

「**きょうの健康**」 <http://www.nhk.or.jp/kenko/> （テキストが市販されています）
NHK教育テレビ（月）～（木）午後8：30～8：45
 （再放送）翌週（月）～（木）午後1：35～1：50
 「**先どり きょうの健康**」 **NHK総合テレビ**（金）午前10：40～10：55
 （再放送）（土）午前4：15～4：30
 （翌週の月～木の4本の放送のうち1本が放送されます。）

金・土	月	火	水	木
11/20・21	11/23	11/24	11/25	11/26
先どり	メディカルジャーナル	おいしく食べる！ 摂食えん下障害対策	これって月経異常？	運動で健康
月経異常	補助人工心臓 最前線			太極拳で足腰を鍛えよう
11/27・28	11/30	1	2	3
先どり	あなたの目、大丈夫？			
目の働き	目の働きは？	眼精疲労対策	緑内障対策	白内障対策
4・5	7	8	9	10
先どり	骨を強くしよう			
骨	骨粗しょう症とは？	検査と薬	骨太運動と転倒予防	骨太食事術
11・12	14	15	16	17
先どり	ストレスと腹痛・下痢・便秘			食で健康
過敏性腸症候群	過敏性腸症候群とは？	過敏性腸症候群の治療	冬の皮膚の乾燥対策	冬野菜たっぷり常備菜
18・19	21	22	23	24
先どり	(アンコール) しっかり治そう アトピー性皮膚炎		(アンコール) 慢性副鼻腔炎	
アトピー性皮膚炎	皮膚バリアを強くする	ステロイドの疑問解決	3つのタイプ	3つの治療法
25・26	28	29	30	
先どり	(アンコール) 全身が痛い！ 線維筋痛症	(アンコール) 早めに対処 帯状疱疹	(アンコール) 口臭が 気になるとき	
不整脈				

チョイス@病気になったとき

NHK教育テレビ 毎週土曜日 午後8：00～8：44
 （再放送）翌週金曜日 午後0：00～0：44

- 11/21 家で最期を迎えたいとき
- 11/28 あなどれない扁桃炎
- 12/5 痔の悩み
- 12/12 まとめスペシャル 解決！耳と鼻のトラブル
- 12/19 (アンコール) どう対処？ 前立腺がん
- 12/26