



パスファインダー (Pathfinder) は調べものの道案内です。答えに続く道は1本とは限りません。図書館のさまざまな資料を通じて先へ進むお手伝いをします。

医療・健康情報を調べる

<何を使って調べるか？>

- 1 図書で調べる 図書は、同じジャンルの新旧の情報が得られることや多様な著者の意見を入手できることから、必要な情報を多角的に入手することができます。情報の速報性や更新頻度については弱い面があります。
- 2 雑誌で調べる 雑誌は、情報の専門性・話題性に富んだ情報源です。定期的に刊行されるので情報更新の頻度が高いことも特徴です。図書館では保存年限があるため、古い情報の入手が困難なこともあります。
- 3 インターネットで調べる インターネットは、情報の速報性が高く、専門サイトなどから細分化された情報を得ることができます。ただし、情報の正確性（誰でも情報を掲載できる）と情報の保存性・反復性（突然のサイト閉鎖、ページの修正・削除）には注意が必要です。
- 4 その他

図書館の本は内容によって分類番号をつけ、本棚に分類番号順に並べています。調べたい分野の本が並んでいる棚を探して必要な本にたどり着けます。また、資料検索端末(OPAC)を使って、書名やキーワードなどから図書館の本を検索できます。書庫や他館の資料はカウンターにおたずねください。

キーワード	分類	キーワード	分類
医学全般、患者心理、体の仕組み	490 医学 491 基礎医学	手術、がん治療、泌尿器の病気、リハビリ	494 外科学
検査・健診結果、治療法	492 臨床医学. 診断・治療	女性の病気、不妊、出生前診断	495 婦人科学. 産科学
糖尿病、アレルギー、貧血	493.1 全身病. 一般的疾患	白内障、緑内障、鼻炎、喉の痛み	496 眼科学. 耳鼻咽喉科学
心臓病、血圧	493.2 循環器疾患	デンタルケア、歯周病、顎関節症	497 歯科学
咳、ぜんそく、肺がん、風邪	493.3 呼吸器疾患	ヨガ、不眠症	498.3 個人衛生. 健康法
大腸、胃、肝臓、膵臓、食道、甲状腺	493.4 消化器疾患	健康食品、食事療法、サプリメント	498.5 食品. 栄養
腰痛、首、肩、ひざの痛み	493.6 運動器疾患	メンタルヘルス、アスベスト	498.8 労働衛生. 産業衛生
脳の病気、心の病、認知症	493.7 神経科学. 精神医学	薬に関すること、漢方	499 薬学
インフルエンザ、予防接種	493.8 感染症. 伝染病学	家庭の医学、妊娠・出産、救急法	598 家庭衛生
子どもの病気、乳幼児健診	493.9 小児科学	闘病記	916 記録. 手記. レポート ージュ



1 図書で調べる

書名（出版社／出版年／背ラベル） ☆資料の内容	所蔵館			
	中央	東部	五日市	増戸
南山堂医学大辞典（南山堂／2015／R490-ナ） ☆医学を中心に関連諸領域から選出した見出し語約40,000語を収載。	●			●
検査結果なんでも早わかり事典（主婦の友社／2018／492-コ） ☆臓器別、器官別の検査法と基準値を解説。	●		●	●
今日の治療指針 2025（医学書院／2025／492-コ） ☆各科の疾患に対する最新の治療法をその道の専門家が執筆した治療年鑑。	●			
病気がみえる シリーズ（メディックメディア／2010～／492-ヒ） ☆病態生理から検査・治療まで、ビジュアル資料豊富なテキスト。	●			
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／2017～／493.1-トほか） ☆医師が患者に病気や治療の説明をする際の資料となる本。	●			
難病事典（学研メディカル秀潤社／2015／R493.1-ナ） ☆難病看護の実践に役立つ、病態の理解の基盤となる事典。	●		●	
最新治療データで探す名医のいる病院 2024 総合版（医療新聞社／2024／498.1-サ） ☆29の疾患及び治療法について、全国の医療機関の手術・治療実績を北海道～九州・沖縄の各地域でのランキングで掲載。		●		
手術数でわかるいい病院 2024 永久保存版（朝日新聞出版／2024／498.1-シ） ☆31種類の治療法を取り上げ、手術数が多い上位病院をランキング形式で掲載。		●		
日経実力病院調査（日本経済新聞出版社／2015／498.1-ニ） ☆診療実績・運営体制・施設体制の3つの指標で測った日本の実力病院を、がん、心臓弁膜症等の疾患別に掲載。	●			
病院の実力 2024 総合編（読売新聞東京本社／2024／498.1-ヒ） ☆最新の医療情報をまとめる。5157病院のデータを掲載。		●		
食品でひく機能性成分の事典 からだにいいってホント？（中村宜督／女子栄養大学出版部／2022／498.5-ナ） ☆機能性成分の性質や有効性について解説する。食品と関係の深い小説や映画も紹介。		●		
人間ドック完全ガイド（晋遊舎／2016／498.8-ニ） ☆「基礎検診」「がん対策」「脳卒中&心筋梗塞対策」の3段階にわけて、人間ドックの活用法を解説する。	●			
お薬事典 2026-27年版（ユーキャン学び出版 自由国民社／2025／499-コ） ☆病院でもらえる内服薬の写真、効能効果、値段、重大な副作用などを掲載。	●		●	●
今日の治療薬 2025 解説と便覧（南江堂／2025／499-コ） ☆薬剤の特徴、使い方、薬物療法の最新エビデンスなどを掲載。	●			
家庭の医学（主婦の友社／2020／598-カ） ☆さまざまな病気の原因・症状・治療法などを解説。応急手当も収録。		●		
病気がわかる事典 家庭の医学 最新の医学知識がひと目でわかる安心ホームドクター（成美堂出版／2021／598-ヒ） ☆病気の原因、症状、治療法と応急手当の手順を掲載。	●	●		



2 雑誌で調べる

書名／出版社 ☆資料の内容	刊行種別	所蔵館			
		中央	東部	五日市	増戸
きょうの健康／NHK出版 ☆日々の健康づくりに役立つ情報や最新情報を掲載。	月刊	●	●		
健康／主婦の友社 ☆さまざまな生活習慣病や美容・ダイエット情報を掲載。	季刊	●			
健康365／エイチアンドアイ ☆健康法を紹介。	月刊		●		
安心／ブティック社 ☆健康ニーズに密着した情報を紹介。	隔月刊	●			●
壮快／ブティック社 ☆健康増進法の実益情報を紹介。	隔月刊		●		
日経ヘルス／日経BP社 ☆健康づくりに役立つ情報や実用情報を掲載。	季刊	●			
からだにいいこと／セントラルメディエンス コミュニケーションズ ☆30～50代の女性向けの情報を掲載。	隔月刊	●			
Tarzan／マガジンハウス ☆スポーツ、フィットネス、ダイエットなどの情報を掲載。	月2	●	●		
栄養と料理／女子栄養大学出版部 ☆健康と料理に関する情報を掲載。	月刊			●	



3 インターネットで調べる

○厚生労働省 健康医療

<https://www.mhlw.go.jp/index.html>

⇒健康、医療、食品、医療保険など。

○都立図書館

https://www.library.metro.tokyo.jp/search/research_guide/health_medical/index.html

⇒健康・医療情報サービス。

○がん情報サービス

<https://ganjoho.jp/public/index.html>

⇒国立がん研究センターのがんに関する情報サイト。

○東京都アレルギー情報 navi.

<https://www.hokeniryol.metro.tokyo.lg.jp/allergy/>

⇒アレルギーに関する情報。

○東京都健康安全センター

<https://www.tmiph.metro.tokyo.lg.jp/>

⇒薬の豆知識、健康食品情報など。

○日本患者会情報センター

<https://www.kanjyakai.net/>

⇒全国の患者団体の情報サイト。



4 その他

・DVD

書名／出版社	請求記号	所蔵館
ストップ！食中毒／NHKエンタープライズ	VD374-ス	中央のみ
ドクターズ・アイ医者がすすめる専門医 シリーズ／ビーエス・アイ	VD490-ト	
ひとりでも出来る手・足のツボ シリーズ／インター・アート・コミッティーズ	VD492-ヒ	
認知症 シリーズ／NHKエンタープライズ	VD493-ニ	
5色健康法 シリーズ／G Pミュージアムソフト	VD498-コ	
全国共通防災感染症対策 シリーズ／十影堂エンターテイメント	VD498-セ	
ためしてガッテン シリーズ／ポニーキャニオン	VD498-タ	
妊娠中の健康手引き 元気に出産！／K - e s s e n c e	VD498-ニ	
病気にならない体づくり コア・トレーニング／ツイン	VD498-ヒ	
子育てれば からだ編／ポニーキャニオン	VD599-コ	
これが正しいラジオ体操／NHKエンタープライズ	VD781-コ	
脱！運動不足 1日5分間エクササイズ／NHK E P	VD781-タ	
B e a u t y 太極拳 シリーズ／千代田ラフト	VD789-ヒ	

・CD

書名／出版社	請求記号	所蔵館
NHKラジオ体操第1・第2 郵便省簡易保険局・NHK制定／東芝EMI	B5-エヌ	東 部
音響療法による快眠／バンダイ・ミュージックエンタテインメント	B5-オン	五日市
更年期のストレスをやわらげる／東芝EMI	B5-コ	五日市
最新・健康モーツァルト音楽療法 シリーズ／ユニバーサルミュージック	B5-サイ	東 部
胎教にいいクラシック／エイベックス	B5-タイ	東 部
ヨガ音楽ー心と体を健康に導くーベスト／King Record	B5-ヨカ	東 部
ラジオ体操ベスト 決定版／King Record	G9-ラシ	五日市
疲れてるあなたへ やさしい癒しのクラシック／日本コロムビア	R10-ツカ	五日市

・類縁機関

○あきる野市役所 健康課

https://www.city.akiruno.tokyo.jp/soshiki/5-6-0-0-0_2.html

⇒あきる野市内の健康・医療についての情報。

○東京都保健医療局

<https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/>

⇒東京都の健康・医療についての情報。



※利用上の注意

資料、情報の提供のみを行うものです。特定の治療法をおすすめするものではありません。

記載している資料は作成時の所蔵のため、より新しい版が刊行されている場合もあります。