

ふれんどパスファインダー

健康情報について調べる

気になる健康情報について知りたい時に、
どうやって情報にたどりつけばいいのかご案内します。

○図書館の資料検索の方法

検索画面から本を探してみましょう。

検索は iPad からアクセス可能です。

• URL は普連土学園 HP > 「在校生・保護者の方へ」 > 在校生向け図書館蔵書検索にあります。

• WebCampus の図書館ページからもアクセスできます。

蔵書検索画面の画像をクリックするとリンクを開くことができます。



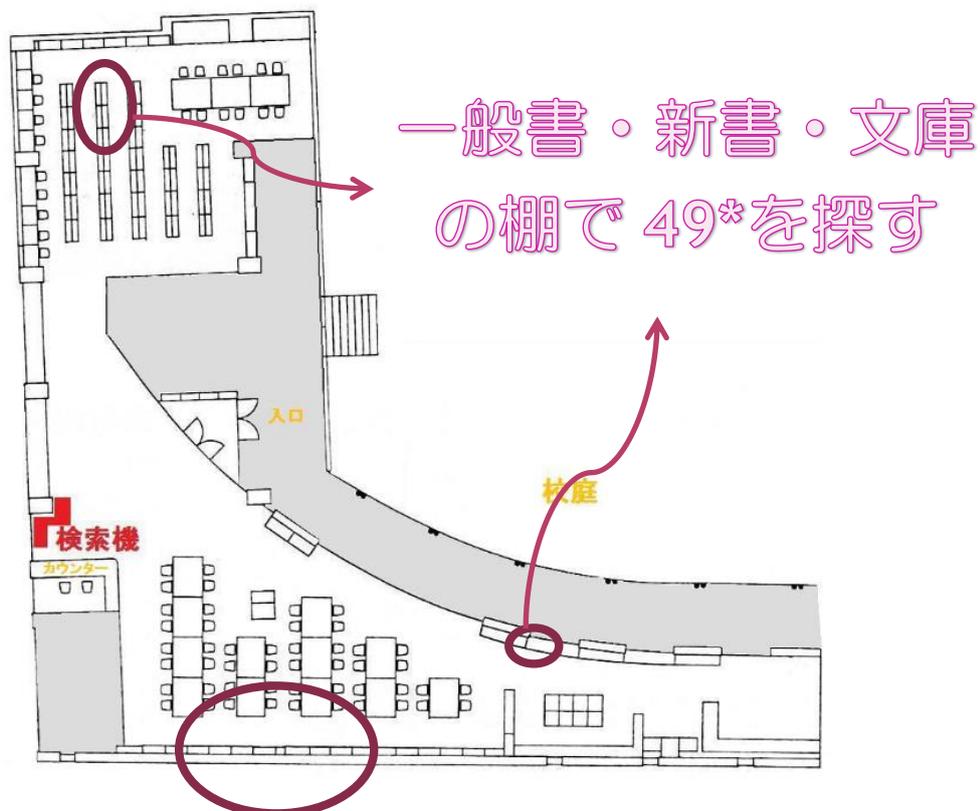
- 検索窓に知りたいキーワードを入れる
- キーワードには助詞「て・に・を・は」を入れない

○本棚に行って本棚を探す

検索しても本が出てこない場合もありますが、本棚に関係のありそうな本を実際探しに行くことも有効な手段です。

探しに行く場所：

一般書・新書・文庫コーナーの分類記号「**49***」(490-499) が付いている本を探してみましょう。



事典類は参考図書の棚にある。ここでも49*を探す。

・分類記号とは？

図書館の膨大な本を分類するための記号のこと。日本では日本十進分類法 NDC が使われることが多い。よく使う本のジャンルの分類記号を覚えておくと日本中どの図書館に行ってもお目当てのジャンルの本棚に素早くたどり着ける！

・分類記号「49*」

490～499 は医学を指す。

○関連参考図書（事典類）

『家庭医学大事典 ホームメディカ 新版』

小学館 編 小学館 2008.11

気になる症状について調べることが出来ます。
応急手当の方法、健康診断の結果の見かたと対策、症状から見る病気の判断、病気の知識と治療、家庭での介護（看護）の方法などが解説されています。

『ポプラディア情報館 人のからだ』

坂井建雄 監修 ポプラ社 2007.06

人体の仕組みを解説した事典です。6章「誕生から死まで」に女性の身体の解説があります。7章「免疫・内蔵機能の調節」にホルモンの働きの解説があります。

『小学館の図鑑 NEO 人間 いのちの歴史』

松村讓兒他 小学館 2017.11

人体の仕組みを解説した事典です。「からだの中の流れ」「大人って何？」に女性の身体に関する記述があります。

『カラダの百科事典』

日本生理人類学会 編 丸善 2010.5

人体のからだについて生理人類学からの視点でまとめた事典。人体について人の行動や文化的背景などを生物学的な視点と絡めたもの。「遺伝」「免疫」「生命力」「循環系」「感覚」「脳」「体型」「運動能力」「栄養と消化器系」「体温調節」「性」「健康」「快適性」「長寿」「適応能」の15章で構成されています。

『全部見えるスーパービジュアル 整形外科疾患』

高井真朗 監修 成美堂出版 2016.3

メディカル系の専門職向けに書かれた整形外科疾患の解説書。病気の兆候のチャートや各病気の解説がビジュアルでわかりやすく載っています。

※普連土図書館には同シリーズの「呼吸器疾患」「消化器疾患」「循環器疾患」「脳・神経疾患」が所蔵されています。

○インターネットで情報を探す

最新の情報はインターネットを使用しましょう。

インターネットの情報は不確かなものも数多くあります。健康情報などは間違った情報を信じてしまうと実害を被りますので、注意深く情報探索する必要があります。

各画像をクリックするとリンクを開くことができます。

[e-ヘルスネット](#)

厚生労働省による健康情報サイト「e-ヘルスネット」は、病気の情報や、毎日の生活習慣を改善するヒントなどを、各分野の専門家が解説しています。また、それらにかかわるわが国の健康施策、専門用語の解説なども掲載しています。まずはここにアクセス！

[公益財団法人 日本皮膚科学会](#)

公益財団法人日本皮膚科学会のHPです。「一般市民の皆様」の「皮膚科Q&A」は気になる皮膚トラブルを項目別で調べることができます。

[公益財団法人 日本整形外科学会](#)



公益財団法人 日本整形外科学会のHPです。「一般の方へ」から「症状・病気をしらべる」では気になる部位の症状について詳細な情報にアクセスすることができます。「よくある質問」では整形外科とカイロプラティックの違いなど、整形外科関連の疑問に答えています。

[厚生労働省『eJIM』](#)



厚生労働省が鍼治療やアロマセラピー等のいわゆる民間療法や代替医療について、その効果の有無にかかわらず、現時点で得られている安全性や有効性に関する情報をまとめたサイトです。以下引用「科学的根拠に基づいて作成された海外の公的機関の情報や学術論文などをもとに、文献調査委員会にて評価し掲載しています。」

近代西洋医学と相補(補完)・代替療法や伝統医学等とを組み合わせる療法を「統合医療」といい、その利用に関する情報提供をしています。

☆「情報の見極め方クイズ」はやってみる価値あり！

[国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所『「健康食品」の安全性・有効性情報』](#)



国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所の健康食品に関する情報をまとめたサイトです。さまざまな健康食品・サプリメントなどがちまたにあふれていますが、適切な使用に必要な情報が掲載されています。

知ることからはじめよう こころの情報サイト



国立精神・神経医療研究センターがまとめたサイトです。こころの健康づくりに関する情報と医学的情報、医療・福祉・労働・年金等にわたる様々な社会的支援に関する情報、国の施策に関する情報を得ることができます。

<ポイント>

○まずは e-ヘルスネット で調べてみましょう。

各学会の HP に一般市民向けページがあればよいですが、医療従事者向けの情報みのケースも多くあります。

また、学会といってもさまざまなものがあり、自分が知りたい情報がどの分野にあたるのか分からないケースも多くあります。

そのため、まずは e-ヘルスネット からスタートするのが分かりやすいと思います。

○医療情報を検索するときは「検索語 .go.jp」と入力してみましょう。

「.go.jp」とは日本政府の HP のドメイン（所属を表す）のことです。公的情報へのアクセスが大切です。