



# 「目の健康」

## に関する資料リスト

自然展示2 2023. 11. 22. 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。

書名	著者名	出版者	出版年	請求記号	資料番号
<b>目によい習慣・健康法</b>					
緑内障眼科医の私が患者ならこう対処! 名医が教える最新1分習慣大全		文響社	2022.6	496.36/リヨ22/	0015955842
7つの処方箋で目がよくなって超健康になる!	今野 清志/著	三笠書房	2021.9	496.41/コン21/	0015948748
眼圧リセット 手のひらマッサージで目の不調がスッキリ整う	清水 ろっかん/著	飛鳥新社	2021.2	496/シミ21/	0015733470
患者が絶えないカリスマ眼科医がやっている失明しない習慣	平松 類/著	小学館	2020.7	496/ヒラ20/	0015324221
視力を失わないために今すぐできること 世界一の眼科外科医がやさしく教える	深作 秀春/著	主婦の友社	2021.1	496/フカ21/	0015425432
デジタル眼精疲労の対処法 目の疲れを自分で和らげ・回復させる6つの処方箋!	林 義人/著	榎出版社	2020.9	L496.4/ハヤ21/	0015389257
<b>視力回復法</b>					
10秒の「眼筋さすり」で目はよくなる! 老眼・近視・緑内障・白内障	内田 輝和/著	PHP研究所	2021.3	496.3/ウチ22/	0015949837
不調が消えて目がよくなる! 1分「視力」リセット	今野 清志/著	宝島社	2021.6	496.41/コン22/	0015953268
どんどん目が良くなるマジカル・アイ	徳永 貴久/監修	宝島社	2021.4	496.41/トク21/	0015807548
1日3分楽しむだけで勝手に目がよくなる! ガボール・アイ	平松 類/著	SBクリエイティブ	2021.7	496.41/ヒラ22/	0015949555
眼科医が選んだ目がよくなる写真30 簡単に、楽しく、「見る」力がつきます!	本部 千博/著	興陽館	2020.1	496.41/ホン20/	0015120637
スッキリ見えるように戻る視力回復セルフヨガ	山本 正子/著	レベル	2020.2	496.41/ヤマ20/	0014679609
大人気YouTuber眼科医ヨシユキの視力回復ブック	宇佐美 欽通/著	マキノ出版	2021.3	L496.41/ウサ21/	0015236656
<b>老眼</b>					
超音波マッサージで近視・老眼はズバリなおせる!	田井 千津子/監修	青娥書房	2021.6	496.41/タノ21/	0015824832
老眼は自分で治せる!	今野 清志/著	アチーブメント出版	2022.10	496.42/コン22/	0016435877
1日5分!老眼回復法 目とからだのお医者さんが教える	本部 千博/著	三笠書房	2020.1	B496.42/ホン20/	0015184682

※ リストはテーマに関連する本の一部です。

書名	著者名	出版者	出版年	請求記号	資料番号
<b>白内障・緑内障</b>					
緑内障加齢黄斑変性治療大全	大鹿 哲郎／監修	講談社	2023.6	496.3/オオ23/	0016362857
老眼近視乱視遠視も治せる白内障手術のすべて ビジュアル解説でわかる!	赤星 隆幸／著	KADOKAWA	2020.12	496.35/アカ21/	0015700768
「一生よく見える目」を手に入れる白内障手術	市川 一夫／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2020.12	496.35/イチ21/	0015427503
人生が変わる白内障手術	山崎 健一朗／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2023.7	496.35/ヤマ23/	0016298473
自分でできる!人生が変わる緑内障の新常識	平松 類／著	ライフサイエンス出版	2022.6	496.36/ヒラ22/	0015267107
緑内障の真実 最高の眼科医が「謎と最新治療」に迫る	深作 秀春／著	光文社	2022.6	496.36/フカ22/	0016108151
緑内障 眼科の名医10人が教える最高の克服法大全		文響社	2020.7	496.36/リヨ20/	0015530215
緑内障自分で治す最強事典 14人の眼科の名医・専門家が失明を食い止める極意を伝授		マキノ出版	2021.3	496.36/リヨ21/	0015733488
<b>目の病気と治療</b>					
世界が変わる!次世代眼内コンタクト まるわかり!アイシーエル治療のすべて	神谷 和孝／著	日本橋出版	2022.6	496.24/カミ22/	0016124513
ココが知りたかった!目の病気のメカニズム 超わかりやすい病気の仕組みと正しい治療	飯島 裕幸／著	技術評論社	2021.10	496.3/イイ22/	0016059230
放っておくと失明する怖い目の病気	市川 一夫／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2022.12	496.3/イチ23/	0016434839
スマホ失明	川本 晃司／著	かんき出版	2022.12	496.41/カワ23/	0016434813
奇跡のメガネ だれも知らない「脳内視力」の秘密	松本 康／著	自由国民社	2020.10	496.41/マツ21/	0015393846
「目」のトリセツ 目の疲れ かすむ 乾く かゆい 二重に見える…	杉田 美由紀／監修	主婦の友社	2022.5	496/スキ22/	0015492978
「見えづらい」を名医が解決!名医のいる病院 2023 眼科治療編		医療新聞社	2023.4	496/ミエ23/2023	0016147563
<b>子どもの目の健康</b>					
子どもの目はすぐよくなる 1分間ビジョン・トレーニング	中川 和宏／著	青春出版社	2019.11	496.41/ナカ19/	0015056666
子どもの目が危ない「超近視時代」に視力をどう守るか	大石 寛人／著	NHK出版	2021.6	496.42/オオ21/	0015836612
色弱の子どもがわかる本 家庭・保育園・学校でできるサポート術	カラーユニバーサルデザイン機構／原案	かもがわ出版	2020.7	496.45/カラ20/	0015342959
子どもの目の病気事典 子どもの目が「おかしいな」と感じたら読む	星合 繁／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2020.12	496/ホシ21/	0015719396
子どもの目を守る本 イラスト版	三木 淳司／監修	講談社	2022.6	496/ミキ22/	0016118770

☆お探しの資料が見つからない時は、カウンターでおたずねください。自然科学班