

きょうの健康（テキストが発売されています） <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～午後1：50

先どり きょうの健康（翌週放送の4本のうちの1本が放送されます）

金・土	月	火	水	木
12/15・16	12/18	12/19	12/20	12/21
先どり	気になる鼻づまり		味覚障害 徹底解説	その”朝寝坊”原因は 起立性調節障害！？
慢性副鼻腔炎	慢性副鼻腔炎のタイプ	慢性副鼻腔炎の治療		
12/22・23	12/25	12/26	12/27	12/28
先どり	（アンコール）これを見れば下げたくなる！ 高血圧			
高血圧	高いとなぜ悪い？	どれが本当の血圧？	まずは減塩！	薬と二次性高血圧
12/29・30	1	2	3	4
先どり	(休止)			体操で健康 ヨガ
(休止)				
5・6	8	9	10	11
先どり	50周年特別シリーズ あの人の健康法			
三浦雄一郎	三浦雄一郎	鈴木登紀子	安藤忠雄	日野原重明
12・13	15	16	17	18
先どり	命を守る！ 肺炎 最新情報			
肺炎	かぜと区別し 早期発見	高齢者に多い 誤嚥性肺炎	子どもや若者に多い マイコプラズマ肺炎	羽毛・カビに注意！ アレルギー性の肺炎
19・20	22	23	24	25
先どり	大腸がん 徹底解説			
早期発見	早期発見	内視鏡治療	手術と抗がん剤	予防する生活
26・27	29	30	31	2/1
先どり	（アンコール）防げ！ 認知症 最新情報			
予備群を知ろう	予備群を知ろう	サインを見逃すな	発症をくいとめる対策	悪化をくいとめる対策

チョイス@病気になったとき

NHK教育テレビ（土）午後8：00～8：44

再放送 翌週（金）午後0：00～0：44

12/23	アンコール 冬の家に潜む危険
12/30	アンコール なんとかしたい 頻尿&尿もれ
1/6	知っておきたい 不整脈
1/13	進行胃がんの最新情報
1/20	アンコール 徹底対策 大人のぜんそく
1/27	まとめスペシャル そこが知りたい 胃がん

ガッテン NHK総合テレビ（水）午後7：30～