

「**きょうの健康**」（テキストが市販されています） <http://www.nhk.or.jp/kenko/>  
**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
12/16・17	12/19	12/20	12/21	12/22
<b>先どり</b>	<b>知っていますか？ 統合失調症</b>		ネット依存から 子どもを守る	メディカルジャーナル
統合失調症	見逃さないで！ 早期発見のポイント	これが肝心！ 薬とりハビリ		がんサバイバーを 支える
12/24	12/26	12/27	12/28	12/29
<b>先どり</b>	<b>（アンコール）肩こり・肩の痛みを解消！</b>			
肩こり・ 肩の痛み	肩はデリケート	予防と治療	五十肩と腱板断裂	変形性肩関節症と 人工関節
			4	5
			<b>（アンコール）食物繊維のスーパーパワー</b>	
			野菜・果物そして〇〇	上手にとるコツ
6・7	9	10	11	12
<b>先どり</b>	<b>不整脈 最新情報</b>			
不整脈	不整脈のタイプ	期外収縮と徐脈	心房細動の治療	心室細動の治療
13・14	16	17	18	19
<b>先どり</b>	<b>大腸がん 徹底解説</b>			
大腸がん	早期発見	内視鏡治療	手術	抗がん剤
20・21	23	24	25	26
<b>先どり</b>	花粉症 最新対策	つらい胸やけ 胃食道逆流症	線維筋痛症 全身の痛み	メディカルジャーナル
花粉症				すい臓がんを食い止める
27・28	30	31	1	2
<b>先どり</b>	<b>（アンコール）うつ病 徹底解説</b>			
うつ病	サインに気づく	違う病気？	薬は合っている？	認知行動療法とは

**チヨイス@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

- 12/17 まとめスペシャル “解消！イライラ&疲れ”
- 12/24 まとめスペシャル “眼の疲れ&緑内障”
- 1/7 高齢者は要注意！ 肺炎
- 1/14 徹底対策！ 感染性胃腸炎
- 1/21 冬の家に潜む危険
- 1/28 まとめスペシャル “肺がん・肺炎の対策”

**ガッテン（NHK総合テレビ 毎週水曜午後7時半）**