

# 健康 Life Vol.43

## 宮崎市立図書館 健康・医療情報コーナー

### 令和6年3月～6月 からだの中から“からだ”を守る ～こころ・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:『図解 やさしくわかる強迫症』  
著者・監修:原井宏明 著者:岡嶋美代 出版社:ナツメ社  
出版年:2022.1 請求記号:493.7/ハ(2階)

強迫症とは、頭から離れない考えを打ち消すために行ってしまう強迫行為が、生活に支障をきたしてしまう状態のことです。

この本では様々な症状とその体験談、自分でできる行動療法プログラムが紹介されています。

書名:『恋から始まったビョーキ』  
著者:松居沙夜 出版社:新潮社  
出版年:2016.6 請求記号:①/916/マ(1階闘病体験記コーナー)

恋愛をきっかけに強迫症を発症。周りの人も巻き込むこの病気の恐ろしさや付き合い方を綴った闘病エッセイ。

当事者だけでなく、その家族や身近な人にとっても強迫症をより深く知ることが出来る一冊です。



書名:『名医が答える! 大腸がん治療大全』  
監修:高橋慶一 出版社:講談社  
出版年:2023.1 請求記号 493.4 /ダ(1階健康情報コーナー)

男女ともに、部位別罹患数で第2位のがんが大腸がんです。本書では、治療法や手術後の生活のことなど大腸がんに関する様々な疑問に、専門医である著者がQ&A方式で答えています。

書名:『ママがもうこの世界にいなくても』  
著者:遠藤和 出版社:小学館  
出版年:2021.12 請求記号:916/エ(1階)

21歳で大腸がんステージ4と診断されながらも、22歳で結婚、23歳で出産した遠藤和さん。

最愛の家族とともに、最期まで病と闘った彼女の日々が綴られています。



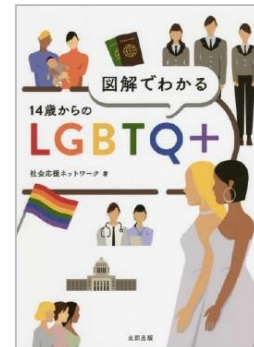
# 医療情報+α

## 「性」に関すること

書名:『図解でわかる 14 歳からの LGBTQ+』  
著者:社会応援ネットワーク 出版社:太田出版  
出版年:2021.9 請求記号 367.9/ズ(2 階青少年コーナー)

持続可能な開発目標(SDGs)では、目標 5「ジェンダーの平等を実現しよう」と掲げられています。

本書では、LGBTQ+に関する疑問が、32 個の質問に整理され Q&A 形式で分かりやすく解説されています。



書名:『元女子高生、パパになる』  
著者:杉山文野 出版社:文藝春秋  
出版年:2020.11 請求記号:916/ス(1 階健康情報コーナー)

友人から精子提供を受けたパートナーの出産によりパパになった著者。困難を乗り越え幸せを手に入れた著者の生き方に、自分が自分らしく生きるためには何が大切なのかを考えさせられます。



## 寄贈雑誌

『肺がん』

発行:国立がん研究センターがん情報サービス

肺がんは 4 種類あり、腺がんが最も多いという特徴があります。また、治療法は小細胞がんとそれ以外のがんでは大きく異なります。この冊子では、病院の受診から治療法、治療後の経過観察まで紹介されています。



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