

岩手県立図書館  
パスファインダー No. 103

# 肥満

(シリーズ 医療情報 12)



このパスファインダーは、あるテーマを調べるときに役立つ図書館資料や他のツールを紹介するための道しるべです。

今回のテーマは「肥満」です。カロリーの過剰摂取等で体脂肪が増大した肥満は、メタボリックシンドロームの温床になりやすく、動脈硬化を進行させ、さまざまな疾患を引き起こすとされています。

近年、ますます肥満による健康障害に対する関心は高まりつつあります。今回は、そんな肥満に関する役立つ情報をご紹介します。



## テーマについて調べるキーワードは？

情報にたどり着くカギとなるキーワードを考えます。ひとつのテーマに結びつくいろいろなキーワードから、新たな切り口や、情報の的が絞られます。

例：肥満 メタボリックシンドローム 肥満症 高血圧 糖尿病 動脈硬化  
高脂血症 ダイエット 生活習慣病 健康管理 など

岩手県立図書館

電話：019-606-1730 FAX：019-606-1731

<http://www.library.pref.iwate.jp/>



## キーワードをもとに図書館資料を探そう！

### 1. 蔵書検索機<OPAC (オーパック)>を使ってみよう。

館内にある蔵書検索機<OPAC>で、当館の蔵書を調べることができます。キーワードや、本のタイトル、編著者名などを入力して検索します。

当館所蔵の検索結果の一部をご紹介します。

#### 【3階：参考図書コーナー】

資料情報	請求記号
『家庭の医学』 主婦の友社 // 編 新訂 主婦の友社 2017 年 ◆さまざまな病気の原因・症状・治療法などを解説しており、10 大生活習慣病の対策をまとめたシートもついています。	R/598.3/か
『糖尿病・生活習慣病 mini 辞典』 馬場 茂明 // [ほか]編 医歯薬出版 1998 年 ◆生活習慣病に関する言葉や難解な用語を、簡単でわかりやすく解説している用語集です。	R/493.123/トウ

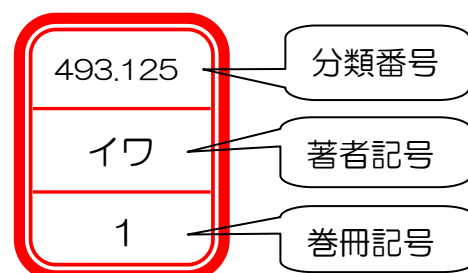
#### 【3階：一般開架コーナー、くらしコーナー、児童コーナー】

資料情報	請求記号
『肥満のサイエンス なぜ太る, そのしくみと発症する病気』 ニュートンプレス 2014 年	493.125/ヒマ
『なぜあなたは食べ過ぎてしまうのか』 岡崎 順子 // 著 講談社 2013 年	493.74/か
『肥満専門医が教える内臓脂肪を減らすコツ』 岡部 正 // 著 山下 香恵 // 著 同文書院 2016 年	493.125/か
『気をつけよう!子どもの肥満・ダイエット 1』 佐藤 美由紀 // 著 片山 隆司 // 監修 汐文社 2014 年	J/493/サト/1

### 2. 直接、棚に行ってみよう。《ブラウジング》

図書館の本には、1冊ごとにテーマを表す分類記号が付いています。各コーナーでこの分類番号の棚に行くと、同じような内容の資料が近くにならんでいます。

分類番号	テーマ
493.125	肥満症
493.18	成人病
498.5	食品・栄養
598.3	疾病の予防・家庭医学





## 新聞・雑誌記事（論文）を探そう！

### 1. データベース（電子資料）を使ってみよう。館内限定

当館では、以下のデータベースで新聞・雑誌記事（論文）を探することができます。  
※ご利用の際には手続きが必要です。カウンターまでどうぞ。

医中誌 Web	医学・薬学・歯学および看護学・獣医学などの関連領域の定期刊行物の文献情報が検索できます。
岩手日報記事情報	岩手日報の記事を、2004（平成16）年4月から検索できます。ただし、事故、事件、裁判の記事は除かれます。
JapanKnowledge Lib	あらゆる項目を辞書や事典を中心とした情報源から検索することができます。
河北新報データベースKD	聞蔵Ⅱビジュアル

検索結果の一部をご紹介します。

記事	データベース
「ビタミンD 脂質抑制 京大チーム解明 肥満、がんの予防も」 『岩手日報』2017.1.27 朝刊 27面	岩手日報記事情報
「睡眠不足は肥満のもと 早大・花王 仕組み解明」 『朝日新聞』2017.2.6 夕刊 2面社会	聞蔵Ⅱビジュアル

### 2. 関連雑誌を直接見よう。

資料情報	場所	請求記号
「肥満と糖尿病の関係」 『Newton』第36巻 第11号 2016.11	雑誌新聞庫	S405/ニ1
「世界は高度肥満へ」 『日経サイエンス』第46巻 第10号 2016.10	雑誌新聞庫	S400/ニ1

### 3. 「CiNii Articles—日本の論文をさがす」を使ってみよう。インターネット

<http://ci.nii.ac.jp/>

日本語で書かれた雑誌や、学術論文を探することができます。本文リンクのあるものは、そのまま本文を閲覧することもできます。

### 4. 国立国会図書館「雑誌記事検索」を使ってみよう。インターネット

<https://ndlopac.ndl.go.jp/F/?func=find-b-0>

国内で刊行された学術雑誌、紀要を中心に、人文科学、社会科学、自然科学の記事が検索できます。



## インターネットで関連サイトを探そう！

即時性があり、検索に便利です。

テーマに関連するウェブサイトをご紹介します。(2017年9月20日現在)

- ◆ 『日本肥満症予防協会』 <http://himan.jp/>  
肥満症とはなにか、肥満に関わる疾患や肥満を予防するためにはどうしたらいいのかなどが紹介されています。
- ◆ 『e-ヘルスネット』 <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>  
[トップ・情報提供] > [メタボリックシンドローム]  
メタボリックシンドロームを含む生活習慣病にならないよう、日々の生活を見直すヒントとなる情報が紹介されています。その他、健康用語辞典もあります。
- ◆ 『メタボリックシンドローム・ネット』  
<http://www.metabolic-syndrome.net/>  
メタボリックシンドロームについての詳しい解説や、セルフチェックなどもできます。



## 他の図書館等の所蔵を調べよう！ 【インターネット】

### 1. 当館のホームページで・・・

<http://www.library.pref.iwate.jp/>

県内図書館横断検索で、岩手県の公共図書館、大学図書館などの所蔵状態を一度に検索できます。

### 2. 国立国会図書館のホームページで・・・

<http://iss.ndl.go.jp/>

国立国会図書館サーチで、国立国会図書館をはじめ全国の公共図書館、公文書館、美術館や、学術研究機関等が提供する資料、デジタルコンテンツを総合的に検索できるサービスです。

### 3. 「CiNii Books—大学図書館の本をさがす」で・・・

<http://ci.nii.ac.jp/books/>

全国の大学図書館が所蔵する本（図書・雑誌）の情報を検索することができます。



## 文献を入手しよう！

### 「当館以外の場所にある本が読みたい」

→ お取り寄せできる場合がございます。カウンターでご相談ください。

### 「本や雑誌、紀要などの論文の複写がほしい」

→ 有料となりますが、お取り寄せできる場合がございます。カウンターで直接、ご相談・お申込みください。