

**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

**1月第1週は休みです**

（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）

NHK総合テレビ（金）午前10：40～10：55（再放送）（土）午前4：15～4：3

金・土	月	火	水	木
12/14・15	12/17	12/18	12/19	12/20
<b>先どり</b>	<b>気づかず進行！肺の病気「COPD」</b>		メディカルジャーナル	餅だけじゃない！ 窒息の予防と応急処置
COPD	あなたもまさか!?	治療と対策	まったなし！働き方改革で 労働者の健康を守る	
12/21・22	12/24	12/25	12/26	12/27
<b>先どり</b>	<b>（アンコール）リアルに知る！認知症</b>			
認知症	本人の声を聴こう	BPSDとは？	BPSDは改善できる！	ケア選びのポイント
4・5	7	8	9	10
<b>先どり</b>	<b>最新医学で迫る！肥満改善の秘策</b>			
太る原因	徹底追跡！太る原因	肥満は万病のもと	私ダイエット した方がよい？	実践！ 健康ダイエット
11・12	14	15	16	17
<b>先どり</b>	<b>関節リウマチ 最新情報</b>			
関節リウマチ	症状に早く気づく	進歩した薬の治療	手術を検討するとき	リハビリ 継続の工夫
18・19	21	22	23	24
<b>先どり</b>	<b>あきらめない！不妊の悩み</b>		花粉症治療の ギモンを解消！	（アンコール） これが肝心！ 禁煙のコツ
不妊の悩み	加齢の影響と対策	夫婦で取り組む 不妊治療		
25・26	28	29	30	31
<b>先どり</b>	<b>（アンコール）あなたの腰痛 改善の決め手</b>			
腰痛	腰痛のタイプ	腰部脊柱管狭窄	腰部脊柱管狭窄と 末梢動脈疾患	慢性腰痛

**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

- 12/22 まとめスペシャル お酒好きはご用心！ 肝臓・すい臓の病気
- 12/29 （アンコール）早期発見！ 狭心症
- 1/5 （アンコール）心筋梗塞から命を守る
- 1/12 あなどれない心臓弁膜症
- 1/19 急増！ 潰瘍性大腸炎・クローン病
- 1/26 花粉症対策 最新情報

**ガッテン** NHK総合テレビ（水）午後7：30～