニガイド / 香川芳子編 ポケット版 女子栄養大学出版部 2011
★【本館L棟3階A 498.55/SHO】
- 食品80キロカロリーガイドブック / 香川芳子編 女子栄養大学出版部 2011
★【本館L棟3階A 498.55/SHO】
- 外食のカロリーガイド : 外食の「メニュー選択術」編/外食編/コンビニ・市販食品編 / 香川芳子監修 ; 竹内富貴子料理&データ作成 5訂増補 女子栄養大学出版部 2008
★【本館L棟3階A 498.55/GAI】

心理・精神関係

- 心の病と精神医学 / 影山任佐著 第2版 ナツメ社 2007 図解雑学 : 絵と文章でわかりやすい!
★【本館L棟3階A 493.7/KOK】
- 心と脳の関係 / 融道男著 ナツメ社 2005 図解雑学 : 絵と文章でわかりやすい!
★【本館L棟3階A 491.371/KOK】
- 眼と精神 : 彦坂興秀の課外授業 / 彦坂興秀, 山鳥重, 河村満著 医学書院 2003 神経心理学コレクション
★【本館L棟3階A 491.37/MET】
- 自己評価メソッド : 自分とうまくつきあうための心理学 / クリストフ・アンドレ著 ; 高野優訳 紀伊國屋書店 2008
★【本館L棟2階A 146.8/JIK】

授業資料ナビゲータ(PathFinder)入口 (<http://www.ll.chiba-u.ac.jp/pathfinder/>)
作成: 千葉大学附属図書館