

闘病記

『ママがもうこの世界にいらなくても』

(916 エント 1-60) 遠藤 和／著 小学館



21歳で大腸がん
ステージ4宣告。
過酷な状況でも結
婚、出産と前向き
に生きた女性の日
記。

『更年期障害だと思ったら

重病だった話』(916 ムライ 6-12)

村井 理子／著 中央公論新社



ある日、体調を崩
して緊急入院が決
定。「心臓弁膜症」
と診断された著者
が綴る闘病記。

他にもこんな本があります

『女性のコレステロール・中性脂肪を改善する本』(493.2 ヴ)

植田 勝廣／監修 造事務所／編著

『生理CAMP』(495.13 セ) 工藤 里紗／監修 上田 惣子／漫画

『月経前症候群PMS正しい知識をもつために』(495.13 タ) 武谷 雄二／著

『相談しにくいちつとカラダの話』(495 ヴ) 森田 敦子／監修 太田 博明／医療監修

『産婦人科医が教える！妊娠・出産と女性特有の不調・病気がわかる本』(495 ヤ)

安田 師仁／著

『悩んでいませんか？女性の頻尿・尿もれ』(495.47 ナ) 巴 ひかる／監修

『女性ホルモンが整うオトナ女子の睡眠ノート』(498.36 ツ) 坪田 聡／著

『産後ケア完全理解読本』(498.7 サ) 福島 富士子／監修

雑誌もあります

「きょうの健康」 2022年5月号 女性のがん

「暮しの手帖」 2022年6・7月号

からだと病気のABC うまく乗り切りたい女性の更年期

「日経ウーマン」 2022年1月号

乳がんを経験したFPがアドバイス

「がん」になったとき必要なお金と備え

女性の健康を考える

～女性の病気・がん・予防に関する本～

◆ご紹介している資料は、帯広市図書館で
所蔵している資料の一部です◆

- ★貸出中の本は予約することができます。
- ★当館で所蔵していない資料は、他館から借用することもできます。(帯広市内在住、通学、通勤されている方に限ります。)
- ★その他、不明な点がありましたらカウンターでおたずねください。

からだ♪ナビ 健康・医療情報コーナー

健康や医療に関する資料を揃えています。

どうぞご利用ください♪♪♪

(図書館2階)



帯 広 市 図 書 館

〒080-0012 帯広市西2条南14丁目3番地1

TEL : (0155) 22-4700 FAX : (0155) 22-4701

E-mail : tosy@lib-obihiro.jp

URL : <https://www.lib-obihiro.jp/>

がん・予防について

『がんの？に答える本』(494.5 か)

日本対がん協会／監修 学研プラス



がんの検査や治療費など、「がん相談ホットライン」に寄せられた様々な質問に分かりやすく答えた1冊。

『はじめての放射線治療

その疑問に答えます』(494.54 サ)

笹井 啓資／著 ログイカ書房



がんの3大治療のひとつと言われる放射線治療。基本的な効果や最新の治療法などを紹介。

『親子で考える「子宮頸がん」と「女性のカラダ」』(495 オ)

太田 寛／著 日東書院本社



予防のできる癌といわれている子宮頸がん。正しい知識を身につけて、親子で一緒に考える1冊。

『乳がん病後のケアと食事』

(495.46 ニ) 佐伯 俊昭／監修 法研



乳がんの治療法や副作用、また再発・悪化を防ぐレシピなども紹介。3人の患者による体験記も収録。

『患者さんのための大腸癌治療ガイドライン』(493.46 か) 大腸癌研究会／編

『あきらめてはいけない肝臓の「がん」の話』(493.47 シ) 進藤 潤一／著

『がんと向き合うために大切なこと』(494.5 か) 加藤 隆佑／著

『まず知っておきたい！がん治療のお金, 医療サービス事典』(494.5 ヤ)

山崎 知子／編集

『乳がんの本』(495.46 タ) 高橋 かおる／著

心・からだの不調について

『わたしのココロにしてあげたいこと。』

(493.79 ア) 福永 伴子／監修

朝日新聞出版／編著 朝日新聞出版



大人女子が抱える生きづらさ。悩み別にココロのバランスを整えるアドバイスが満載。

『不調を知らせるカラダサイン図鑑』

(495 ク) 工藤 孝文／著

工藤 あき／執筆協力 WAVE出版



体の不調サインを部位別に紹介。原因やセルフケアのヒント、気をつけるべき症状を教える。

『女性のからだの不調の治し方』

(495 ジ) 関口 由紀／監修 徳間書店



女性が悩まされる病気やからだの不調を更年期の前後に分け、原因や対処法を紹介。

『もし親友が婦人科医で、何でも聞けるとしたら？』(495 テ) シーラ・デ・リス／著

鈴木ファストアーベント理恵／訳 サンマーク出版



婦人科医である著者が相談にくい女性の体の悩みについて、親しみやすい言葉で説明。

『更年期の処方箋』(493.18 マ) 松峯 寿美／著

『更年期ホルモンの変調を感じたら読む本』(493.18 モ) 森 裕紀子／著

『オトナ女子をラクにする心とからだの本』(495 タ) 高尾 美穂／著

『からだとところを整える』(495 タ) 田中 のり子／編著

『オトナ女子の自律神経セルフケア大全』(495 マ) 松井 真一郎／著

『女性の「なんとなく不調」に効く食薬事典』(498.58 オ) 大久保 愛／著

