

# 「知りたい！花粉症・アレルギー」

健やか生活応援コーナーでは、話題のテーマや季節に合わせてミニ展示を行っています。

第19回のテーマは、「花粉症・アレルギー」です。

春が近づくと、鼻がムズムズ、くしゃみが連発、目がかゆい…今年も花粉症の季節がやってきます。つらいアレルギー症状を軽減するには、どうすればいいのでしょうか。



そこで今回は、花粉症・アレルギーに関する本50冊を集めた展示を行います。

**期間：平成30年2月27日（火）～平成30年4月22日（日）**

## 花粉症・アレルギーを知る

・『Q&Aでよくわかる「アレルギー」のしくみ アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、花粉症、気管支ぜんそくの最新科学』 斎藤博久／著 技術評論社 (2015.12)

請求記号：4931 / S62 / 2

資料番号：1109366227

・『アレルギー医療革命 花粉症も食物アレルギーも治せる時代に！』 NHK スペシャル取材班／著 文藝春秋 (2016.3)

請求記号：4931 / N4 / 6

資料番号：1109466381

・『ナノテクノロジーで花粉症を治せるか？』 花方信孝／著 コロナ社 (2017.3)

請求記号：4931 / H64

資料番号：1109630903

## 花粉症対策

・『花粉症・アレルギーを自分で治す70の知恵』 水嶋丈雄／監修 主婦の友社 (2017.2)

請求記号：4931 / M74

資料番号：1109608008

・『花粉症・アレルギー性鼻炎 つらい症状から逃れる近道と、自分にあった予防・治療法の見つけ方』 徳永貴広／著 1万年堂出版 (2015.3)

請求記号：4931 / T55

資料番号：1109078319

・『通院してもちっとも治らないアレルギー性鼻炎を本気で治す！』 浦長瀬昌宏／著 時事通信出版局 (2017.3)

請求記号：4967 / U1

資料番号：1109712990

## 花粉症対策

・『これでスッキリ花粉症がみるみるよくなる62の対策』 福田千晶／監修 日東書院本社  
(2013.1)

請求記号：4931／F18

資料番号：1108826940

・『鼻の病気はこれで治せる 鼻づまりや花粉症の悩みもスーッと解消!』 石井正則／著 二見書房  
(2012.2)

請求記号：4967／I1／1-2

資料番号：1108435056

## 食事療法・体質改善

・『何を食べる?何を食べない?食と健康の哲学 健康長寿は食にあり』 上瀬英彦／著 ルネッサンス・アイ  
(2015.9)

請求記号：4985／J9

資料番号：1109283414

・『アレルギーに負けない体は「腸」がつくる 毎日の食べ方・暮らし方をどう変えるか』 藤田紘一郎／著 実務教育出版  
(2012.12)

請求記号：4931／F17

資料番号：1108545847

・『気になる免疫力がみるみる高まる大百科』 主婦の友社／編・刊  
(2013.10)

請求記号：4918／S6／1-2

資料番号：1108665587

・『「腸の力」であなたは変わる 一生病気にならない、脳と体が強くなる食事法』 デイビッド・パールマター／著 三笠書房  
(2016.3)

請求記号：4913／P11

資料番号：1109462281

リストには一部を掲載しています。  
他にもいろんな本をご用意してありますので、どうぞご来館ください。



平成30年2月27日発行

編集・作成：香川県立図書館資料課「健やか生活応援コーナー」担当