

## きょうの健康

先どり きょうの健康

放送 Eテレ(月~木) 20:30~20:45  
 再放送 Eテレ(翌週月~木) 13:35~13:50  
 放送 総合(金) 10:40~10:55  
 再放送 総合(土) 4:15~4:30

| 月                           | 火                            | 水                            | 木                           | 金            | 土  |
|-----------------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------|----|
| 5                           | 6                            | 7                            | 8                           | 9            | 10 |
| 夏休み特集 お悩み解決!みんなの保健室         |                              |                              |                             |              |    |
| 見られたくない!<br>ニキビの悩み<br>黒川 一郎 | 思春期男子の<br>“シモ,,”の悩み<br>小堀 善友 | 朝起きられない…<br>これって病気?<br>吉田 誠司 | 思春期ダイエット<br>の落とし穴<br>鈴木 眞理  | アンコール<br>こころ |    |
| 12                          | 13                           | 14                           | 15                          | 16           | 17 |
| アンコール こころの病気 総力特集           |                              |                              |                             | 先どり          |    |
| ゲーム障害<br>樋口 進               | うつ病<br>河西 千秋                 | 高齢者の<br>うつ病<br>河西 千秋         | 双極性障害<br>寺尾 岳               | アンコール<br>腰痛  |    |
| 19                          | 20                           | 21                           | 22                          | 23           | 24 |
| アンコール トコトン!腰痛大解決            |                              |                              |                             | 先どり          |    |
| 慢性腰痛<br>松平 浩                | 腰痛を<br>体操で改善!!<br>松平 浩       | “しびれる,,<br>腰痛<br>松平 浩        | 返済!<br>“腰痛借金,,<br>松平 浩      | 糖尿病          |    |
| 26                          | 27                           | 28                           | 29                          | 30           | 31 |
| 糖尿病 一人一人の対策                 |                              |                              |                             | 先どり          |    |
| まさか 私も<br>糖尿病に?<br>稲垣 暢也    | すぐできる!<br>生活習慣改善<br>稲垣 暢也    | 血糖値<br>どこまで下げる?<br>稲垣 暢也     | 全身に合併症<br>認知症・がんも?<br>稲垣 暢也 | Q&A特集<br>腰痛  |    |

※全国高等学校野球選手権大会期間中のため、  
放送の休止や放送時間が変更になる場合があります。