



けんしん(健診・検診)を受けよう

「検診」は病気にかかっているかどうかを調べるために行う検査・診察のこと、
「健診」は健康の保持増進のためにそのときの健康状態を調べて病気の予防・早期発見に役立てることが目的です。病気の早期発見は早期治療・早期回復につながりますので、ぜひ「けんしん」を受けましょう。そして検査結果がでたら、気になる数値や病気についてトコトン調べて、健康づくりに役立てましょう。

○検査について

書 名	出版社	発行年月	請求記号
病院で受ける検査と数値がわかる事典	成美堂出版	2013 年 9 月	492.1/イ
医者に聞けない検査値のホント 健康診断の気になる数値と病気のリスクがわかる本	大和書房	2015 年 2 月	492.1/カ
からだの検査数値 70 項目から見える病気のサイン ニュートンムック	ニュートンプレス	2014 年 12 月	492.1/キ
パーフェクトガイド検査値事典 第2版	総合医学社	2014 年 7 月	492.1/カ
健診・人間ドックハンドブック 改訂5版	中外医学社	2013 年 4 月	492.1/ヒ
ワンランク上の検査値の読み方・考え方 第2版	総合医学社	2014 年 1 月	492.1/ホ
医療機器と検査・治療のしくみ イラスト図解	日本実業出版社	2013 年 4 月	492.8/ヤ
患者さんが安心できる検査説明ガイドブック 看護ワンテーマ BOOK	医学書院	2014 年 8 月	492.9/ト
高齢者検査基準値ガイド	中央法規出版	2011 年 1 月	493.18/シ
看護師のための早引き 検査値・パニック値ハンドブック	ニュートンプレス	2010 年 6 月	498.3/キ
雑誌 厚生労働 2013 年 12 月号 特集「健康寿命をもっとのばそう 特定健診・がん 検診のススメ」	日本医療企画	2013 年 12 月	Z36/4
そうなんだ!遺伝子検査と病気の疑問	メディカル トリビュン	2013 年 7 月	491.69/サ
できる!わかる!内分泌機能検査	中外医学社	2014 年 1 月	492.14/ナル
患者説明にそのまま使える! よくわかる泌尿器科検査の知識	メディカ出版	2012 年 6 月	492.94/ヤマ
眼科検査ナビゲーションブック	メディカ出版	2012 年 6 月	496.2/メ

○改善するには

書 名	出版社	発行年月	請求記号
ここが知りたい生活習慣病・腎臓病・高血圧対策 Q&A100	ナツメ社	2015 年 1 月	492. 9/ニシ
生活習慣病のしおり 2014	社会保険出版社	2014 年 12 月	493. 1/セイ
肥満症の生活指導 行動変容のための実践ガイド	医歯薬出版	2011 年 9 月	493. 12/材
異所性脂肪 メタボリックシンドロームの新常識 第 2 版	日本医事新報社	2014 年 5 月	493. 12/カ
糖尿病の基本の食事 最新版	学研パブリッシング	2014 年 6 月	493. 12/カス
今すぐできる! 血糖値を下げる 40 のルール 健康図解	学研パブリッシング	2014 年 1 月	493. 12/カ
メタボリックシンドロームに効果的な運動・スポーツ	ナッポ	2011 年 1 月	493. 12/カ
脂質異常の最新治療 中性脂肪とコレステロール よくわかる最新医学	主婦の友社	2012 年 1 月	493. 2/イシ
心臓病の最新治療 よくわかる最新医学	主婦の友社	2014 年 1 月	493. 23/コハ
図解でわかる動脈硬化・コレステロール 徹底対策シリーズ	主婦の友社	2013 年 1 月	493. 24/シラ
高血圧の最新治療 よくわかる最新医学	主婦の友社	2012 年 6 月	493. 25/ムナ
痛風・高尿酸血症 患者のための最新医学	高橋書店	2014 年 5 月	493. 6/ヒト
図解でわかる肝臓病 徹底対策シリーズ	主婦の友社	2013 年 1 月	493. 47/ワタ
骨粗鬆症 改訂 3 版 インフォームドコンセントのための図説シリーズ	医薬ジャーナル社	2015 年 2 月	493. 6/スキ

各病気については、この他にもたくさんの資料があります。

閲覧室の医学の棚の資料（請求記号 490）もご覧ください。

* 主な請求記号

- ・ 糖尿病：493. 12
- ・ 高血圧：493. 25
- ・ 脳卒中：493. 73
- ・ 心臓病：493. 23
- ・ 肝臓病：493. 47
- ・ 腎臓病：494. 93

～インターネット情報～

- ・ **健康・体力づくり事業財団ホームページ** http://www.health-net.or.jp/tairyoku_up/
「健康・体力アップコーナー」より体力チェックや食生活診断等ができます。
- ・ **e-ヘルスネット（厚生労働省）** <http://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>
厚生労働省が一般の方を対象に正しい健康情報をわかりやすく提供するために開設したサイトです。健康づくりに役立つ情報や、自分でできる健康チェックなどのコンテンツがあります。
- ・ **福岡県健康ポータルサイト** <http://www.kenko.pref.fukuoka.lg.jp/hcr/index2.html>
福岡県が運営するサイトです。将来の生活習慣病の発症危険度予測と改善効果のシュミレーションができる健康チェックツールなどがあります。