

## こころとからだの健康度 UP！みんなのヘルスリテラシー

現代は健康医療情報であふれています。多くの情報の中から自分に合った、かつ信頼できる情報を得ることができる力、それがヘルスリテラシーです。「ポストコロナ」、「人生100年時代」、今後、ますますヘルスリテラシーの重要性は増すことでしょう。静岡県立中央図書館は、みなさんのヘルスリテラシーのレベルUPを大いにサポートします。



### 1 ヘルスリテラシーって何ですか？

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
490.4/材/	健康・医療情報の見極め方・向き合い方	大野 智／著	大修館書店	2020.8
498/ア/	医療情報を見る、医療情報から見る	青島 周一／著	金芳堂	2020.1
498/カ/	健康・医療の情報を読み解く	中山健夫／著	丸善出版	2014.4
498.07/サ	健康医学情報の伝達におけるリーダビリティ	酒井 由紀子／著	樹村房	2018.3
498.07/ワ/	ヘルスリテラシー	福田 洋／編著	大修館書店	2016.6

### 2 私とあなたとみんなの健康

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
379.47/モリ/	「ラーニングフルエイジング」とは何か	森 玲奈／編著	ミネルヴァ書房	2017.3
491.8/タシ/	感染症と生体防御 放送大学教材	田城 孝雄／編著	放送大学教育振興会	2018.3
498/カ/	社会格差と健康	川上 憲人／編	東京大学出版会	2006.8
498/キ/	NEW 予防医学・公衆衛生学	岸 玲子／監修	南江堂	2018.11
498/タシ/	公衆衛生 放送大学教材	田城 孝雄／編著	放送大学教育振興会	2019.3
498/タシ/	コミュニティヘルスケア研究 放送大学大学院教材	田城 孝雄／編著	放送大学教育振興会	2019.3
498/ワ/	わかる公衆衛生学・たのしい公衆衛生学	丸井 英二／編	弘文堂	2020.1
498/ワ/	ヘルスプロモーション 健康科学	和田 雅史／著	聖学院大学出版会	2016.2



### 3 患者の立場に立って考えてみる

請求記号	書 名	著者名	出版社	出版年月
490.19/ウオ/	病気の数字の「ウソ」を見抜く	スティーヴン・ウォロシン／著	日経 BP 社	2011.1
490.4/ヒト/	患者さんトラブル予防・解決 Q&A	一杉 正仁／編	メジカルビュー社	2014.9
492/タ/	上手に“痛い”が言える本	田中 祐次／監修	小学館	2010.6
498.04/ウエ/	最高の医療をうけるための患者学	上野 直人／著	講談社	2006.7



### 4 患者・家族の語る物語（ナラティブ）

請求記号	書 名	著者名	出版社	出版年月
015.2/イシ/	闘病記文庫入門	石井 保志／著	日本図書館協会	2011.6
490.14/アン/	ナラティブ・アプローチ	安藤 満代／著	木星舎	2020.8
490.14/エウ/	ナラティブと医療	江口 重幸／編	金剛出版	2006.12
490.14/ナカ/	これから始める!シェアード・ディシジョンメイキング	中山 健夫／編	日本医事新報社	2017.9
490.14/ミヤ/	対話と承認のケア	宮坂 道夫／著	医学書院	2020.2
490.4/ソノ/	対話する医療	孫 大輔／著	さくら舎	2018.2
490.4/ナカ/	生老病死の医療をみつめて	中井 吉英／編著	ミネルヴァ書房	2016.6
492/サイ/	関係性の医療学	斎藤 清二／著	遠見書房	2014.6
492.9/サイ/	ナラエビ医療学入門	斎藤 清二／著	日本看護協会出版会	2014.9
493.76/ヤマ/	発達障害がある人のナラティブを聴く	山本 智子／著	ミネルヴァ書房	2016.4



## 5 診療ガイドラインは「難しい」

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
492/カ/	診療ガイドラインが教えてくれないこともある	葛西 龍樹／監修	南山堂	2016.5
492/カ/	診療ガイドライン UP-TO-DATE 2020-2021	門脇 孝／監修	メディカルレビュー社	2020.2
494.78/ナ/	PT・OT・ST のための診療ガイドライン活用法	中山 健夫／監修	医歯薬出版	2017.5



## 6 医学文献を検索してみよう

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
490.31/1カ/2020	医学中央雑誌 2020 収載誌目録	医学中央雑誌刊行会／編集	医学中央雑誌刊行会	2020.3
490.7/17/	図解 PubMed の使い方	岩下 愛／共著	日本医学図書館協会	2016.11
490.7/コシ/	PICO から始める医学文献検索のすすめ	小島原 典子／編集	南江堂	2019.2
490.7/ス7/	わかりやすい医中誌 Web 検索ガイド	諏訪部 直子／著	日本医学図書館協会	2013.10



## 7 インターネット情報

医療情報利用の手引き [日本インターネット医療協議会]

<https://www.jima.or.jp/riyoutebiki.html>

患者・家族・市民の方が医療や健康に関する情報を利用する場合のポイントがまとめられています。また、福祉・保健・医療に関する制度・施策やその取り組み状況などに関する情報が掲載されているほか、訪問リハビリテーションの提供機関等を調べることができます。



情報を探すときのポイントとは [国立がん研究センター がん情報サービス]

<https://ganjoho.jp/public/support/moshimogan/moshimogan03.html>

「がん情報を探すときの5つのポイント」、「がん情報を見極めるときの3つのポイント」等を提示しています。「情報を得ることで、知らなかったことに対する漠然とした不安が軽減することもあります。また、納得のいく決定をするにあたっても、その情報が判断材料となることがあります。」と記されています。



ヘルスリテラシー 健康を決める力 [中山和弘（聖路加国際大学 看護情報学）]

<https://www.healthliteracy.jp/>

市民・患者の皆さんがヘルスリテラシーを身につけるための支援をすることを目的として運営されているWebサイトです。保健医療で注目されているキーワードやトピックを中心に、情報のありかから探し方、活用の仕方についてわかりやすく解説しています。



e-ヘルスネット[情報提供] [厚生労働省]

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>

各分野の専門家が一般向けに健康情報をわかりやすく解説しています。健康用語を調べることもできます。



医療機能情報提供制度（医療情報ネット） [厚生労働省]

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iryuu/teikyouseido/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/teikyouseido/index.html)

静岡県の「医療ネットしずおか」等、各都道府県の医療情報ネットへのリンクが貼られています。各都道府県の医療情報ネットを確認すれば、診療科目、診療日、診療時間や対応可能な疾患治療内容等の医療機関の詳細がわかります。



静岡県健康増進課[静岡県]

<https://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-430/kenzou/>

静岡県の健康づくりの取組を

