

テーマ・ジャンルからさがす  
健康情報の本  
2020



ヘルスリテラシーを高められる!健康法、闘病記、病気情報、  
食生活など幅広い分野をカバーした健康情報本の索引。

2020年に日本で刊行された健康に関する本  
1,336冊をテーマ・ジャンル別に収録したレファレンスツール!

# テーマ・ジャンルからさがす 健康情報の本 2020

ヘルスリテラシーを高められる!健康法、闘病記、病気情報、  
食生活など幅広い分野をカバーした健康情報本の索引。  
2020年に日本で刊行された健康に関する本  
1,336冊をテーマ・ジャンル別に収録したレファレンスツール!

減塩について書かれている書籍を探している

がんの情報が得られる書籍が知りたい

在宅医療のことが書かれている書籍を探している

イラストつきの書籍が読みたい…

そんな読者の要望を叶える、「テーマ・ジャンル」から引ける健康情報本の索引。

2020年に日本で刊行された健康情報に関する本1,336冊を編纂。

● DB ジャパン編 A5・418頁 定価 25,300円 (本体 23,000円+税 10%) ISBN978-4-86140-336-1

**健** 康法や介護、食生活、病  
気やけがの情報、女性の  
健康、闘病記やエッセイなど  
2020年に国内で刊行された健康  
に関連する多彩なテーマ・ジャン  
ルから本を探せる索引。

**テ** マ・ジャンルは、「医療」  
「病気・健康トラブル・  
外傷」「症状」「健康・健康法」「技  
術・手法」「人体」「生物」「社会・  
生活・暮らし」「状況・行動・現象」  
「能力」「物質・物体・資源」「自然・  
環境」「道具・装置・機械」「人物・  
立場・職業」「場所・建物・施設・  
設備」「学問・理論」「文化・芸能・  
スポーツ」「地域情報」「作品情報」  
の19項目に大分類している。

● 事例見本

医療>検査

「病院で受ける検査がわかる本 5訂版」高木康共著;田口進共著 法研 2020年1月

「名医が教える妊活と不妊治療のすべて」藤原敏博著;高柳明音著 あさ出版 2020年2月

「臓腑ががん・胆道がん:知る治す共に生きるがん—よくわかるがん治療」神澤輝実監修;主婦の友社編 主婦の友社 2020年4月

病気・健康トラブル・外傷>糖尿病

「健康は咀嚼にあり!次世代へのメッセージ」奥村寛道著 文芸社 2020年7月

「私、ただいま透析中」鍋谷末久美著 濤標 2020年11月【闘病記】

「自力で糖尿病&高血圧を撃退!やせる無限キャベツ健康レシピ」藤田紘一郎著 宝島社 2020年1月

症状>こり>肩こり

「ツボぐりぐりストレッチ:かたまつた筋肉がゆるむ!」柴雅仁監修 ナツメ社 2020年7月

「テレワークカーズ「1分」ストレッチ」田中千哉著 秀和システム 2020年12月

「腰痛が劇的に治る運動法「おしり歩き」」竹内廣尚著 アートデイズ 2020年7月

健康・健康法>腸活

「40代からはじめる「腸活×菌活」完全マニュアル」田和瑠佳著;藤田紘一郎監修 徳間書店 2020年3月

「ゆるむ!最強のセルフメンテナンス:「腸」から始まる食事の教科書」長沼敬憲著者・イラスト サンダーアールラボ 2020年4月

「腸が変われば人生が変わる!食事と薬と健康の話」小林位郁心著 三和書籍 2020年7月

人体>体の部位、組織、器官>脳

「100歳までボケずに生き抜く朝田式「脳トレ」:認知症予防の権威が明かす」朝田隆著 大和出版 2020年10月

「その一瞬風になる」佐々木絵理著 幻冬舎メディアコンサルティング 2020年2月【闘病記】

「脳を鍛えれば、人生が変わる」加藤俊徳著 海竜社 2020年2月

社会・生活・暮らし>栄養>タンパク質

「1日1杯脳のおそうじスープ:記憶力アップ×集中力アップ×認知症予防」内野勝行著 アスコム 2020年12月

「たんぱく質量ハンドブック:痩せる!リバウンドしない!:ひと目でわかる!」上西一弘監修 日本文芸社 2020年8月

「病気の原因は栄養欠損が9割:分子栄養学を超えた抗老化健康術」清水英寿著 現代書林 2020年1月

状況・行動・現象>ケア、対策、対処>セルフケア

「365日のゆる養生:体とこころの不調をなくす」阪口珠未著 エクスナレッジ 2020年7月

● 「テーマ・ジャンルからさがすビジネス支援本 2021—仕事と働き方を考える本—」

●2022年刊 A5・602頁 定価 28,600円 (本体 26,000円+税 10%) ISBN 978-4-86140-298-2

● 「テーマ・ジャンルからさがすビジネス支援本 2021—事業の経営を考える本—」

●2022年刊 A5・606頁 定価 28,600円 (本体 26,000円+税 10%) ISBN 978-4-86140-299-9

● 「お話から考える SDGs 絵本・児童文学・紙芝居 2015-2019」

●2021年刊 A5・468頁 定価 24,200円 (本体 22,000円+税 10%) ISBN 978-4-86140-192-3

● 「テーマ・ジャンル・歴史上の人物からさがす歴史・時代小説 2021」

●2022年刊 A5・384頁 定価 25,300円 (本体 23,000円+税 10%) ISBN 978-4-86140-304-0

取扱店