

菊池内科広報誌（番組表） 2019（令和元）年12月号

**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
11/15・16	11/18	11/19	11/20	11/21
<b>先どり</b>	<b>つらい頭痛 これですべて予防！</b>		インフルエンザ 注意情報	あの人の健康法
片頭痛	片頭痛	緊張型頭痛		磯野 貴理子
11/22・23	11/25	11/26	11/27	11/28
<b>先どり</b>	<b>食欲の秋！ 食と健康スペシャル</b>			
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	おいしく味わえる？
11/29・30	2	3	4	5
<b>先どり</b>	<b>健康は血管から！ 動脈硬化の最新攻略法</b>			
動脈硬化	あなたの血管 大丈夫？	脂質異常症を 食い止める	タイプ別 効果的な生活改善	早く気づいて！ 家族性の場合
6・7	9	10	11	12
<b>先どり</b>	<b>油断大敵！ じんましん</b>		<b>今すぐ対策 骨粗しょう症</b>	
じんましん	そのかゆみ 放置厳禁	治療はどうする？	ビタミンDと 骨の深い関係	骨太生活のススメ
13・14	16	17	18	19
<b>先どり</b>	<b>(アンコール) 心不全！ 爆発的拡大に備えろ</b>			
心不全	知られざる心不全	心不全は予防できる！	命を守る治療法	緩和ケア
20・21	23	24	25	26
<b>先どり</b>	<b>冬休み特集 お悩み解決！ みんなの保健室</b>			
生理痛	何とかなる？ つらい生理痛	私って臭くない？	突然、息が苦しい！	食べられない・ 食べるのをやめられない
27・28（先どり）・30（アンコール）あの人の健康法 矢方美紀（元SKE48）				

**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

- 11/23 膀胱がん 治療のチョイス
- 11/30 選 高血圧と言われたら～生活改善編～
- 12/7 顎関節症 治療のチョイス
- 12/14 糖尿病と言われたら（2）合併症対策編
- 12/21 選 歯科最新情報（1）歯を失ったとき
- 12/28 選 歯科最新情報（2）歯を守るには

**ガッテン** NHK総合テレビ（水）午後7：30～