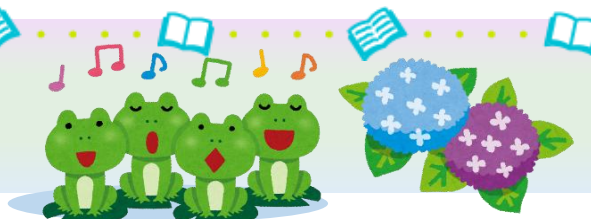


図書室だより No.27



現在、熱海病院では約16,000タイトル[※]の電子ジャーナル/約10,000冊[※]の電子ブックがご利用可能です。
 今回は『からだを知り、季節の不調に備える』をテーマに選定した電子ブックを一部紹介致します。
 (図書画像をクリックすることで、各電子リソース掲載ページへアクセス可能です)

※2026年4月時点

熱中症に備える 	40℃超えの日本列島でヒトは生きていけるのか 体温の科学から学ぶ猛暑のサバイバル術, 永島計(著), 2023, 化学同人 近年の夏は40℃越えの酷暑日も珍しくありません。厳しい暑さを乗り切るための知恵として、「体温」への理解を深めましょう。本書では人間の体温調節のしくみに焦点を当てて、環境と体温の関係、ヒト以外の動物の暑さ対策、熱中症の発症理由とその対策など、多彩な側面からそのメカニズムを解き明かしております。	皮膚トラブルに備える 	外来で鑑別診断に困ったら 季節をヒントに皮膚を診る , 矢上晶子(編集), 2023, メジカルビュー社 紫外線、虫刺され、汗、感染症、寒暖差など、夏季は皮膚に関するトラブルが特に増える季節です。本書では日常診療でよく見られる皮膚疾患について、春夏秋冬、また通年見られるものに分けて解説しております。疾患の原因・病型、実施すべき検査、鑑別診断だけでなく、日常で気を付けるべき点の解説や豊富な臨床写真など、患者へのアドバイスにも役立つ内容です。
--	--	---	---

メンタル不調に備える 	働く人のメンタル不調サポートブック —メンタルヘルスにかかわる医療職種・支援者必携—, 姫井昭男(著), 2024, 診断と治療社 新生活や環境変化によるストレスにより、メンタル不調を起こす労働者は少なくありません。特に初夏は顕著です。本書は精神科を専門としない医師や職場の支援者を対象に、メンタル不調・障害が生じるメカニズムや代表的なメンタル障害の特徴、職場での対応の留意点などが、具体的なケースを基に解説されております。	いま一度からだを知る 	看護のための からだの正常・異常ガイドブック 第2版 , 山田幸宏(監修), 2023, サイオ出版 からだの仕組みを知って疾病に備える。いま一度解剖生理学を通じて、からだの機能を再認識してみませんか。本書は呼吸器、循環器など系統毎の全13章構成で、人体の構造とその機能、何をもって異常や病気が生じるのかを関連付けて理解することができます。Q&A形式で分かりやすく解説されており、病態への本質的な理解を深めるのに適した若手看護師におすすめの図書です。
---	--	---	---

「健康」について考える 	50のキーワードで学ぶ健康科学 人生100年時代を生きる基盤として, 島本太香子(編著), 2026, 丸善出版 「健康」とは何か？個人によってそのイメージは多種多様ですが、より良く生きていくために必要不可欠ということは共通しています。本書では生活習慣病やストレス、はたまた健康を守る社会の仕組みなど50のテーマをキーワードとして、科学の目線から幅広い健康のかたちを取り上げて解説しております。自身にとっての健康とは何か、幅広い視点から考えてみませんか。	「休養」について考える 	休養学基礎 一疲労を防ぐ！健康指導に活かす, 一般社団法人日本リカバリー協会(監修) 杉田正明, 片野秀樹(編著), 2021, メディカ出版 健康に過ごすために、休養は切っても切れない関係です。本書では「休養」とは何かといった基本的な部分から、疲労やストレスを軽減するための効果的な休養の取り方、疲労の度合いを測る評価方法など、休養モデルや取り組みの具体例を用いながら解説。「休養」を科学的に体系化した良書です。 ※関連図書:『疲労学 —「休養学」博士が20年間考え続けた毎日がんばるあなたのための—』(東洋経済新報社)
--	---	--	--

☆これまでの図書室だよりにて紹介した電子ブックは『熱海病院ブログ』より閲覧可能です(配信停止のもの除く)

※この他にも医学・医療に関連したジャーナルが院内PCで閲覧可能です。

現在閲覧可能な電子ブック/ジャーナルに関しましては『[インフォナビ](#)』をご確認ください。

テーマ別にピックアップされたおすすめ電子ブックもございます: [電子ブック\(テーマ別\)](#)

※個人端末でのご利用(院外からのアクセス)を希望される場合は

[『eリソースコネクト』のご登録をお願い致します。](#)

電子ブック・ジャーナルの使い方が分からない場合は、お気軽に図書室までお問い合わせください

内線: 2200、2203 Mail: atamilib@ihwg.jp