

健康 Life Vol.41

宮崎市立図書館 健康・医療情報コーナー

令和5年7月～10月 からだの中から“からだ”を守る ～血液・婦人科系がん～

健康・医療情報コーナーでは、健康に関する資料や闘病記、寄贈雑誌などを紹介しています。

日々の健康について考えるための参考としてお役立てください。



書名:『ウルトラ図解血液がん』
監修:神田 善伸 出版社:法研
出版年:2020.2 請求記号:493.1/ウ(2階)

白血病・悪性リンパ腫・多発性骨髄腫など血液のがんについて、血液の働きとは?という基本的な知識から、最新の治療法まで詳しく解説。血液のがんについての理解を深めることができそうです。

書名:『いつか、未来で』
著者:にゅーいん 出版社:主婦と生活社
出版年:2022.9 請求記号:916/二(1階読書のすすめ)



入院生活トータル10年。5歳で白血病を発病し、その後、治療を続けながら自身の闘病生活について YouTube で発信する24歳の著者。後遺症や副作用と闘いながらも前向きに生きる姿に勇気をもらえる一冊です。



書名:『乳がん 自分に合った治療を選ぶために』
著者:山内 英子 出版社:主婦の友社
出版年:2020.11 請求記号 495.4/ヤ(2階)

生涯のうち「乳がん」になる女性は、9人に1人といわれているそうです。本書では、がんの特徴や治療法、治療中の生活を送る上でのポイント等が、イラストや画像を使い分かりやすく解説されています。

書名:『もしすべてのことに意味があるなら』
著者:鈴木 美穂 出版社:ダイヤモンド社
出版年:2019.02 請求記号:◎/916/ス(1階闘病体験記コーナー)



24歳で「乳がん」を宣告された著者が綴る、大切な人達に支えられながら病を克服した、約10年間の記録です。

「健康な体で、安心した日々を過ごせるありがたさ」を、改めて感じる一冊です。

医療情報+α

「発達障害」に関すること

書名:『発達障害の悩みに答える一問一答』
著者:宮尾 益知 出版社:河出書房新社
出版年:2020.12 請求記号 493.7/ミ(1階健康情報コーナー)

幼児期から成人後までの発達障害にまつわる悩みや疑問に、発達クリニック院長である著者が一問一答形式で答えています。

誰に相談すればよいのか分からない、そんな悩みや疑問の答えが見つかるかもしれません。



書名:『生きてるだけで、疲労困憊。』
著者:rei 出版社:KADOKAWA
出版年:2021.7 請求記号:916/レ(1階健康情報コーナー)

自閉スペクトラム症と注意欠如・多動性障害をもつ著者。言葉を発することができなかった幼少期から、会社員として働く現在まで、生きづらさを抱えながらどのように歩んできたのかを綴った体験記です。



寄贈雑誌

『がん相談支援センターにご相談ください』
発行:国立がん研究センターがん情報サービス

がんの相談窓口「がん相談支援センター」の紹介や、実際に窓口でよくある相談などが掲載されています。もしもの時の強い味方となる冊子です。地域のがん相談支援センターの探し方も載っています。



健康・医療情報コーナー内の「がん情報コーナー」では、がんに関する各種冊子を配布しています。がんについて悩んだときは、ぜひご利用ください。

図書館が、特定の治療法をおすすめすることはありません。
また、治療法や治療方針など医療上のアドバイスはいたしません。
ご自身の症状などは、医師に相談することをおすすめします。



宮崎市立図書館 0985-52-7100