

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4：15～4：30

金・土	月	火	水	木
10/18・19	10/21	10/22	10/23	10/24
先どり	（アンコール）”心の不調”の処方箋			
適応障害	これって 適応障害？	パニック症！ 突然の恐怖 どう対処？	人が怖い 社交不安症	親子で対策！ 子どものうつ
10/25・26	10/28	10/29	10/30	10/31
先どり	発達障害 あなたの疑問に答えます！			あの人の健康法
注意欠如 ・多動症	大人の注意欠如・ 多動症（ADHD）	大人の自閉スペクトラム症 (ASD)	子どもから大人まで 発達障害Q&A	市川 拓司 (作家)
1・2	4	5	6	7
先どり	総チェック！ 肝臓の病気			
肝機能 大丈夫？	肝機能 大丈夫？	ウイルス性肝炎 最新事情	要注意！ 脂肪肝	進歩する 肝臓がん治療
8・9	11	12	13	14
先どり	（アンコール）チェック！ 歯と口の健康			
入れ歯	入れ歯が 合わないとき	歯並びは大丈夫？ 歯列矯正	顎関節症の セルフケア	歯の悩み Q&A
15・16	18	19	20	21
先どり	つらい頭痛 これで予防！		インフルエンザ	あの人の健康法
片頭痛	片頭痛	緊張型頭痛	注意情報	(未定)
22・23	25	26	27	28
先どり	食欲の秋！ 食と健康スペシャル			
糖質	「糖質」って どうなの？	アブラの疑問 大解決	飲酒にひそむ危険	おいしく味わえてる？

## 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

10/19 （アンコール）放っておけない腎臓病

10/26 （休止）

11/2 糖尿病と言わいたら（1）基礎知識編

11/9 コレステロール・中性脂肪の新常識

11/16 選 血尿が出たとき

11/23 膀胱がん 治療のチョイス

11/30 選 高血圧と言わいたら～生活改善編～

ガッテン NHK総合テレビ（水）午後7：30～