

【健康のしおり発行一覧】

| NO | 発行年月日    | タイトル                            | NO  | 発行年月日    | タイトル                           | NO  | 発行年月日    | タイトル                                                     |
|----|----------|---------------------------------|-----|----------|--------------------------------|-----|----------|----------------------------------------------------------|
| 1  | 1981年6月  | 青春期のころー学生にもっとも多い対人恐怖症ー          | 51  | 1994年1月  | 生と死の教育                         | 101 | 2008年12月 | 大麻と精神障害                                                  |
| 2  | 1981年9月  | 貧血症ー大学生の貧血と食餌のとりかた              | 52  | 1994年4月  | 海外旅行で気をつける病気                   | 102 | 2009年3月  | 精神医学の診断ー診断基準の安定性と治療ー                                     |
| 3  | 1982年1月  | 心臓病の話ー先天性心疾患についてー               | 53  | 1994年4月  | 自己表現してますか？                     | 103 | 2009年7月  | 成人麻疹の予防ー抗体検査とワクチン接種ー                                     |
| 4  | 1982年5月  | 危機を克服し新しい自分をー青年期の心の健康を考えるー      | 54  | 1994年9月  | てんかん発作に遭遇したとき                  | 104 | 2010年3月  | 色覚とその障害                                                  |
| 5  | 1982年7月  | 自律神経失調症と心身症                     | 55  | 1995年1月  | 花粉症                            | 105 | 2010年3月  | 海外渡航が決まったらー備えあれば憂いなしー                                    |
| 6  | 1982年9月  | 青春期における精神障害                     | 56  | 1995年4月  | 現代社会と分裂病                       | 106 | 2011年1月  | 溶連菌感染症                                                   |
| 7  | 1982年11月 | 心臓病の話ー脈の乱れー                     | 57  | 1995年4月  | 脂肪肝                            | 107 | 2011年2月  | 夜ふかし、睡眠不足は心身の健康への大きな脅威です                                 |
| 8  | 1983年1月  | うつ病ー過剰適応人間の破綻ー                  | 58  | 1995年9月  | 交通事故などへの緊急対応                   | 108 | 2011年3月  | 原子力発電所の事故は宇都宮でどのくらい危険ですか？                                |
| 9  | 1983年4月  | ねむりの病気                          | 59  | 1996年1月  | それでもタバコ吸いますか？                  | 109 | 2011年8月  | 身近な放射線と放射性物質                                             |
| 10 | 1983年5月  | 大学生の進路・就学上の迷い                   | 60  | 1996年2月  | 「五月病」についてーFreshman's Syndromeー | 110 | 2012年2月  | 大学生に知ってほしい性感染症の常識                                        |
| 11 | 1983年9月  | 突然死と蘇生法                         | 61  | 1996年3月  | ダイエットと骨                        | 111 | 2012年2月  | MDMA”ecstasy”の流行とその有害性                                   |
| 12 | 1983年11月 | 生命をとりもどすためのABC心蘇生法              | 62  | 1996年9月  | 血圧                             | 112 | 2012年12月 | 「いきなりエイズ」を防ごう                                            |
| 13 | 1984年1月  | 自分自身で健康を管理する健康情報室の開設            | 63  | 1997年1月  | 夏目漱石と心の悩み                      | 113 | 2013年1月  | 「笑い」と「健康」                                                |
| 14 | 1984年3月  | 「常識」の破綻ー強迫神経症ー                  | 64  | 1997年4月  | 蛋白尿と血尿                         | 114 | 2013年2月  | 医療機関への上手なかかり方                                            |
| 15 | 1984年6月  | 応急救急処置                          | 65  | 1997年4月  | 大学生であることのメリット・デメリット            | 115 | 2014年2月  | 妊娠と風疹                                                    |
| 16 | 1984年9月  | 「自分」とは何だろう？？？                   | 66  | 1997年9月  | 屈折異常の話                         | 116 | 2014年2月  | 大学生に知ってほしい妊娠・出産のこと                                       |
| 17 | 1985年1月  | 骨折と応急手当                         | 67  | 1998年1月  | 下痢と便秘                          | 117 | 2014年3月  | 大震災と創造性                                                  |
| 18 | 1985年5月  | 自分とは何だろう                        | 68  | 1998年4月  | あなたの食事大丈夫？                     | 118 | 2014年12月 | アルコールと健康                                                 |
| 19 | 1985年9月  | 大学生の食事                          | 69  | 1998年4月  | 表現されたころー雨のなかの自分ー               | 119 | 2015年1月  | ノロウイルス感染症                                                |
| 20 | 1985年10月 | 大学生の食事と工夫                       | 70  | 1998年10月 | うつ病とときの流れ                      | 120 | 2015年2月  | てんかんと運転免許                                                |
| 21 | 1986年2月  | 危機を克服し新しい自分をー青年期の心の健康を考えるー      | 71  | 1999年1月  | 生活習慣病                          | 121 | 2016年2月  | 若い女性の健康について                                              |
| 22 | 1986年5月  | アルコール アルコール アルコール               | 72  | 1999年3月  | 怒りの感情と対人関係                     | 122 | 2016年2月  | 伝染性単核球症                                                  |
| 23 | 1986年9月  | 青年期のコンプレックス                     | 73  | 1999年3月  | 高血圧                            | 123 | 2016年3月  | 睡眠についてー健康づくりのために知っておきたいことー                               |
| 24 | 1987年1月  | タバコ                             | 74  | 1999年10月 | エイズとカウンセリング                    | 124 | 2017年2月  | 生活習慣病について                                                |
| 25 | 1987年3月  | 大学生活を豊かにするために                   | 75  | 2000年1月  | 結核の現状と対策について                   | 125 | 2017年3月  | 流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）                                          |
| 26 | 1987年6月  | エイズについて                         | 76  | 2000年4月  | 自己主張と対人関係                      | 126 | 2017年3月  | ストレスサーとストレス対策                                            |
| 27 | 1988年1月  | 「自律」と「自立」ー一人前であることの条件ー          | 77  | 2000年9月  | 健康日本21                         | 127 | 2018年3月  | 海外渡航前の予防接種                                               |
| 28 | 1988年2月  | 「B型肝炎ウイルス」について                  | 78  | 2001年1月  | リストカットینگするとき                  | 128 | 2018年3月  | スポーツ障害ー運動機能障害ー                                           |
| 29 | 1988年3月  | 集団退行現象                          | 79  | 2001年4月  | PTSDからの回復                      | 129 | 2018年3月  | リラクセーションについてー自律訓練法を中心にー                                  |
| 30 | 1988年7月  | 血液は、汚い！！                        | 80  | 2001年10月 | パソコンによる健康被害                    | 130 | 2019年2月  | 「マインドフルネス」で「今」「ここ」「私」に気付き、不安や怒りを軽減させるーストレス耐性と集中力を高めるためにー |
| 31 | 1989年1月  | 留年するって病気なのだろうか？                 | 81  | 2002年4月  | 眼からうろこの禁煙外来                    | 131 | 2019年3月  | 水痘・带状疱疹                                                  |
| 32 | 1989年1月  | 「脳死」をめぐるって”由らしむべし、知らしむべからず”の終焉  | 82  | 2002年4月  | エイズ                            | 132 | 2020年3月  | アサーション・トレーニングー自分も他人も大切にするコミュニケーション方法ー                    |
| 33 | 1989年4月  | 宇大生のゆううつ                        | 83  | 2002年10月 | プリオン病                          | 133 | 2020年3月  | ロコモティブシンドローム                                             |
| 34 | 1989年9月  | 見えない病気「うつ病」                     | 84  | 2003年1月  | ひとつの言葉でころが傷つくとき                | 134 | 2021年3月  | 新型コロナ肺炎流行下におけるメンタルヘルス                                    |
| 35 | 1990年1月  | 心身症ー心身ー如って何？ー                   | 85  | 2003年4月  | アボトーシス                         | 135 | 2022年3月  | 新型コロナ肺炎流行下におけるメンタルヘルス2 自殺の予防:「死にたい」「消えてしまいたい」と言われたら。     |
| 36 | 1990年4月  | 喫煙の害についてー喫煙は無知、無気力、無神経のシンボルー    | 86  | 2003年10月 | 最近話題の感染症について                   | 136 | 2023年3月  | 保健管理センターの利用案内とカウンセラーの紹介                                  |
| 37 | 1990年4月  | 心理テストの効用ー心はどう読むのかー              | 87  | 2004年1月  | 動脈硬化                           | 137 | 2024年3月  | HPV(ヒト・パピローマウイルス)                                        |
| 38 | 1990年9月  | みえてきた「C型肝炎」                     | 88  | 2004年4月  | 眠りの効用ー日々心地よくねざめるー              | 138 | 2024年3月  | アンガーマネジメント                                               |
| 39 | 1991年1月  | 食べない 食べるとき 食べればー食べることの悩みー       | 89  | 2004年10月 | 結核への対処法                        | 139 | 2025年3月  | LGBT                                                     |
| 40 | 1991年3月  | 匂いの悩みからの脱出                      | 90  | 2005年1月  | 月経前症候群(PMS)の哲学的考察              | 140 | 2025年3月  | 新型たばこについて                                                |
| 41 | 1991年3月  | チャンス蛋白尿・血尿とIgA腎症                | 91  | 2005年4月  | 新興感染症                          | 141 |          |                                                          |
| 42 | 1991年9月  | 「ツベルクリン反応」と結核                   | 92  | 2005年11月 | 頭痛                             | 142 |          |                                                          |
| 43 | 1992年1月  | セクシュアリティの確立                     | 93  | 2006年1月  | 軽度発達障害                         | 143 |          |                                                          |
| 44 | 1992年4月  | 消化器系の病気について                     | 94  | 2006年4月  | 生活習慣病の予防的治療法                   | 144 |          |                                                          |
| 45 | 1992年4月  | 慢性疲労症候群ーうつ病VSウイルス病ー             | 95  | 2007年1月  | 身近なエイズの話                       | 145 |          |                                                          |
| 46 | 1992年9月  | アルコールについての知識ー快適な大学生活を送る為にPart1ー | 96  | 2007年3月  | 救命活動と除細動器AEDの活用法               | 146 |          |                                                          |
| 47 | 1993年1月  | 煙草喫みの性格分析                       | 97  | 2007年6月  | 暑さと運動ー熱中症の予防ー                  | 147 |          |                                                          |
| 48 | 1993年4月  | 充実した食生活をー快適な大学生活を送るためにPart2ー    | 98  | 2008年3月  | メタボリックシンドローム                   | 148 |          |                                                          |
| 49 | 1993年4月  | アルコール症入門ー依存と酩酊ー                 | 99  | 2008年3月  | 「過眠」ー身近な睡眠の問題ー                 | 149 |          |                                                          |
| 50 | 1993年9月  | スポーツは体にわるいのか                    | 100 | 2008年7月  | ハチ刺傷症ーアナフィラキシーショックにご用心ー        | 150 |          |                                                          |

