

貸出資材一覧

分野	教材番号	教材名	年度	数量	教材説明
栄養・食生活	CD-ROM	4 知夫里四季のレシピ集 (CD-ROM)		1	①生活習慣から招く病気と食生活の関係 ②元気な生活をするために必要なこと ③食べ物の基礎知識 ④おいしく料理するための調理科学 ⑤食品に対する情報 他
	CD-ROM	5 食生活自己診断ソフト 「点検！わたしの食生活」 (CD-ROM)		2	①食生活健全度チェック ②バイキングメニューで食事診断 ③食生活指針を知ろう
	CD-ROM	6 牛乳の三次機能とQOL —生活習慣病の予防と健康課題の解決— (CD-ROM)		1	
	CD-ROM	7 楽しく点検「食事バランスガイド」 (CD-ROM)		1	健康的な食生活のめやすが一目でわかる
	DVD	8 聞いてみよう！食物アレルギーのこと (DVD)		1	①お医者さんに聞きました ②栄養士さんに聞きました ③先輩のお父さん・お母さんにも聞きました
	CD-ROM	9 子どもの食育 再発見！食べる楽しさ・大切さ (CD-ROM)	H17	1	①食べるって楽しい！ ②現代社会とわが家の食生活 ③食の楽しさ再発見！わが家で実践！食育アイディア 他
	DVD	10 食育のおはなし 食育はみんなが主人公 (DVD)	H19	1	息子の朝食 父と娘のダイエット 食品の安全性 他
	DVD	11 食事バランスガイド (DVD)	H19	2	食生活を取り巻く環境を最新のデータをもとに解説します。
	DVD	12 野菜パワーでからだ元気 (DVD)	H22	1	①野菜不足だとどうなるの？ ②知らないかった！野菜パワー ③どのくらい食べればいいの？ ④女性向け ⑤中年男性向け ⑥野菜嫌いの子どもを持つ親向け ⑦野菜を食べていまでもイキイキとした生活を！
	エプロンシアター	13 何でも食べる元気なあまちゃん		1	食べ物をあがめたり、さいつで口に運んでしまう。食べた食品が身体の中をどう通っていくか、どう吸収されるのかをわかりやすい
	エプロンシアター	14 カレーでおんど		1	
	エプロンシアター	15 グリーンマントのピーマンマン		1	子ども達に嫌われるもののピーマンはいつもシクシク。そこへ、好き嫌いする子が大好きなパイキンがやってきて…。ピーマンマンが登場し、やっつけるというお話しです。
	エプロンシアター	16 「早ね早おき朝ごはん」 ~生活習慣から始める食育~		1	
	紙芝居	20 生きる力を育む食育紙芝居(1)		1	1 きこえたね！いただきます (感謝・マナー・楽しく食べる)
	紙芝居	21 生きる力を育む食育紙芝居(2)		1	2 おふくちゃんの おいしいごはん (クッキング指導)
	紙芝居	22 生きる力を育む食育紙芝居(3)		1	3 おやおや もったいない！ (残さず食べる・食べ物の育ちを知る)
	紙芝居	23 生きる力を育む食育紙芝居(4)		1	4 はなたろうと あかべい (選食力・好き嫌い)
	紙芝居	24 生きる力を育む食育紙芝居(5)		1	5 おいしいランドのたんけんたい (味覚を育てる)
	紙芝居	25 「たべものランドのおまつりだ！」 (食べ物の働き)		1	いろいろな食べ物に出会った、サキちゃんは、食べ物が自分の体をつくり、日々の元気を支えてくれることを知ります
	紙芝居	26 「あさごはんでもりもりげんき」 (朝ご飯の大切さ)		1	今日は楽しい遠足です。でもカバくんは寝坊して朝ご飯を食べずに出かけ、歩けなくなってしまいます
	紙芝居	27 「きんびらたろう」 (良く噛んで味わう)		1	鬼退治に出かけた太郎は、奥歯を噛みしめれば力がグッとわいてくる…というおばあちゃんの言葉を思い出し…
	紙芝居	28 「おひめさまのカレーライス」 (好き嫌い)		1	ピーマンが大嫌いだったお姫様。コックさんからピーマンカレーを作ってもらひ食べることが出来ました。
	紙芝居	29 「がいこつめがね」 (丈夫な骨を作る)		1	メガネをかけるとピックリ！骨の中の骨が透けて見えるよ。君も見てみる？
	紙芝居	30 「ジュンペイのウンチ」 (うんちのはなし)		1	ウンチが出ないジュンペイ君。何でも食べて運動して…。カタツムリのデカみたいにうまくいくかな？
	紙芝居	31 「だんごとだいふく なにからできるの？」 (だんごとだいふく、なにでできるの?)		1	おもちはなにからできるの？おこめはどうやってつくられるの？お米からつくられる食べ物の楽しい紙芝居！
	紙芝居	32 アイスくん (アイス、なにでできるの?)		1	ある日、かき氷くんに「君はなにでできるの？」ときかれたアイスくん。「ぼくは何でできるのかな？」と悩んでいると…。
	紙芝居	33 とうふこぞうとなっとうむすめ (とうふとなっとう、なにでできるの?)		1	「とうふとなっとうをくださいな」ななちゃんがおかいものをしていると、とうふこぞうがやってきました！
	紙芝居	34 きんいろのおくりもの (パン、なにでできるの?)		1	こぐまのまーくんは、お母さんの大好きな金色のキラキラ光るものを誕生日プレゼントにしようとしていますが…。
	紙芝居	35 じやがいもコロコロ (コロッケ、なにでできるの?)		1	ふとっちょおひげのコックさんにじやいもはコロコロころがされて、さあどうなることでしょうか？
	紙芝居	36 へんしんおでん (おでん、なにでできるの?)		1	「えっ？おでんってお魚でできるの？うそだー！」 すると「おーい、ぼくらは魚だよ」とおでんがしゃべりだした！
	紙芝居(大型)	37 たからもの なあに？		1	適切な言葉かけ例と、豊富な指導展開例で楽しく食育の導入ができます。でんきッたちに案内されて「しょくいくランド」へ向かったようこちゃんとまもるくんは、わくわくするような探検をしながら、食べ物からいただいた「元気」という大事な宝物を登場します。
パネル	38 野菜を350g以上食べよう			1	
パネル	39 朝食をきちんと摂っていますか？			1	
タペストリー	40 おいしく食べて減塩			1	普段食べているものの食塩量・減塩のコツをイラスト付きで分かりやすく解説
タペストリー	41 高齢者も十分な栄養が必要			1	「健康レポート 高齢者の健康シリーズ」 栄養満点のレシピも添えて、高齢者の栄養の重要性を解説
タペストリー	42 低栄養に気を付けよう			1	「健康レポート 高齢者の健康シリーズ」 高齢者が陥りがちな“低栄養”についてイラスト付きで詳しく解説
タペストリー	223 食生活で高血圧予防			1	
模型	44 体脂肪サンプル (1kg)			1	重量、色、触感など人間の体脂肪に準じたモデルを目の当たりにすることによって、過度の体脂肪の危険性や体脂肪率管理の重要性を認識できます。
模型	224 体脂肪サンプル (3kg)			1	重量、色、触感など人間の体脂肪に準じたモデルを目の当たりにすることによって、過度の体脂肪の危険性や体脂肪率管理の重要性を認識できます。
機器	45 塩分計 うす味くん			25	和風・洋風・中華風の27料理ごとの適切な塩分濃度が確認できます。 ※電池切れあり

貸出資材一覧

分野	教材番号	教材名	年度	数量	教材説明
栄養・食生活	47	目で見てわかるシリーズ 野菜の調理変化モデル		1	野菜を多く摂取するための工夫として、調理によってどのように分量が変化するのかをあらわしたモデルです。 トマト・ピーマン・白菜の3種類のセットがあります。
	48	フードモデル「野菜」	H29	1	1日の目標摂取量350gを9種類のフードモデルで分かりやすく説明
	49	フードモデル「漬物」	H29	1	食塩量約1gの漬物フードモデルです。漬物に含まれる食塩量の比較にご活用いただけます。
	50	フードモデル「ごはん」 (100g)	H29	1	小茶碗に、100g分のごはんが入ったフードモデルです。 食育や糖尿病の単位指導にご活用いただけます。
	51	フードモデル「ごはん」 (150g)	H29	1	小茶碗に、150g分のごはんが入ったフードモデルです。 食育や糖尿病の単位指導にご活用いただけます。
	225	フードモデル「塩分の摂りすぎに注意」	R5	1	・ラーメンのお汁を残すと… ・お刺身のしょう油のつけ方
	226	フードモデル「見えない塩に要注意」	R6	1	・インスタントヌードル
	227	フードモデル「見えない油に要注意」	R6	1	・ポテトチップス ・チヨコレート
	228	フードモデル「見えない砂糖に要注意」	R6	1	・ロールケーキ ・どらやき
	52	わかる～ら～介護食 ごはんディスプレイ	H29	1	ごはんの形や大きさを連続的に表現したフードモデル。介護食の調理状態の指導説明に使用できます。 付属の表示カードを入れ替えることで離乳食の食事形態の指導にも活用できます。
	53	わかる～ら～介護食 にんじんディスプレイ	H29	1	にんじんの形や大きさを連続的に表現したフードモデル。介護食の調理状態の指導説明に使用できます。 付属の表示カードを入れ替えることで離乳食の食事形態の指導にも活用できます。
	54	わかる～ら～介護食 ほうれん草ディスプレイ	H29	1	ほうれん草の形や大きさを連続的に表現したフードモデル。介護食の調理状態の指導説明に使用できます。 付属の表示カードを入れ替えることで離乳食の食事形態の指導にも活用できます。
	55	そのまま食材カード		2	野菜、果物、肉、魚、主食、調味料などの調理前の食材が、実物大の大きさでカードになっています。
	56	そのまま料理カード (各種)		1	
	58	元気を作る食育かるた		1	4つのグループに分けた食べ物の種類や特徴を、楽しくかるたで紹介します。
書籍	221	ともくんのはいくえん (絵本)	R1	1	”絵本「ともくんのはいくえん」贈呈プロジェクトⅡ”より寄贈 (R2.3.13)
	229	食物アレルギーのひみつ (学研まんがでよくわかるシリーズ)	H31	1	
歯科保健	59	歯から健康が見えてきた (CD-ROM)	H15	1	①歯の健康 ②磨き方 ③資料 (合計32の資料がPDFになっています)
	60	歯周病を予防しよう (DVD)	H20	2	
	61	おかしのほしのくいしんぼう		1	3時になるとケーキ、ドーナツとおやつをどんどん食べていきますが、最後にはちゃんと歯みがきもするというお話です。
	62	味覚を育てる (味覚/歯と口の衛生)		1	長い舌がペロン！甘い、苦いなど味の種類やしづみ、表情も変えられます。口の中の様子もあるので、口の中の指導にも役立つ内容です。
	63	わらってよカバのはいしゃさん		1	虫歯になってしまったカバの歯医者さんは、虫歯を治しにワニの歯医者さんを訪ねますが、……。 歯科指導にぴったりのエプロンシアターです。
	65	フッ素のはたらきと効果		1	
	66	甘い物が好きな人はむし歯に注意		1	
	67	6歳の臼歯は、むし歯になりやすい！		1	
	68	歯ブラシはこまめに替えよう		1	
	69	デンタルフロスでブラークを取りのぞく		1	
	70	痛くなる前の定期検診		2	
	71	むし歯をつくる4つの要素		1	
	72	これがブラッシングのポイント		1	
	73	歯周ポケットをなくそう！		1	
	74	フッ素は歯を丈夫にする栄養素！		1	額無し
	75	ブラーク (歯垢) の正体		1	額無し
	76	ブラークができやすいところ		1	額無し
	78	子どものむし歯予防		1	額無し
タペストリー	80	健康は口から！加齢による口腔内環境の変化		1	「健康レポート 歯科保健シリーズ」 加齢現象による口腔トラブルについて、イラスト付きで詳しく解説
機器	81	歯科用 咬合力計		1	咬む力を測定できます。

貸出資材一覧

分野	教材番号	教材名	年度	数量	教材説明
タバコ	CD-ROM	たばこ対策～職場禁煙など～ (CD-ROM)		1	
	CD-ROM	たばことあなた 「平成13年度厚生科学研究費補助金による小中学校における禁煙防止教育の標準化とその評価」 (CD-ROM)	H13	1	子どもたちへの投げかけ「たばこに興味がありますか？」から始まる。たばこと健康、3大毒素、たばこと健康問題、主流副流煙、子宮内喫煙、きれいな空気で子ども育てる。日本と外国の表示の違い、「自分の一生は自分で決める」等を説明。パワーポイントで5章まで構成、先生のメモもついている。
	CD-ROM	今日からあなたもできる禁煙 (CD-ROM)	H15	1	ぜんそくの子どもと妊娠中の妻の3人家族教員が禁煙に成功したドラマ。子どもの中でも「たばこが原因」ということから禁煙。
	CD-ROM	たばこ教育教材 (CD-ROM)	H16	1	
	CD-ROM	タバコ17保 (CD-ROM)	H17	1	
	DVD	今から始める喫煙防止教育2版 (DVD)	H18	1	①たばこ、やめてね②タバコのけむりはあぶないよ！！③タバコって本当はどんなもの？考えてみようタバコと健康④タバコか健康かあなたはどちらを選びますか。
	CD-ROM	禁煙教材資料集（内部資料）第1版 (CD-ROM)	H19	1	
	DVD	NO SMOKING たばこのしくみ (DVD)		1	たばこについての各専門家の話や、豊富な写真や図版、また最新の画像診断情報をはじめ、各国のビデオメッセージや禁煙CMやポスターなどポスト喫煙社会へ向けた歩みも収め「たばこのしくみ」が多面的にビジュアルに理解できます。
	DVD テキスト	禁煙成功への道～あなたとあなたの大切な人のために～ (DVD・テキスト)	H20	2	※CD 2枚中1枚しかない
	紙芝居	たばこすうたらあかん！10場面		1	30才で弟を肺がんで亡くした作者の実話をもとに書き上げたもの。大阪弁の甥（こども）の口調でたばこの恐ろしさを説く。「おっちゃんはたばことひきかえに自分の命をすてた」という言葉が印象的
	紙芝居	たばこのない星のピコからのメッセージ12場面		1	ある晩、ひろきくんの家に飛び込んできた宇宙人のピコ。不思議な力でひろきくんの家族にたばこの害を説明。害を説明したピコはすてきな香りの花の種を残していく。
	紙芝居	あるたばこの探検隊15場面		1	たばこが突然、害と迷惑について調べる探検の旅に出かける。様々な体験をしながらわかつてきたことを人に「害に気づいて！」と問いかけるユニークなストーリー
	紙芝居	体中、タバコいやつていいてるよ15場面		1	身体の臓器（肝臓、気管支、胃、腸、手足、鼻、肺、血液、血管、心臓、脳）の働きとたばこの害について解説。「胃袋くん」「肝臓くん」「腸くん」として登場。最後に「脳みそくん」が体の中のみんなに「ごめんね、悪いことをしてしまった」と謝る場面あり。
	パネル	きれいな肺・タバコで汚れた肺		1	
	パネル	人生がダメになる！！ こんなにすごいタバコの害！		1	
	パネル	その気になればやめられる！ 私はこれでタバコをやめました		1	
	資材	98 タールサンプル		1	タバコを1日半箱(10本)吸う喫煙者の肺が、1年間に取り込む発ガン性物質の量を確認できます。
		99 スモーカーライザー		1	呼気中の一酸化炭素濃度が簡単にチェックできます。
		100 ハイチェックー	R1	1	肺年齢の測定が可能
アルコール	CDROM	アルコールですべてを失わないために	H16	1	
	DVD	〈飲酒運転防止研修用DVD〉 知って得する！アルコールの基礎知識		1	講座1 アルコールの「1単位」と体質 (13分) 講座2 「酔いの正体」と運転への影響 (7分) 講座3 「寝酒の落とし穴」と「節酒のコツ」 (9分) 講座4 「アルコール依存症」の予防と早期発見 (14分)
	DVD	〈飲酒運転防止研修用DVD〉 知って得する！アルコールの基礎知識／改定版		1	
	DVD	お酒を飲む喜びをいつまでも ～知っていますか適正飲酒～ 制作／キリンビール株式会社	H24	1	①適正飲酒スクリーニングテスト「A U D I T」 ②過度の飲酒が心身に及ぼす影響 ③節度ある適度な飲酒量（1日平均純アルコール量で約20g） ④アルコール消失時間（1ドリンク約2時間） ⑤お酒に強いか弱いかは遺伝が影響 ⑥お酒を減らすための対処法 ⑦お酒の効用と害 ⑧節酒のための目標設定 ⑨飲酒日記のつけ方
	書籍	未成年者の飲酒は法律で禁止されています アルコールの害	H28	2	未成年の飲酒防止のための健康教育本です。写真でアルコールに関する害等が分かりやすく学べます。
	資材	105 アルコールモデル	R1	1	適正飲酒量について啓発するためのフードモデル ビール、焼酎、レモン酎ハイ、日本酒、梅酒、ワイン、純アルコール量20gの目安 パネル(ミニ)
	書籍	106 がんのひみつ (書籍)	H25	2	まんがでよくわかるシリーズ
がん	書籍	がんになったら手にとるガイド (書籍)	H22	1	がん患者さんに必要な情報を網羅した「患者必携」が本になりました。患者さんと家族を支える情報がここにあります。
	書籍	108 もしも、がんが再発したら (書籍)	H23	1	がんの再発、私たちの体験 再発、転移とは 再発がんを治療する 他
	CD-ROM	女性のがん	H17	1	乳房に気になる変化を見つけたら 子宮がんには2通り Q & A 他
	DVD	マンモグラフィ検診へようこそ！		1	初めてマンモグラフィ検診をお受けになる方には、「とっても痛いらしい」と不安になる方の声がよく聞かれます。 受診者のこうした不安を取り除き、マンモグラフィで一番つらい乳房の圧迫はなぜ必要かを理解していただくための説明用DVDです。
	DVD	上杉検診の「いざ、検診！」		1	「がん検診なんですか？」と自分の健康管理をおろそかにする部長の前に突然、武将が現れた！？その名は「上杉検診」！ 「がんって何？」「なぜがん検診を受けなきやいけないの？」「がん検診ってどんなことをするの？」といった知識をコミカルに分かりやすく学べます。
	DVD	乳がん自己検診のすすめ		1	

貸出資材一覧

分野	教材番号	教材名	年度	数量	教材説明
がん	CD-ROM	113 知ってナットク！がん予防	H13	1	①がんは身近な病気 ②みんな「がんの芽」をもっている ③がんを防ごう ④がん検診の基礎知識
	DVD	115 がん検診啓発ビデオ ストップ・ザ・がん	H22	1	島根県が作成した、がん検診啓発用DVDです
	DVD	116 乳がんを早期に発見するために ~マンモグラフィ啓発DVD~		1	
	DVD	232 信頼のおけるがん情報をみつけよう—隠岐の島編—	R4	1	
	パネル	117 ガンを防ぐポイント(食生活の工夫)		1	
	パネル	118 ガンを防ぐポイント(タバコとアルコール)		1	
	パネル	119 乳ガンの自己検診-1		1	
	パネル	120 乳ガンの自己検診-2		1	
	パネル	121 乳ガンの自己検診-3		1	
	パネル	122 マンモグラフィによる乳がん検診		1	
	パネル	123 乳がんの自己触診をしましょう		1	
	パネル	124 20歳になったら子宮頸がん検診を受けましょう		1	
	パネル	125 子宮頸がんとHPV		1	
	パネル	127 働き盛りの「ガン」		1	
	パネル	128 若い女性の「ガン」		1	
	パネル	129 島根県で一番多いガン それは大腸がんです		1	
	パネル	233 知ってるようで知らないがんの事実 数字で見てみよう		1	
	パネル	234 無症状でも油断禁物！胃がん		1	
	パネル	235 あなたが「がん」になったら悲しむ人がいます だから今こそ！卒煙		1	
	パネル	236 自覚症状がないから「自分は大丈夫」と思っていませんか		1	吉田くんver
こころ・思春期	模型	130 乳がん模型		2	
	CD	131 こころのうたキャンペーン きづき (CD)	H22	10	島根県こころのうたキャンペーンで募集した体験談をもとに、島根県内で活躍するシンガーソングライター六子さんが作成した啓発用の楽曲です。
	DVD	132 石見の風にのせて —ぎんざんテレビ出前講座の軌跡1— (DVD)		1	
	DVD	133 石見の風にのせて —ぎんざんテレビ出前講座の軌跡2— (DVD)		1	
	冊子	134 石見の風にのせて —ぎんざんテレビ出前講座の軌跡3— (テキスト)		1	
	DVD	135 石見の風にのせて —ぎんざんテレビ出前講座の軌跡4— (DVD)		1	
	DVD	136 石見の風にのせて —ぎんざんテレビ出前講座の軌跡6— 前編 (DVD)		1	
	DVD	137 石見の風にのせて —ぎんざんテレビ出前講座の軌跡6— 後編 (DVD)		1	
	DVD 冊子	138 石見の風にのせて 一ぎんざんテレビ出前講座の軌跡7—	H27	各1	
	DVD 冊子	139 石見の風にのせて 一ぎんざんテレビ出前講座の軌跡8—	H28	各1	
	DVD	140 眠れていますか? ~うつの早期発見と自殺予防~		1	
	DVD	141 島根県精神障害者退院支援事業～精神障害者の方が暮らしやすい地域社会の実現をめざして！～		1	
	DVD	142 総合失調症の人の回復力を高める家族のコミュニケーション (DVD)		1	①回復力を高める接し方 ②ドラマで学ぶ回復力を高める会話 ③家族SSTの進め方
	CD-ROM	143 こころの健康づくり「ストレス編」 (CD-ROM)		1	
	CD-ROM	144 こころの健康づくり「子どものこころと生活編」 (CD-ROM)	H16	1	
	冊子 DVD	145 自殺対策マニュアル	H18	1	自殺対策に取り組むにあたって 自殺対策の取組の経緯 自殺対策の実際 他
	冊子 DVD	146 自殺対策マニュアル	H19	1	

貸出資材一覧

分野	教材番号	教材名	年度	数量	教材説明
こころ・思春期	DVD	自閉症の子どもたち 一パリアフリーを目指してー	H18	1	①自閉症の子どもたち ②自閉症ってなに? ③もっと知って自閉症のこと ④自閉症のある人への支援 ⑤家族からのメッセージ
	DVD	精神障害者地域移行支援特別対策事業 地域体制整備コーディネーターの業務に関する研修用映像「街で暮らしたいね」を支援するために	H19	1	
	FLV	「こころのサインに気づいたら」	H22	1	
	DVD	ゲートキーパー一般啓発用DVD		1	
	DVD	ゲートキーパー養成研修用DVD	H23	1	ゲートキーパーが自死の危険性がある人をどのように認識し、対応するか、また、初期の支援や、適切な支援への導入をどのように行うかということをメンタルヘルス・ファーストエイドの5ステップに基づいて学びます。
	DVD	こころのサインに気づいたら ~ゲートキーパー養成研修用DVD(被災地対応編)~	H23	2	ゲートキーパーが自死の危険性がある人をどのように認識し、対応するか、また、初期の支援や、適切な支援への導入をどのように行うかということをメンタルヘルス・ファーストエイドの5ステップに基づいて学びます。
	DVD	こころのサインに気づいたら ~ゲートキーパー養成研修用DVD(講義編・資料編)~	H23	2	ゲートキーパーが自死の危険性がある人をどのように認識し、対応するか、また、初期の支援や、適切な支援への導入をどのように行うかということをメンタルヘルス・ファーストエイドの5ステップに基づいて学びます。
	DVD	こころのサインに気づいたら ~ゲートキーパー養成研修用DVD(地域対応編・心得編)~	H24	2	ゲートキーパーが自死の危険性がある人をどのように認識し、対応するか、また、初期の支援や、適切な支援への導入をどのように行うかということをメンタルヘルス・ファーストエイドの5ステップに基づいて学びます。
	DVD	認知症ケア		1	①手探りで切り開いた認知症ケア ②自分らしく生きぬくために ③早期診断そして人生は続く
	DVD	みんなでつくる発表会	H24	1	
	DVD	二本の傘		1	認知症になってしまった父。それを支える家族。 ドラマパートと解説パートに分けて、認知症を紹介しています。
	DVD	”依存症”からの回復 NHK厚生文化事業団	H27	1	①依存症とは何か ②回復への道 ③家族を支える
	CD-ROM	明日に向かって 思春期に喘息の君へ	H18	3	
	DVD	保健室からのSOS 思春期の保健対策と健康教育	H18	2	
	パネル	働き盛りの睡眠キャンペーン パパ、ちゃんと眠れてる?		1	
運動	冊子	だらしない夫じゃなくて依存症でした。	R2	1	
	CD-ROM	ラジオ体操第1・ラジオ体操第2・みんなの体操		1	①ラジオ体操第1(号令入り) ②ラジオ体操第2(号令入り) ③みんなの体操(号令入り) ④ラジオ体操第1(号令なし) ⑤ラジオ体操第2(号令なし) ⑥みんなの体操(号令なし)
	CD-ROM	元気アップ めめなくん体操		1	みんなでできます! 歌いながらできます! 動体視力の向上につながります! 体の柔軟性の向上! 体幹、四肢の筋力向上! バランス力の向上!
	CD-ROM	今日からできる暮らしの中の運動	H14	1	
	CD-ROM	みんなの介護予防	H17	1	ムービー編: ①介護予防の考え方 ②運動機能向上 ③栄養改善 ④口腔ケア ⑤閉じこもり予防 ⑥うつ予防 ⑦認知症予防 ⑧健康運動指導士による運動実技 資料編: 介護保険
	DVD	8・6体操 一介護予防体操一	H18	1	
		167 知夫村運動資料	H19	1	①ストレッチ資料 ②運動量算出表 ③健康づくりのための運動指導
	DVD	コートに輝く笑顔と汗		1	精神障害者がどのようにスポーツに取り組んでいるのか。メンバー自身の活動はもちろん、監督やコーチがどう関わっているのか。また、行政をはじめ周囲の人達がどのような支援を行っているのかを描いたドキュメンタリー。
	DVD	私たちの健康は私たちの手で 気軽にエクササイズ		1	①タオルストレッチ ②ポールトレーニング ③「よろこびを忘れずに」イメージソング体操
	DVD	介護予防のためのマシンを使わない 筋力向上トレーニング	H18	2	マシンを使用することなく、手軽に行える筋力向上トレーニングを収録
	DVD	メタボリックシンドロームを予防する エクササイズガイド	H19	2	
	DVD	みんなで楽しく健康づくり エクササイズでコミュニケーション!!	H20	2	
	DVD	大人のためのエンジョイスポーツライフ	H21	2	
	DVD	美しく、若々しく 家庭でできるアンチエイジング	H22	1	
	DVD	スマートダイエットのススメ	H22	1	これまでの実績から「3か月で8kgやせる」という効果を実感。
	機器	握力計		1	
	機器	デジタル握力計		1	
	機器	ロコモ度テスト「立ち上がりテスト用ボックス(強化段ボール製)」	H29	2	立ち上がりテストを実施するための強化段ボール製ボックスです。 10cm~40cmの高さのボックス4個セット。附属DVDや取扱説明書がついてきます。 軽量でありながら、耐荷重120kgの強度となっています。
	機器	万歩計			※使える奴と使えないやつがあります。
	機器	ハンドウェイト(ダンベル)		15	軽い負荷をつけるウォーキング等に利用できます。

貸出資材一覧

分野	教材番号	教材名	年度	数量	教材説明
運動	機器	けん玉		48	
	機器	ニチレクボール		5	室内やアスファルトの上でもペタンクを楽しめます。
生活習慣病	CD-ROM	転倒・骨折予防資料集		1	
	CD-ROM	生活習慣病～糖尿病を防ごう～	H12	1	
	CD-ROM	生活習慣の改善で心臓病を予防しよう！	H13	1	
	CD-ROM	脳卒中にならない暮らし方、してますか	H14	1	
	CD-ROM	栄養・食生活の改善で生活習慣病を予防しよう！	H14	1	
	CD-ROM	ためになる楽しい糖尿病予防教室	H16	1	
	DVD	メカニズムを学んで予防するメタボリックシンドローム	H18	2	
	DVDテキスト	健康診断を受けてよかったです	H19	2	
	DVD	サイレントキラー高血圧の恐怖十専門医に聞く	H21	2	
	DVD	1に運動 2に食事 しつかり喫煙 最後にクスリ	H21	2	
	CD-ROM	骨粗しょう症を改善しましよう 転倒しないようにするバランストレーニング	H22	1	
	書籍	島大病院 ちょっと気になる健康講座	H27	1	病気・健康維持・病院施設のはなしを島根大学病院のスタッフがわかりやすく説明します。
	書籍	島大病院 ちょっと気になる健康講座 6		1	
	書籍	メタボリックシンドローム 脂肪細胞のひみつとつきあい方		1	
母子保健	機器	血圧計		3	島後（手首用…1）（上腕用…1）
	機器	電子脈拍計			電池切れ、使えるのもある
	模型	血管サンプル（正常血管・異常血管）		1	
	DVD	しまねMAMEインフォ（令和3年～令和5年）	R6	2	県民向け健康情報動画「しまねMAMEインフォ」について、令和3年度～令和5年度までに公開した31の動画を収録したDVDです。動画の閲覧が難しい環境下での視聴等にご利用ください。（権利関係上、複写使用禁止。島根大学医学部環境保健医学講座（0853-88-3064）問い合わせにより、DVD追加貸出可能）
	DVD	①チームで考える！糖尿病療養指導・支援のポイント		1	
	DVD	②チームで考える！糖尿病療養指導・支援のポイント		1	
	DVD	③チームで考える！糖尿病療養指導・支援のポイント		1	
	DVD	④チームで考える！糖尿病療養指導・支援のポイント		1	
	パネル	わたしも糖尿病かも！？糖尿病を防ぐ食事		1	
		196 母子関係様式集		1	
	CD-ROM	こどもエコクラブ エコロジカルトレーニング～できることからはじめる環境学習～	H14	1	
	DVD	発達につまずきがある子どもの子育て～療育の実際～	H19	1	
	DVD	赤ちゃんがこんなふうに泣くことを知っていましたか The Period of PURPLE Crying		1	健健全な赤ちゃんなら生後5か月はとてもよく泣くもの。パープルクライニングは、この泣き行動を理解するための新しい考え方。赤ちゃんに泣かれる前に、何が正常であり、どう心の準備をするかを説明します。
	DVD	赤ちゃんが泣きやまない～泣きへの理解と対処のために～		1	赤ちゃんに恵まれ、育てることは、幸せを運んでくれる素晴らしいことです。しかし、大変さもあります。例えば赤ちゃんの泣き。自分の想像以上に赤ちゃんに泣かれたら・・・あなたはどうしますか？
		203 発達障害児早期発見行動観察マニュアル		1	
	DVD	わかりやすい最新の不妊治療エキスパートシリーズ ミオ・ファティリティ・クリニック	H17	1	一般不妊治療から生殖補助医療技術（ART）まで。
	模型	沐浴人形		1	
	模型	胎児発育順序モデル		1	
	書籍	重症児者の防災ハンドブック 3.11を生きぬいた重たい障がいのある子どもたち	H30	1	
	DVD	アレルギーの「保健指導」と母子保健事業における具体的な展開		1	

貸出資材一覧

分野	教材番号	教材名	年度	数量	教材説明
のぼり	207	みんなでめざそう しまね健康なまちづくり		2	健康長寿しまね推進会議・島根県
	208	健康長寿日本一をめざして		14	隠岐圏域健康長寿しまね推進会議
	209	めざせ健康長寿！「ごちそうさま おはしをブラシに持ちかえる」		6	隠岐圏域健康長寿しまね推進会議
	210	未成年者の喫煙は家庭で地域で防ぎましょう 5/31世界禁煙デー・5/31~6/6禁煙週間		6	隠岐圏域健康長寿しまね推進会議
	211	めざせ健康長寿！「毎朝、朝ご飯を食べましょう～早寝早起きバランスの良い朝ご飯～」		6	隠岐圏域健康長寿しまね推進会議
	212	がん検診を受けましょう がん検診は早期発見の切り札！！		5	島根県
	213	がんから身を守るために…もっと受けようがん検診！ 9月はがん征圧月間		3	隠岐圏域健康長寿しまね推進会議・岐阜保健所
	214	がん検診 愛する家族への 贈りもの めさせ検診率50%超		5	島根県
	215	がんになりにくい生活を！禁煙・適正飲酒・減塩・適度な運動・バランスよい食事 9月はがん征圧月間		3	隠岐圏域健康長寿しまね推進会議・岐阜保健所
	216	行こう！誘おう！がん検診 9月は「がん征圧月間」です		2	島根県
	217	ひとりで悩まないで 一人ひとりの大切ないのち		各2	ペーパー・緑2種類あり 島根県
	218	心の健康キャンペーン ひとりで悩まないで早めに相談を！		3	隠岐圏域健康長寿しまね推進会議
	252	まめまめ部会「しっかり朝食 ちょびっと減塩」	R6	3	
	253	わくわく部会「毎日の運動増やし減るメタボ 伸ばそう歩数伸ばそう健康寿命」	R6	3	
	254	はればれ部会「休刊日は健康への第一歩」	R6	3	