

24. 健康管理 (1)

双眼鏡マークの検索機能を利用すると便利です。

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

New

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 399	わたしたちの健康は、わたしたちの手で	19分	2002	THPステップアッププランに取り組んでいる事業場の1年目の活動が取り上げられ、健康づくりの良さが、認識されていく様子がドラマ仕立てで、実践活動の紹介も交えながら描かれています。
24 - 172	心と体の健康のために - 健康への8つの提言 - (わかりやすい成人病予防シリーズ)	20分	1988	生涯を通じた健康のトータルプラン(年代別生活・食習慣、病気予防、ストレス・老化防止、心と体のバランスの保ち方等)を解説します。
24 - 553	15分でわかる 健康管理の基本	15分	2002	社会人の基本、ビジネスの常識をワンポイント・アドバイスするビデオです。学生生活と会社の違いに気づかせ、社会人としての意識の切り替えを図ることができます。ベテラン社員でも思わず胸に手をやるようなミニドラマも交えています。
24 - 329	健康入浴法	18分	1990	入浴のじょうずへたは健康とも関係してきます。入浴の効果を高めながら、風呂をゆっくりと楽しむ健康入浴法について解説します。
24 - 137	健康歳時記 (健康管理シリーズ日常生活の心得 23)	21分	1991	四季折々の美しい風景を織りまぜながら、移り変わりとその変化に対応できるからだづくりや健康へのアドバイスをします。
24 - 132	24時間健康チェック (健康管理シリーズ日常生活の心得 18)	18分	1991	自分の健康状態は自分でチェックするという観点から、朝から夜まで1日24時間の健康チェック法について楽しく解説します。
24 - 039	単身赴任者の健康 お父さん、がんばって (労働安全衛生教育ビデオシリーズ)	28分	1988	単身赴任の方が最も気になる食生活、栄養の問題を中心に、あなたの健康確保のノウハウを探り出していきましょう。
交通事故防止は(分類26:作業管理, 20:その他)にあります。				
24 - 040	ドライバーのための健康管理 (労働安全衛生教育ビデオシリーズ)	27分	1988	安全運転を実施するために、交通事故防止に必要な健康管理の項目について解説します。
24 - 064	マンガ職場の腰痛予防対策の常識 (みんなで進める腰痛予防のビデオ)	15分	1988	腰痛の根本的原因を明らかにし、予防の具体策を4項目に分け、職場全体で取り組む工夫と改善が重要です。
24 - 065	職場で行う腰痛予防体操 (みんなで進める腰痛予防のビデオ)	12分	1988	「立ったまま行う体操」と「机・椅子を利用する体操」の2種類のモデルにわけて実演紹介します。作業の合間に手軽にできます。
24 - 237	職場の腰痛予防対策 (産業医学ビデオシリーズ 17)	25分	1995	腰痛発症の機序や作業方法及び作業環境の改善等、職場における腰痛予防対策を解説します。
24 - 070	腰痛を防ぐには (職場の健康シリーズ)	20分	1988	重量物の取扱い作業、腰をねじる動作を伴う作業、同じ姿勢を長時間続ける作業等の動作を分析しながら腰痛予防の決め手を追究します。
24 - 130	腰痛を防ごう (健康管理シリーズ日常生活の心得 13)	23分	1989	誰もが一度は経験する腰痛について、アニメーションなどもまじえながら、Q & A方式でやさしく解説します。
24 - 041	働く人の腰痛予防対策 正しい作業姿勢・動作を励行しよう (労働安全衛生教育ビデオシリーズ)	25分	1988	職業性腰痛とは? 職場対策の基本、正しい作業姿勢・作業動作のポイント、日常生活の腰痛予防心得、腰痛予防のストレッチなどを紹介します。
24 - 418	VDT・上肢作業健康診の実技 (頸肩腕障害・緑内障)	34分	2003	健康診の実技の流れ、個別解説、筋力、触覚等、診察道具の使用法と応用、緑内障の写真事例集8例から解説します。
24 - 011	OAシステムと健康 その1 OAシステムとつきあう法 第5集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	15分	1988	OAシステムに対する、職場の人間優位性の確保、休息の取り方、VDT作業での疲れを防ぐ方法などを解説、指導します。

24. 健康管理 (2)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 012	OAシステムと健康 その2 業間休息のすこし方 第5集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	18分	1988	休息の時間と作業時間、疲労度の自己チェック法、積極的休息と心身の転換法などの方法について解説します。
24 - 013	OAシステムと健康 その3 リラクゼーションのトレーニング 第5集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	19分	1988	緊張と弛緩の生理、リラクゼーションとは、体肢をリラックスする法、リラクゼーションの習慣化などについて解説します。
24 - 052	オフィス疲労回復の決め手! 第1巻 座ったまま3分で (健康ビデオライブラリー)	20分	1988	椅子に座って、ゆっくりとしたテンポの静かなリズムに合わせて、リラックスして楽しく行える体操です。
24 - 053	オフィス疲労回復の決め手! 第2巻 立ち上がってからだをほぐす法 (健康ビデオライブラリー)	20分	1988	立って、心地よいリズムに乗って体全体を動かす体操です。目・首・肩・腰・足などをスッキリさせます。
24 - 054	オフィス疲労回復の決め手! 第3巻 かんたんに出来るオフィス疲労のとり方 (健康ビデオライブラリー)	20分	1988	東洋医学を主体にバラエティに富んだ素材を選びました。仕事の合間や自宅で無理なく行えます。
24 - 055	オフィス疲労回復の決め手! 第4巻 デスクワークの腰の疲れが不思議にとれる法 (健康ビデオライブラリー)	20分	1988	腰を中心に構成した動作で、楽な方向に体を動かすだけで、不思議に苦しさは楽になります。
24 - 140	その場でできるリフレッシュ法 (健康管理シリーズ日常生活の心得 26)	30分	1992	運動不足になりがちな現代人のために、その場で簡単にできる体操メニューを紹介しています。
24 - 074	職場のストレッチ体操 (立ち作業編) (職場の健康シリーズ)	20分	1988	職場での立ち仕事の多い人達を対象に、立ってできるストレッチ体操、壁を利用したストレッチ体操、2人で行うストレッチ体操で構成。どんな職場でも、立ったままで気軽にできる体操を紹介しています。
24 - 075	職場のストレッチ体操 (座り作業編) (職場の健康シリーズ)	20分	1988	職場での座り作業の多い人達を対象に、椅子に座ってできるストレッチ体操、机を利用したストレッチ体操で構成。腰痛や肩こりなどの予防をねらいとした体操を紹介しています。
VDTは、(分類25:作業環境管理)にあります。				
24 - 483	目の疲れをとる	20分	1998	コンピューター時代におけるドライアイなどの目の疲れとその回復法について、最新情報をまじえて、わかりやすく解説しています。疲れ目と間違えやすい病気、マッサージ法、目の定期検診などを取り上げています。
24 - 157	目の成人病 1 - 老眼と老眼鏡 - (わかりやすい成人病予防シリーズ 30)	20分	1988	老眼とうまくつきあうため、そのメカニズム、かすみ目、頭痛などの諸症状、良い老眼鏡を選ぶポイントなどをわかりやすく解説します。
24 - 158	目の成人病 2 - 白内障・緑内障 - (わかりやすい成人病予防シリーズ 31)	20分	1988	中年以降によく起こる目の成人病(白内障と緑内障)について、発症のしくみ、症状、治療や手術などを解説します。一人で行える視野検査も収録しています。
24 - 357	緑内障はこわくない 緑内障と上手に付き合うために (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	27分	1997	緑内障は簡単な検査により早期発見が可能であり、早期治療により生涯を通して良好な視機能を保つことができることを解説します。
24 - 358	目の成人病 白内障 (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	22分	1998	白内障のメカニズムや検査方法を紹介します。適切な時期の手術で正確な視力を得られることを解説します。
24 - 160	頭痛(肩こり)を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 33)	20分	1988	頭痛や肩こりはメカニズムを解明しなければ対策も出てきません。個人に合った生活の中での撃退法、その場で楽になる運動法を解説します。

24. 健康管理 (3)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 368	腰痛・肩こり・頭痛 (快適職場健康づくりシリーズ)	18分	1999	肩こり、腰痛、頭痛の生活習慣病に今すぐ取り組める予防策と、予防に良く効く体操を提案します。
24 - 107	骨粗鬆症と食事指導 (成人病と食事指導 15)	30分	1992	骨粗鬆症の原因や治療法、予防法やカルシウムをたくさん上手に摂取する方法や調理・献立などについて解説します。
24 - 171	40代からの骨粗鬆症を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 45)	20分	1988	骨粗鬆症の発症の過程や症状、さらに、遺伝・年齢・ホルモン・食事・生活習慣等、注意すべきポイントを具体的に解説します。
24 - 189	骨粗鬆症 1 カルシウムで骨の健康づくり	20分	1994	中高年に多い骨粗鬆症。予防法や対策について、女性の立場から解説します。パート1は、骨粗鬆症はどんな病気なのか、かかるとうなる、危険因子をチェック。
24 - 190	骨粗鬆症 2 骨に関する基礎知識	20分	1994	中高年に多い骨粗鬆症。予防法や対策について、女性の立場から解説します。パート2は、40歳になったら骨量測定を、カルシウムの働き、骨粗鬆症は食事と生活で予防。
24 - 131	歯の健康 (健康管理シリーズ日常生活の心得 15)	25分	1990	歯は痛くなったり、失くなったりして、はじめてそのありがたさがわかるものです。歯の健康について、太郎君一家を例に楽しく解説します。
24 - 186	1. 人生80年・歯の寿命は (8020運動ビデオ)	40分	1991	歯を磨くと出血、放置すると歯槽膿漏に…、歯の寿命ははまだ40～60年、歯を失うと全身に影響が…、虫歯はどう進行する？などを紹介します。
24 - 187	2. 歯周病の原因と予防 (8020運動ビデオ)	40分	1991	歯を支える組織が壊される、細菌類の巣窟(プラークと歯垢)が原因、大切な歯磨き習慣、進歩した歯科の治療技術などを紹介します。
24 - 188	3. 正しい歯の手入れの仕方 (8020運動ビデオ)	40分	1991	自己流では磨き残しが…、正しい歯の磨き方、出血する場合は？、デンタルフロス・歯間ブラシの使い方、歯に良い食べ物？などを紹介します。
24 - 154	なぜおこる歯槽膿漏 (わかりやすい成人病予防シリーズ 26)	20分	1988	歯槽膿漏は、放っておくと入れ歯にする以外方法がなくなる病気です。歯垢・歯石や歯槽膿漏の発症のしくみ、早期発見のポイントを解説します。
24 - 155	歯槽膿漏を防ぐ秘訣 (わかりやすい成人病予防シリーズ 27)	20分	1988	ブラッシング(歯磨き)の正しい方法、良い歯ブラシの選び方、歯ブラシで取れない歯垢をとるデンタルフロス・歯間ブラシ等を解説します。
24 - 378	健診で要注意といわれたあなたに！ ～ 健診結果の見方と活かし方～ (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	27分	2000	健康診断の正しい見方と注意点をわかりやすく解説します。
24 - 484	健康診断のじょうずな利用法	30分	1999	健診のデータを生活改善にいかすなど健診のじょうずな利用法について、ドラマ形式でわかりやすく解説しています。 政管健保の生活習慣病予防健診、「健診」と「検診」、経過観察、第2次検査など…について取り上げています。
24 - 315	健診結果の見方と異常値への対応	29分	1994	健康診断における健診結果の正常値と異常値の読み方を、各検査の各項目について解説します。異常値への対応について言及しています。
24 - 184	バイオメカニクス (身体運動を解説) (健康づくり指導者のための教材ビデオ 2)	59分	1989	からだの動きの捉え方、運動の法則、回転運動、効率等を解説します。
24 - 457	快眠ナビゲーション	28分	2003	睡眠障害の訴えや、不安を持つ人は、5人に1人と急増しています。快適な睡眠を得るための方法や知恵を紹介すると共に、夜間勤務者への対策や時差ボケ早期解消法も紹介します。

24. 健康管理 (4)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 456	眠っている間に呼吸が止まる - 睡眠時無呼吸症候群 -	23分	2000	突然死、事故の引き金、能率低下、恐ろしい「睡眠時無呼吸症候群」の原因と治療法をコンパクトに解説します。
24 - 017	食行動と健康づくり その1 食事と健康増進 第7集 全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	20分	1988	食行動の意識と目的、予防医学と栄養、身体活動と栄養摂取、加齢と食行動などを増進するための食生活の基礎知識を解説します。
24 - 193	成長期のための食生活指針 (健康づくりのための食生活指針シリーズ 3)	27分	1991	「健康維持・増進は食事から」という観点から、厚生省は食生活指針の総論と対象特性別の指針を示しました。乳児・幼児・学童・思春期に分け、気をつけたいポイントを示しています。
24 - 194	女性・母性のための食生活指針 (健康づくりのための食生活指針シリーズ 4)	27分	1991	「健康維持・増進は食事から」という観点から、厚生省は食生活指針の総論と対象特性別の指針を示しました。胎児・乳児の栄養は妊娠・授乳期の食生活に大いに依存するという観点から食生活の重要性を実践的に描いています。
24 - 327	ここがポイント！ 食生活習慣	20分	1998	朝・昼・夕食、夜食や間食をどう考えればいいのか？ 気をつけたい脂肪のとり方、塩分は大丈夫？、野菜は一日どれくらい？、合い言葉は「食べ過ぎず、バランスよく」等の内容で解説します。
24 - 133	あなたの食事の健康診断 (健康管理シリーズ日常生活の心得 19)	18分	1991	働き盛りの人の食生活を中心に、成人病予防の食事の知識や栄養のバランスの良い食事を心掛けることが主題(朝・昼・夕食、外食等)になっています。
24 - 325	生活習慣病を防ぐライフスタイル	27分	1997	命に関わるガン、虚血性心疾患、脳卒中の三大成人病をはじめとする主な生活習慣病の予防について、毎日の食生活のチェックポイントをわかりやすく解説します。
24 - 420	あなたの生活習慣は大丈夫？	20分	1998	生活習慣病って何？5つの生活習慣病とは？食生活指針、運動指針と有酸素運動のすすめ、休養指針、たばこの害と禁煙のすすめ等について解説します。
24 - 488	良い習慣・悪い習慣 - 健康習慣を獲得する行動科学 -	25分	2005	生活習慣病を予防するには実践的なテクニック(行動科学)が不可欠です。日常生活の中の良い習慣とその獲得、悪い習慣とその排除の仕方を分かりやすく解説します。
24 - 485	わかっているけどできない人のために - 生活習慣の改善のコツ -	23分	2003	ライフスタイルが、その人の健康の度合を決めます。悪い生活習慣病をあらためる方法について、やさしく解説します。
24 - 370	見直そう！あなたの生活習慣 (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	14分	1997	規則正しい食事の摂取を中心に健康を守る生活習慣作りの大切さをもう一度見直しましょう。食習慣の見直しチェックポイントを紹介します。
New 24 - 556	生活習慣病と食生活 あなたの食事は大丈夫？	10分	1998	現代人の「食」～飽食、実は偏食～、生活習慣病が重病を招く、あなたの知らない栄養とカロリー、理想の食卓、家族で減塩、外食で気をつけることなどの内容です。
New 24 - 557	働く人のための健康 食事で改善！生活習慣病(全3巻) 予防ができる！生活習慣病	17分	2003	生活習慣病の恐ろしさを、具体例を通して紹介します。日ごろの生活態度を改善し、それを長続きさせるための考え方や方法をわかりやすく解説します。成人病から生活習慣病へ、「心臓病」と「脳血管障害」、「死の四重奏」、検査値のここを見よう！などを解説します。
New 24 - 558	働く人のための健康 食事で改善！生活習慣病(全3巻) 食事で改善！生活習慣病	17分	2003	グルメ傾向が進んだために、生活習慣病が増加しています。食生活を改善し、健康なまま美味しいものを食べるためのアドバイスをします。あなたの食習慣チェック！、生活習慣病と食事の関係、正しい知識を身につけよう！などを解説します。

24. 健康管理 (5)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容	
New	24 - 559	働く人のための健康 食事で改善！生活習慣病(全3巻) 運動で防ごう！生活習慣病	17分	2003	生活習慣病は運動不足が原因になることから、「運動不足病」とも呼ばれています。運動不足はカロリーオーバー、栄養過多を引き起こし、やがて肥満となり多くの病気のもとになります。生活習慣病を防ぐための効果的な運動を紹介しています。あなたの運動不足度チェック！、運動不足と生活習慣病の関係などを解説します。
	24 - 486	見直そう！あなたの生活習慣 あなたの一日を再点検 - 食事・アルコール・たばこ・歯周病 -	20分	2002	生活習慣を改善することは難しく、なかなか改められないのが実態です。若い女性、中年期の男性、高齢期の男性の一日の生活習慣を食事を中心に再点検します。
	24 - 487	見直そう！あなたの生活習慣 あなたの一週間を再点検 - 休養・運動 -	20分	2002	生活環境の変化、雇用情勢の不安定化、疲労の蓄積などによって「疲れて」いる人が増えています。一週間単位で休養と運動習慣を見直し、自分らしさを回復する方法をアドバイスします。
	24 - 016	管理職者の健康づくり その3 積極的休養のすすめ 第6集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	16分	1988	精神的疲労度の高い管理職者の積極的休息の必要性と方法について成功例を上げ、その生理学的効果を解説します。
	24 - 022	食行動と健康づくり その3 中高年者の食事プログラム 第7集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	18分	1988	加齢と食生活の変化、空腹の生理と積極的食行動、ウエイトコントロールと食事プログラムのポイントを解説します。
New	24 - 554	運動不足解消 手軽にできる体力アップ法	10分	1998	運動不足は多くの病気を引き起こします。ウォーキングの効用とその方法、その他の体力アップ法、運動前に体調のチェックを！などを解説します。
New	24 - 555	水中健康法 働く人のアクアフィットネス	18分	1999	腰痛予防やストレス解消、健康づくりのための水中健康法を紹介します。日頃あまりつかっていない腕・足・背中など全身の筋肉をむらなく使う方法や、腰痛防止の具体的なノウハウを解説しています。
	24 - 025	体力と健康づくり その3 中高年労働者の健康体力づくり 第9集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	17分	1988	中高年者の実施可能な運動とその効果、身体チェックシステムなど高齢化社会での健康体力づくりの方法を解説します。
	24 - 253	40歳を超えたら - 加齢と安全 -	17分	1992	中高年齢者の災害を防ぐ日常生活のポイントを解説します。加齢による心身機能の低下、個人・職場での対応、現場4名の体験談の内容です。
	24 - 165	40代からのボケを予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 39)	20分	1988	40代に始まることもある、ボケの正体や症状・原因となる病気等を探り、生活の中の予防法を紹介します。また、あなたのボケ度チェックも収録しています。
	24 - 176	中高年の健康づくり (健康ビデオ全集 21)	15分	1992	適度の運動による成人病予防効果、歩くことの効用、日常生活における運動の取り入れ方を紹介します。
	24 - 127	中高年の誤った健康法 (健康法健康教育ビデオ健康へのアドバイス 59)	20分	購入1995	運動は成人病予防などに役立っていますが運動さえすればよいわけではありません。健康を守り、将来の健康をつくるための正しい方法を紹介しています。
	24 - 073	中高年に適した運動のすすめ方 (職場の健康シリーズ)	26分	1988	中高年に適した運動の方法等について、具体的な運動例を示しながら解説します。
	24 - 273	中高年に多い骨折とその予防	17分	1988	骨粗鬆症のため骨折や腰痛を起こすお年寄りが増えています。これを予防し、治療するためのカルシウム補給の食餌療法・日光浴などを解説します。
	24 - 354	更年期をもっともっと快適に (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	26分	1995	更年期障害の理由を患者さんの体験を含めわかりやすく説明し、ホルモン補充治療など対策の立て方を解説します。

24. 健康管理 (6)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 434	みんなで進める高齢化への対応 ～安全いきいき職場づくり～ (安全衛生ビデオシリーズ)	20分	2001	老若男女5名のチームが織りなすユーモアあふれる寸劇です。高齢化に伴う心身機能低下を具体的に示すとともに、必要な環境や作業の改善は、若い人を含めた職場全体の問題であることに気づくビデオです。
24 - 085	シルバー・ヘルス・プラン 職場の健康づくり運動 (職場の健康シリーズ)	30分	1988	シルバーヘルスプランは35歳以上の働く人たちを対象にした総合的健康づくり運動で、企業の中老年対策の1つの指針を示しています。
24 - 002	ライフサイクルと健康 その1 労働時間と疲労 第2集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	16分	1988	職場で働く人の疲労を蓄積させないためのポイントを解説するとともに、疲労防止と回復法について紹介します。
24 - 003	ライフサイクルと健康 その2 働く人の加齢と疲労 第2集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	17分	1988	中高年者の加齢現象と疲労の関係について解説し、ライフサイクルにあった健康の在り方を紹介します。
24 - 004	ライフサイクルと健康 その3 疲労と健康防衛 第2集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	18分	1988	疲労のコントロールを上手に行うポイントを中心に、有効な休息の取り方など積極的な疲労回復について紹介、解説します。
24 - 162	突然死を防ぐには1 心臓病と突然死 (わかりやすい成人病予防シリーズ 35)	20分	1988	元気に働く人の命を一瞬のうちに奪う突然死。突然死の原因の70%を占める心臓病について、その予防法と治療のアウトラインを解説します。
24 - 163	突然死を防ぐには2 くも膜下出血・高血圧性脳内出血・脳梗塞 (わかりやすい成人病予防シリーズ 36)	20分	1988	脳血管性障害を取り上げ、自分で見つけられる突然死の前ぶれとなる症状・検査・発作の時の周囲の対処の仕方などについて説明します。
24 - 080	ストップ・ザ・突然死 (予防医学ビデオ)	20分	1988	突然死の原因といわれる心室細動の発生のメカニズムを紹介し、その予防について解説します。
24 - 077	働きざかりの突然死を防ぐために	21分	1988	突然死！病気の正体を知っておきましょう。どんな検査が必要か、血管を丈夫にする、食生活のポイント、何を食べ、何を控え、どう食べるか？を紹介します。
24 - 069	過労死にならないために 日常生活の心得 (日常生活の心得 健康管理シリーズ)	28分	1988	過労死とは？疲労のメカニズムなど、疲れをためないで健康的に暮らすための日常生活でできる疲労回復法などを具体的に解説します。
ストレス予防の運動は(分類27:産業心理学 社会学関係)にあります。				
24 - 018	身体運動と健康 その1 運動と積極的健康 第8集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	15分	1988	身体運動が生体に及ぼす生理的効果、運動習慣と寿命、肥満と運動、ストレスと運動など、運動と健康の関係について解説します。
24 - 019	身体運動と健康 その2 運動と強さ 第8集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	12分	1988	運動強度の決め方、実施頻度、運動時間の相互関係、汗の有効性、エネルギー消費量と運動の強さなどの科学的基礎について解説します。
24 - 020	身体運動と健康 その3 運動の選び方 第8集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	16分	1988	運動の種類、年齢と運動の選び方、スタミナをつける、シェイプアップする運動など健康づくりの観点から選び方を指導、解説します。
24 - 023	体力と健康づくり その1 働く人の体力 第9集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	15分	1988	働く人の疲労と体力、体力と適正水準のとらえ方、作業能力の保持と体力、体力の余裕など積極的な体力づくりの知識を解説します。
24 - 024	体力と健康づくり その2 体力づくりプログラム 第9集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	15分	1988	働く人の体づくりのポイント、老化を遅らせる体力づくりプログラムなどプログラムづくりの実際について解説します。
24 - 109	第1集 運動と健康 食べたら動け 運動量の増やし方 成人編 (成人病予防の身体運動 1)	20分	1991	食事とプラン、日常生活の中での運動量の増やし方など、一日の行動を通じて健康づくりに役立つ運動プログラムを解説します。

24. 健康管理 (7)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 110	第1集 運動と健康 食べたら動け 運動量の増やし方 中高年者編 (成人病予防の身体運動 2)	20分	1991	中高年を対象に、成人病予防のための食事バランスの保ち方など、運動不足の人の運動プランなどを解説します。
24 - 111	第1集 運動と健康 食べたら動け 安全に行うためのチェックポイント (成人病予防の身体運動 3)	20分	1991	メディカルチェック、脈拍数による運動量の調整法、運動頻度と休養の関係など、安全に運動量を増やすためのポイントを解説します。
24 - 112	第2集 成人病予防の運動プログラム 成人病予防の身体運動とは (成人病予防の身体運動 1)	15分	1991	身体運動の効用、有酸素運動と成人病予防、予防の為の運動の種類・強度・頻度等、安全に行うための運動プログラムのポイントを解説します。
24 - 113	第2集 成人病予防の運動プログラム 成人病予防のエクササイズ (成人病予防の身体運動 2)	20分	1991	運動前の体調チェック法、成人病予防運動として効果的な歩き方やジョギング等の有酸素運動などの運動プログラムを解説します。
24 - 138	あなたの体力大丈夫 (健康管理シリーズ日常生活の心得 24)	15分	1990	20歳前後からはじまっている体力の老化を防ぎ、強化するにはどうしたらいいのか、正しい体力づくりについて解説します。
24 - 139	歩きと健康 (健康管理シリーズ日常生活の心得 25)	20分	1991	歩くことは、日常生活に欠かすことのできないもっとも基本的な運動です。健康に効果的な歩き方や健康に良い靴選びについて解説します。
24 - 382	生活習慣病の予防は肥満の解消から (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	22分	1999	肥満は世界的に健康障害のもととなることが確認されてきました。わずかな減量で生活習慣病の予防と治療ができることを解説します。
24 - 120	第6章 減量と肥満予防の運動プログラム 1) 減量と肥満予防の身体運動とは (成人病予防の身体運動)	15分	1991	肥満のメカニズム、肥満の基準と肥満度チェック法、予防と減量のための運動の種類及び運動プログラム、運動上の注意事項を解説します。
24 - 121	第6章 減量と肥満予防の運動プログラム 2) 減量と肥満予防のエクササイズ (成人病予防の身体運動)	20分	1991	朝の体操、就寝前のエクササイズ、有酸素運動による減量プログラム、ダンベルを利用した身体部位別エクササイズなどを解説します。
24 - 150	肥満を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 9)	20分	1988	肥満度の判定、原因、なぜ痩せられないのか、どんな運動が減量に効果的か、太りやすい食べ方、無理なく痩せる食事療法などを解説します。
24 - 376	これであなたも肥満解消！ 第1巻 肥満のことに深く知ろう (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	15分	2000	肥満による生活習慣病や、さまざまな問題を最新の情報を元に解説します。また減量の効果についても分析します。
24 - 377	これであなたも肥満解消！ 第2巻 おすすめ、減量アプローチ法 (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	18分	2000	長続きする減量法を紹介します。また、リバウンドやストレスなど困った時の対処法もケース別に紹介します。
24 - 106	肥満の場合の食事指導 (成人病と食事指導 14)	30分	1992	肥満の判定法から原因、治療、予防とエネルギーの制限、栄養配分、食事の仕方は是正など食生活での留意点をわかりやすく解説します。
24 - 118	第5章 糖尿病予防の運動プログラム 1) 糖尿病予防の身体運動とは (成人病予防の身体運動)	15分	1991	運動してよい場合、悪い場合、身体運動の糖尿病予防への効用、糖尿病予防のための運動の種類と条件、一日3単位の効果的な運動など。
24 - 119	第5章 糖尿病予防の運動プログラム 2) 糖尿病予防のエクササイズ (成人病予防の身体運動)	20分	1991	毎朝行うデイリーエクササイズ、歩行運動プログラム、就寝前のストレッチング、静的トレーニングなどの運動プログラムを紹介します。
24 - 151	糖尿病を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 10)	20分	1988	糖尿病は戦後急増し、脳卒中や心筋梗塞の引金となる恐ろしい病気です。日常の予防法を、糖尿病学会の治療食など6ヶ条にまとめ解説します。
24 - 373	ふせごう！糖尿病 (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	11分	1997	糖尿病の初期段階で行う食事療法と運動治療を紹介します。健康な方にも生活を見直すヒントになります。

24. 健康管理 (8)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 098	糖尿病と食事指導の実際 (成人病と食事指導 6)	30分	1992	糖尿病は治すのが難しく、様々な合併症を引き起こす病気です。予防から食事療法の進め方について調理や献立の工夫、注意点を解説します。
24 - 114	第3集 高血圧予防の運動プログラム 1) 高血圧症予防の身体運動とは (成人病予防の身体運動)	15分	1991	運動による血圧の変化、血圧管理の方法、やってはいけない運動種目、予防のための運動の条件、運動プログラムのポイントなどを解説します。
24 - 115	第3集 高血圧予防の運動プログラム 2) 高血圧予防のエクササイズ (成人病予防の身体運動)	20分	1991	段階別の徒歩運動とジョギングプログラム、運動後の整理運動、運動実施上の注意事項など具体的な運動プログラムの実際を解説します。
24 - 093	1) 高血圧と食事管理 (成人病と食事指導)	30分	1992	様々な合併症を併発する高血圧症とは何か、その治療や予防法、食事療法のポイントと減塩食の食事指導について解説します。
24 - 145	4) 高血圧を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ)	15分	1988	高血圧に伴う致命的な病気を取り上げて解説します。衣食住そして仕事など、日常生活の全ての角度から高血圧を予防するコツを紹介しします。
24 - 146	5) 高血圧を予防する2 血圧セルフチェック (わかりやすい成人病予防シリーズ)	15分	1988	正確に測定された血圧値は高血圧の診断・予防に不可欠です。水銀血圧計から、最新の電子血圧計まで正しい血圧の計り方を解説します。
24 - 381	間違っていないか高血圧の知識 静かなる殺人者 (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	25分	1999	高血圧は極めて頻度の高い疾患で、特有の症状がなく放置されやすい疾患の代表的なものです。早く発見し正しい治療をすすめられれば活動的で楽しい人生を送ることが可能になります。
24 - 122	第7章 高脂血症予防の運動プログラム 1) 高脂血症予防の身体運動とは (成人病予防の身体運動)	15分	1992	高脂血症の病態とは？、中性脂肪等が人体に及ぼす影響、予防の為の運動の種類、運動量の目安、食事のポイントと改善点について解説します。
24 - 123	第7章 高脂血症予防の運動プログラム 2) 高脂血症予防のエクササイズ (成人病予防の身体運動)	20分	1992	コレステロール値を下げる効果のある運動。スポーツ施設で行う運動プログラム等、中性脂肪を減らす効果のある運動の実際を解説します。
24 - 169	働き盛りの高脂血症を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 43)	20分	1988	中年以降に多い高脂血症の正体と日常生活の中の危険因子をあげ、目安となる総コレステロール・中性脂肪の危険域を探り、解説します。
24 - 170	働き盛りの高脂血症を予防する食生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 44)	20分	1988	高脂血症と肥満、どんな食品に脂肪やコレステロールがどの位含まれているか具体的な食事法や食物繊維の摂取、外食時の注意を解説します。
24 - 094	高脂血症と食事管理 (成人病と食事指導 2)	30分	1992	心筋梗塞や動脈硬化、脳血栓などの原因となる高脂血症について、高脂血症の原因と予防、食事療法を解説します。
24 - 490	聞いたことがありますか？ 「死の四重奏」	35分	2002	「死の四重奏」とは、肥満、高脂血症、高血圧、糖尿病の4つを言います。4つが複合的に生じると、動脈硬化をまねき、心臓病や脳卒中を起こす確立が高くなります。
24 - 392	死の四重奏 肥満・高血圧・糖尿病・高脂血症	25分	2001	それぞれの個別対処法ではなく、総合的に予防することの重要性を訴えながら、分かりやすく簡潔に生活習慣改善のポイントを解説します。
24 - 491	わかりやすい生活習慣病(成人病) 予防シリーズ メタボリックシンドローム	20分	2005	概念と診断基準(内臓脂肪・血清脂質・高血圧・高血糖) 糖尿病諸疾患への影響とそのメカニズム・改善方法(減量と体重日記など)について学びましょう。
24 - 560 DVD	メタボリックシンドローム あなたは大丈夫？	30分	2007	メタボリックシンドロームとは何か？どうすれば予防できるかについて具体的に紹介します。今すぐ取り組める生活改善を提案、基礎代謝を維持改善する簡単筋トレを紹介しします。

New

24. 健康管理 (9)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 492	防ごう！メタボリック・シンドローム - 内臓脂肪をやっつけろ！ -	21分	2006	腹部の内臓脂肪が元凶のメタボリック・シンドロームは、日本の中高年にとって身近な疾患群です。なかなか改められない食習慣、生活習慣。メタボリック・シンドロームの恐ろしさと対策を知る教材です。
24 - 492 DVD	DVD 防ごう！メタボリック・シンドローム	21分	2006	ビデオ 492 同内容
24 - 493	メタボリック・シンドロームを予防する ボディデザイン体操	16分	2007	運動習慣がない、運動は苦手という人のための、少しの時間で費用をかけずにできる運動のビデオ。家庭で、職場で、ちょっとした時間のできる筋肉トレーニングと、からだに負担をかけにくいウォーキング方法を紹介します。
24 - 493 DVD	DVD メタボリック・シンドロームを予防する	16分	2007	ビデオ 493 同内容
<i>New</i> 24 - 561	メタボ撃退！実践シェイプアップ(全2巻) 行動変容編 正しく理解し変えようライフスタイル	20分	2007	ライフスタイルの改善は「運動不足」と「過食」です。代謝を高める健康的なシェイプアップ、運動のQ&A、食事の見直し5ヶ条、体重のQ&Aなどからなる内容です。
<i>New</i> 24 - 562	メタボ撃退！実践シェイプアップ(全2巻) 実践編 見つけよう あなたにあったシェイプアップ	23分	2007	運動の効果は、「太りにくい体になる」「ストレス解消になる」など様々です。ウォーキング、ストレッチング、筋力トレーニング、食事バランスガイドの活用、外食・間食・夜食の注意点などを紹介します。
24 - 079	ストップ・ザ・動脈硬化 (予防医学ビデオ)	20分	1988	動脈硬化は死亡率のきわめて高い心臓病や脳卒中の原因になるといわれています。その原因と治療法、予防について解説します。
24 - 116	第4集 心臓病予防の運動プログラム 1)心臓病予防の身体運動とは (成人病予防の身体運動)	15分	1991	なぜ心臓病予防の運動がよいのか、やってはいけない運動、運動治療基準、虚血性心疾患の予防のための運動の種類等ポイントを解説します。
24 - 117	第4集 心臓病予防の運動プログラム 2)心臓病予防のエクササイズ (成人病予防の身体運動)	15分	1991	効果を高める歩き方、段階別の歩行運動やジョギングプログラム等、有酸素運動を中心とした運動の実際と運動上の注意事項を解説します。
24 - 372	ふせごう！心臓病 (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	14分	1997	遺伝と生活習慣病が主な原因の心臓病。心臓の“7つの敵”から心臓を守るためのコツを解説します。
24 - 149	心臓病を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 8)	20分	1988	日本人の三大死因の一つ、心臓病。狭心症・心筋梗塞の元になるタバコ、肥満、高血圧等の因子を探り、病気の予防方法を解説します。
24 - 095	心不全と食事指導 (成人病と食事指導 3)	30分	1992	心臓の機能障害により引き起こされる心不全とはどうして起こるのか、その治療や予防法を医学面から解説します。
24 - 096	虚血性心疾患と食事指導 (成人病と食事指導 4)	30分	1992	栄養的注意点としてエネルギーの過剰摂取、脂肪やコレステロールの摂り方などをアドバイスします。
24 - 097	脳卒中と食事管理の実際 (成人病と食事指導 5)	30分	1992	脳卒中の予防から日常生活における注意点(塩分、脂肪の制限など)を具体的に解説します。
24 - 147	脳卒中を予防する日常生活 (生活習慣総点検) (わかりやすい成人病予防シリーズ 6)	18分	1988	脳卒中は死亡率が高く、重い後遺症を残します。高齢者にとってガンより恐ろしい脳卒中の主な原因の高血圧と動脈硬化の予防法を解説します。
24 - 148	脳卒中を予防する食生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 7)	15分	1988	高血圧・動脈硬化の予防を、食生活の面からアプローチ。毎日摂る脳卒中予防食が、あなたを脳卒中から守ってくれます。

24. 健康管理 (10)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容	
24 - 034	タバコやめますか？ 愛煙家の皆さんへ (労働安全衛生教育ビデオシリーズ)	28分	1988	禁煙願望者を対象に、健康維持の為に自発的な禁煙実施へのアドバイス、成人病予防運動・社内禁煙運動等にお役立てください。	
24 - 458	タバコ百害 禁煙サポート	25分	2004	タバコの害は本人はもとより、家族や周囲の人々にも及びます。これを様々なデータを基に検証します。また、具体的な禁煙法を紹介します。	
24 - 164	ニコチン依存症を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 38)	20分	1988	タバコの人体への害、依存症と呼ばれる理由を解説します。18の時から吸い続け、ついに肺ガンで死亡した医大教授のお話を紹介します。	
24 - 195	健康に生きる 喫煙の害を科学する	20分	購入1995	胃粘膜や毛細血管への血流量、脳細胞への影響など生々しい実験を通して、タバコの有害性を実証します。	
24 - 375	ふせごう！タバコの害 (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	14分	1997	タバコをキッパリやめられる禁煙方法を具体的に紹介します。また、やめられない人が最低守ってほしいマナーも解説します。	
New	24 - 563 DVD	DVD タバコと健康 煙の害は周囲にも！	10分	1998	認識不足は命を奪う！身体を蝕むタバコの煙、断煙と健康、禁煙さもなくば分煙、などからなる内容です。
	24 - 482	タバコは猛毒だ！ その自殺(主流煙)と他殺(副流煙) - 「健康日本21」の実践 -	26分	2001	副流煙は、一種の他殺行為であり、喫煙者本人や周囲の人々は、タバコの有害性を熟知する必要があります。分煙のすすめ、喫煙マナーなど禁煙サポートの立場から解説しています。
New	24 - 369	禁煙・分煙 (快適職場健康づくりシリーズ)	18分	1999	非喫煙者にも害を与えるタバコの煙、効果的な禁煙の方法と「分煙」を職場ぐるみですすめる方法について解説します。
	24 - 564	分煙対策の効果的な進め方 ~ 喫煙室づくり3つのポイント ~	23分	2004	受動喫煙を防ぐための「空間分煙」の導入が求められるようになってきました。厚生労働省の新ガイドラインの3つのポイントを踏まえた喫煙室づくりなど、効果的に進める分煙対策について解説します。
	24 - 015	管理職者の健康づくり その2 飲酒の功罪 第6集全3巻 (職場の健康づくりシリーズ)	18分	1988	アルコール依存症、身体に及ぼす影響、酒の利と害、アルコール代謝のメカニズムなど、上手な飲酒の方法などについて解説、指導します。
	24 - 324	飲酒と健康	25分	1993	わが国では、アルコール消費量と飲酒者の数が増加傾向にあります。飲酒の急性影響や慢性影響、アルコール依存症、エタノールパッチテスト等について解説します。
	24 - 161	二日酔い(お酒の上手なのみ方) (わかりやすい成人病予防シリーズ 34)	20分	1988	人はなぜ、二日酔いになるのか？楽しく飲んで、翌日つらい思いをしなくてすむ、利口なお酒の飲み方を学術的な解説をおりませて紹介します。
24 - 105	痛風と食事の関係 (成人病と食事指導 13)	30分	1992	高蛋白質・高脂肪・高エネルギーの欧米型の食生活により、痛風が増加しています。痛風の予防と対策、食生活の留意点を具体的に解説します。	
24 - 167	膵臓の病気を予防する日常生活 (急性・慢性膵炎、膵癌) (わかりやすい成人病予防シリーズ 41)	20分	1988	膵炎・膵臓癌は脂肪やお酒の摂りすぎで起こります。仕事上飲まざるを得ず、かつ食事に無頓着な方々に、食生活の具体的な改善方法を解説します。	
24 - 359	いたわろう あなたの膵臓 - 膵臓のことがよくわかる話 - (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	18分	1999	膵臓の病態・原因などを説明しアルコール、脂肪食の過食などがどうして悪いのかについて解説します。	
24 - 102	胆石症と食事指導 (成人病と食事指導 10)	30分	1992	胆石症の原因と最近の治療を紹介し、また、脂肪・コレステロールの制限を中心にごどのような食事療法、食生活をしたらよいのかを解説します。	

24. 健康管理 (11)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 374	ふせごう！肝臓病 (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	11分	1997	肝臓を酷使して肝硬変にならないために上手なお酒の飲み方や日常の注意を解説します。
24 - 152	肝臓病を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 11)	20分	1988	肝臓病とは、自覚症状がないまま肝硬変になって命を落とします。『沈黙の臓器』肝臓。生活の中での予防法を紹介します。
24 - 099	肝臓病と食事管理の実際 (成人病と食事指導 7)	30分	1992	肝臓は栄養代謝の中核的役割を果たす重要な臓器です。各疾患の原因から食事指導まで総合的に解説します。
24 - 216	B型肝炎	28分	1988	肝臓の機能、感染のしくみ、B型肝炎感染による症状・治療・予防について解説します。
24 - 153	腎臓病を予防する日常生活 (わかりやすい成人病予防シリーズ 16)	20分	1988	腎臓病は、放っておくと腎不全・尿毒症がすすむこともあります。主な腎臓病の症状とこれを遠ざける日常の予防について9ヶ条で解説します。
24 - 103	腎臓病と食事療法 (成人病と食事指導 11)	30分	1992	腎臓病は、病態・病気により治療法も異なります。各疾患の具体的な食事療法の進め方や注意点、治療用特殊食品の利用などを解説します。
24 - 128	万病のもとカゼその予防と治療 (健康教育ビデオ健康へのアドバイス 60)	20分	購入1995	かぜ薬をのみ温かくして寝ていても、5日以上の上の発熱が続くと肺炎や他の合併症が起きていることもあります。その予防法と治療を解説します。
24 - 348	結核にご用心	30分	1999	30年以上、減少を続けてきた結核患者が、増加の傾向に転じ、「結核緊急事態宣言」が発せられています。結核とはどんな病気か、その原因と症状、検査と治療法などを解説し、結核の重大さの再認識を促します。
24 - 355	わかりやすい ぜんそく (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	23分	1996	ぜんそくをわかりやすく解説し、ぜんそく日誌、スパーサー、ピークフローメーターの使用法を説明します。
24 - 126	難聴と耳鳴り (健康教育ビデオ健康へのアドバイス 49)	20分	購入1995	聴こえのしくみ、どんな病気で難聴になるのか、聴力の検査、老人の難聴、補聴器の正しい選び方・使い方、耳鳴りの対策等について解説します。
24 - 104	貧血と食事指導 (成人病と食事指導 12)	30分	1992	鉄代謝のメカニズムから上手な鉄の摂り方まで具体的に解説します。
24 - 356	貧血治して 人生かえよう (患者教育ビデオシリーズ 日常生活と成人病)	22分	1996	貧血のかけに重大な病気が隠れていることもあります。貧血によっておこるめまいなどの症状を例にあげ、貧血治療について学びます。
24 - 175	貧血のこわさ若い女性のために (健康ビデオ全集 19)	19分	1988	女性に多い鉄欠乏症貧血。間違った食事の知識を正し、将来の妊娠・出産・育児のためにも増血作用のある鉄分を摂る必要があります。
24 - 274	女性に多い便秘と痔疾	20分	1988	人にはあまり話せない病気・痔は便秘と密接な関係があります。痔になりやすい原因を日常的に取り除く予防法と治療を丁寧に解説します。
24 - 101	便秘・下痢の食事指導 (成人病と食事指導 9)	30分	1992	過敏性腸症候群を中心に便秘・下痢の原因と、治療・予防法を解説します。生活習慣の改善、食事療法の進め方についてわかりやすくアドバイスします。
24 - 067	胃・十二指腸かしよう 日常生活の心得 (日常生活の心得 健康管理シリーズ)	20分	1988	ストレス社会の現代。全人口の1割の人が、一生に一度はかかる病気といわれている胃・十二指腸かしようについて、解説します。
24 - 100	胃・十二指腸潰瘍と食事 (成人病と食事指導 8)	30分	1992	胃・十二指腸潰瘍は何度も繰り返します。再発予防に不可欠な食事療法について紹介します。

24. 健康管理 (12)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 371	ふせごう！がん (くらしの見直しでふせごう！生活習慣病)	12分	1997	ガンを予防するための喫煙習慣の克服と食習慣の改善方法を解説します。また、早期発見の重要性も訴えます。
24 - 143	がんを予防する日常生活 (がん予防14のポイント) (わかりやすい成人病予防シリーズ 2)	16分	1988	現代は積極的な予防によりがんが克服される時代です。日常生活の中で簡単に実行できるがん予防の具体的なポイントを解説します。
24 - 144	がんの早期発見8つのポイント (わかりやすい成人病予防シリーズ 3)	18分	1988	あなたはどんながんに注意をすべきなのか。がんの危険因子を持つ人々(ハイリスクグループ)を設定し、早期発見のノウハウを解説します。
24 - 166	内視鏡検査 胃・食道癌の超早期発見、治療 (わかりやすい成人病予防シリーズ 40)	20分	1988	胃・食道等の癌検査の主流となりつつある内視鏡。検査を受ける側のメリット、受診時の注意点、更に内視鏡による癌治療などを解説します。
24 - 168	内視鏡検査 大腸癌の超早期発見・治療 (わかりやすい成人病予防シリーズ 42)	20分	1988	早期発見・早期治療に重要な、内視鏡とX線による大腸癌検査を解説します。検査への不要な不安を取り除き、気軽に検査を受けましょう。
24 - 081	ストップ・ザ・大腸癌 (予防医学ビデオ)	20分	1988	大腸癌の原因、各部位における症状、及び予防について具体的に一般の人々にも分かりやすく解説します。
24 - 178	肺がんの早期発見と予防 (健康ビデオ全集 28)	16分	1992	最近急増している肺がんとはどういうものか、喫煙が最大危険因子であること、早期発見・治療の重要性、日常気をつける予防法を示します。
24 - 156	ふえてきた前立腺肥大症と前立腺がん (わかりやすい成人病予防シリーズ 28)	20分	1988	2つの病気の違いや、それぞれの症状やかかりやすい人(ハイリスクグループ)、さらに予防のための注意点を日常生活に則して解説します。
24 - 179	乳がんの早期発見と予防 (健康ビデオ全集 29)	16分	1992	最近の乳がんの動向と将来の予測、危険因子、検査法を紹介し、早期発見・治療の重要性、そのための集団検診、自己検査法の大切さを示します。
24 - 180	子宮がんの早期発見と予防 (健康ビデオ全集 30)	15分	1992	子宮がんは子宮頸がんと子宮体がんに分かれ、それぞれの危険因子や自覚症状を示しながら早期発見・治療の重要性を示します。
24 - 089	職場とエイズ (産業医学ビデオシリーズ 16)	27分	1994	エイズに関する初歩的な知識からエイズの予防教育、HIV感染者の雇用管理等、職場におけるエイズ対策の基本的な考え方を解説します。
24 - 196	1. 職場とエイズ (企業向けエイズ教育ビデオ)	16分	1991	企業内パニックを想定して、従業員の反応・発言を取り上げながら、エイズに対する正しい知識と職場のあるべき姿を描いています。
24 - 197	2. HIVとエイズ (企業向けエイズ教育ビデオ)	22分	1991	エイズはなぜ人類に発生したか、HIVの感染、免疫不全とは、発病した場合の症状、ワクチン開発などについて解説します。
24 - 031	企業におけるエイズ問題の考え方 管理者による対応マニュアルづくりに向けて (労働安全衛生教育ビデオシリーズ)	44分	1988	エイズは単純な感染の仕方をし、予防しやすい病気という医学的事実と企業論理をスタンスにした適切な対応を講ずるための5原則。
24 - 044	1. AIDSを知る (全3巻) (企業内AIDS対策)	26分	1988	企業内のAIDS対策に必要な情報をまとめた実践的なビデオマニュアル。一般従業員のためにAIDSに関する最新の知識を解説します。
24 - 045	2. 事例に学ぶAIDS教育 (全3巻) (企業内AIDS対策)	25分	1988	企業内のAIDS対策に必要な情報をまとめた実践的なビデオマニュアル。教育プログラムの策定にあたる管理者向けに必要なポイントを実例をふまえて紹介します。

24. 健康管理 (13)

健診結果、腰痛・肩こり、歯周病、疲労回復、生活習慣病、メタボリックシンドローム、行動変容、突然死、喫煙、エイズ等

資料番号	ビデオタイトル名	分数	制作年	ビデオ内容
24 - 046	3. AIDSと企業経営 (全3巻) (企業内AIDS対策)	55分	1988	企業内のAIDS対策に必要な情報をまとめた実践的なビデオマニュアル。これからの企業経営者に求められるAIDS対策のコンセプト作りに役立つヒントを提供します。
24 - 049	1. エイズを知る基本編 (企業のためのエイズ対策)	25分	1988	エイズの解説をします。予防・相談・検査と感染者への対応について取り上げます。
24 - 050	2. 企業ですすめる予防・対応編 (企業のためのエイズ対策)	22分	1988	企業としてエイズ予防推進と前向き対応について取り上げます。
24 - 051	3. TALK ABOUT AIDS エイズ教育と対応 (企業のためのエイズ対策)	15分	1988	リーバイ・ストラウス社にて作成・活用している社員教育用ビデオ教材を紹介しします。
24 - 310	AIDSと医療 (医療従事者のためのAIDSの知識)	30分	1993	AIDSの診断、エイズの病状、エイズの治療法の現状と展望、告知とカウンセリング、医療現場の感染予防対策について解説します。
24 - 309	HIVとAIDS (医療従事者のためのAIDSの知識)	30分	1993	エイズの概説・HIVとはどのようなウィルスか？HIVの戦略、発症のメカニズム、感染をめぐるトピック、HIVとたたかう人々を取り上げます。
24 - 311	蔓延する性病(STD) エイズ (わかりやすい成人病予防シリーズ)	20分	購入1997	HIVウィルスの正体、発病のメカニズム、病状等をわかりやすく解説します。
24 - 312	蔓延する性病(STD) エイズ (わかりやすい成人病予防シリーズ)	20分	購入1997	AIDSの検査、治療、日常生活における注意等を解説します。