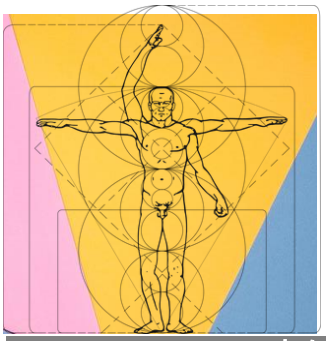
令和3年度第2回放送大学・県立図書館連携講座



「ホルモンのはたらき」

に関する資料リスト

2021.10.03　岡山県立図書館　自然科学・産業資料部門

※ リストはテーマに関連する本の一部です。

女性ホルモン

書名	著者名	出版者	発行年	請求記号	資料番号
女子の心と体のトリセツ　大切なのに誰も教えてくれなかった	神藤 多喜子／著	大和書房	2020.11	495/ｼﾝ20/	0015651144
エストロゲンと女性のヘルスケア 産婦人科学読本	武谷 雄二／著	メジカルビュー社	2015.3	495/ﾀｹ15/	0012853495
大人女子ホルモン危機をのりこえる!!	対馬 ルリ子／著	宝島社	2012.9	495/ﾂｼ12/	0011442464
女性ホルモン基本事典 不調をなおしてキレイになる	平田 雅子／監修	成美堂出版	2010.5	495/ﾋﾗ10/	0009690082
これってホルモンのしわざだったのね 女性ホルモンと上手に付き合うコツ	松村 圭子／著	池田書店	2020.8	495/ﾏﾂ20/	0015564289
女性ホルモンメンテナンス 専門医が教える!薬剤師が実践する!	宮地 清光／著	ルネッサンス・アイ	2018.9	495/ﾐﾔ18/	0014574099
噂の女医がこっそり教える女の不調が消える本 女性ホルモンの働きと肌、体、心…知識があれば、人生が変わる	吉木 伸子／著	主婦の友社	2016.6	495/ﾖｼ16/	0013528807
更年期以後を元気に生きる女性ホルモン補充療法	新野 博子／著	海竜社	2013.4	495.13/ｼﾝ13/	0011825924
プレ更年期1年生 その不調、すべて女性ホルモンの減少が原因かも!	対馬 ルリ子／監修	つちや書店	2019.6	495.13/ﾂｼ19/	0014628689
女性ホルモンは賢い 感情・行動・愛・選択を導く「隠れた知性」	マーティー・ヘイゼルトン／著	インターシフト	2020.4	495.13/ﾍｲ20/	0015211717
オトナのための女性ホルモンの話 女は50歳からよ!	吉川 千明／著	宝島社	2013.6	495.13/ﾖｼ13/	0011888708

男性ホルモン

消えゆくY染色体と男たちの運命 オトコの生物学	黒岩 麻里／著	学研メディカル秀潤社	2014.3	467.3/ｸﾛ14/	0012237772
なぜ一流の男は精力が強いのか? 男性ホルモン力を上げれば人生が変わる	岡宮 裕／著	経済界	2015.5	491.457/ｵｶ15/	0012878666
男が40を過ぎてなんとなく不調を感じ始めたら読む本	秋下 雅弘／著	メディカルトリビューン	2012.8	493.18/ｱｷ13/	0011277100
熟年期障害 男が更年期の後に襲われる問題	熊本 悦明／[著]	祥伝社	2018.7	493.18/ｸﾏ18/	0014550214
最強の男性ホルモン「テストステロン」の秘密 40歳を過ぎても、現役の男でいるために	クロード・ショーシャ／共著	ブックマン社	2019.3	493.18/ｼｮ19/	0014869465

書名	著者名	出版者	発行年	請求記号	資料番号
さまざまなホルモン					
性を司る脳とホルモン	山内 兄人／編著	コロナ社	2001.2	491.35/ﾔﾏ03/	0005293485
なんでもホルモン 最強の体内物質が人生を変える	伊藤 裕／著	朝日新聞出版	2015.3	491.457/ｲﾄ15/	0013150800
奇跡のホルモン・スイッチ 潜在能力を引き出す	加藤 雅俊／著	幻冬舎	2019.3	491.457/ｶﾄ19/	0014879415
はたらくホルモン 人生が変わるホルモンコントロール術	工藤 孝文／著	講談社	2020.7	491.457/ｸﾄ20/	0015530108
ホルモンの事典	清野 裕／[ほか]編集	朝倉書店	2004.5	491.457/ｾｲ04/	0006271126
人は愛することで健康になれる 愛のホルモン・オキシトシン	高橋 徳／著	知道出版	2014.12	491.457/ﾀｶ15/	0012920286
オキシトシンがつくる絆社会 安らぎと結びつきのホルモン	シャスティン・ウヴネース・モベリ／著	晶文社	2018.10	491.457/ﾓﾍ18/	0014723407
ミクロワールド人体大図鑑[6]電子顕微鏡で見る人体の不思議	宮澤 七郎／監修	小峰書店	2019.3	C491/ﾐﾔ/6	0014873178
ホルモンバランスを整える					
ナチュラルテストステロン 男性更年期とハーブの活用	スティーブン・ハロッド・ビューナー／著	フレグランスジャーナル社	2009.5	493.18/ﾋｭ09/	0009082314
20歳若返るデキる男のアンチエイジング	古賀 祥嗣／著	イースト・プレス	2018.10	494.98/ｺｶ18/	0014572655
女性ホルモンの力でキレイをつくる本 いま、からだの中から変わる!	関口 由紀／監修	朝日新聞出版	2015.3	495/ｾｷ15/	0012858239
女性のからだ ちょっとした不調をなくす本	対馬 ルリ子／著	ぴあ	2019.2	495/ﾂｼ19/	0014861397
きれいをつくる女性ホルモンの整え方	藤永 則雄／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2013.10	495/ﾌｼ13/	0012175758
雅先生教えて!女子が知りたい自分のカラダと向き合う本	松永 雅美／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2019.9	495/ﾏﾂ19/	0015041106
「男性医学の父」が教える最強の体調管理 テストステロンがすべてを解決する!	熊本 悦明／著	ダイヤモンド社	2019.10	498.3/ｸﾏ19/	0015061344
いたわりごはん。毎日忙しい、あなたのプチ不調に		オレンジページ	2015.4	498.583/ｲﾀ15/	0013158159
若返りスイッチをONにする食べ方 あなたの脳は、自分の体を何歳と診断するか?	オーガスト・ハーゲスハイマー／著	小学館	2013.7	498.583/ﾊｹ13/	0011938214
40歳からのホルモンリセット 脚もお腹もお尻もスッキリ!	ナターシャ・スタルヒン／著	講談社	2016.7	595.6/ｽﾀ16/	0013649843
元気ときれいの教科書からだの本 vol.22		オレンジページ	2014.7	L498.3/ｹﾝ14/22	0012552220