

**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）  
 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
2/15・16	2/18	2/19	2/20	2/21
<b>先どり</b>	<b>誰にも聞けない「痔」の悩み</b>		しっかり食べて がん治療	(アンコール) 体験談から学べ！ 痛風徹底予防
いぼ痔	解決！「いぼ痔」	解決！ 「切れ痔」と「痔ろう」		
2/22・23	2/25	2/26	2/27	2/28
<b>先どり</b>	<b>(アンコール) 肝炎 進歩する治療</b>			
C型肝炎	C型肝炎 抗ウイルス薬最新情報	B型肝炎 肝がんへの進行を防ぐ	脂肪肝 生活改善のコツ	非アルコール性脂肪肝 中性脂肪を減らせ
1・2	4	5	6	7
<b>先どり</b>	<b>簡単チェック！ 手のしびれ・痛みの原因</b>			
手のしびれ	親指から薬指にかけて 「しびれる！」	小指が 「しびれる！」	親指を動かすと ピリッと痛む	指にとげが?? 「関節」の痛みや変形
8・9	11	12	13	14
<b>先どり</b>	<b>そのめまい 耳のトラブル!?</b>			あの人の健康法 内田春菊（予定）
メニエール病	まさか？メニエール病	気になる「短いめまい」	激しいめまい！	
15・16	18	19	20	21
<b>先どり</b>	<b>すっきり解消！ 睡眠の悩み</b>			
睡眠負債	返上！「睡眠負債」	習慣を変えて 不眠を改善	あなたも予備群？ 睡眠時無呼吸症候群	不快！ むずむず脚症候群
22・23	25	26	27	28
<b>先どり</b>	<b>(アンコール) 万病のもと！ 糖尿病徹底対策</b>			
糖尿病	これが原因！	怖い！合併症	要注意！低血糖	食事と運動

**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

- 2/16 (アンコール) 花粉症対策 最新情報
- 2/23 あなたの肺に忍び寄るCOPD
- 3/2 知っておきたい心筋症
- 3/9 男性の尿の悩み 前立腺肥大症
- 3/16 なんとかしたい！ 口内炎
- 3/23 まとめスペシャル あなたの心臓大丈夫？ 弁膜症&心筋症
- 3/30 まとめスペシャル よくわかる 乳がん治療最新情報

**ガッテン** NHK総合テレビ（水）午後7：30～