

## 健康科学について知りたい

### ① キーワードを見つけてみましょう

辞書やインターネットを利用して調べ事に関連するキーワードを書き出してみましょう。  
ここで見つかったキーワードを手掛かりに本や資料を探していきます。

例：健康科学、健康、健康管理、運動、スポーツ、トレーニング、栄養、食生活、エネルギー、怪我、救急処置、RICE、救急蘇生法、生活習慣病、薬物、喫煙、アルコール …他

### ② 大学図書館で本を探してみましょう

→参考図書で調べたい事の概略を知りましょう

3階参考図書コーナーには辞典・白書など、物事の概要を知るのに便利な本が置かれています。

請求記号	書名
498.55 E	栄養学ハンドブック 技報堂

→蔵書検索をしてみましょう

上で挙げたキーワードを図書情報館内の検索機や[大学HPの蔵書検索](#)に入れて検索するとそのワードに関連する本を見つけることができます。

本学で所蔵している図書(一例)

請求記号	書名
498 K	大学生のための健康科学 上林久雄 [ほか]共著 三和書房
798 S	テキスト健康科学 佐藤祐造 [ほか]編 南江堂
780.19 Y	図解スポーツトレーニングの基礎理論 横浜市スポーツ医科学センター 編 西東社
498.55 W	運動・からだ図解 栄養学の基本栄養学の基本 渡邊 昌 監修 マイナビ出版 <a href="#">※電子図書館 KinoDen で利用可能</a>
780.19 O	市民からアスリートまでのスポーツ栄養学 第3版 岡村浩嗣 編著 岡村浩嗣 編著 <a href="#">※電子図書館 KinoDen で利用可能</a>
780.19 K	基礎から学ぶ!スポーツ救急医学 令和版 興水健治 著 ベースボール・マガジン社
780.193 Ta	ドーピング スポーツの底辺に広がる恐怖の薬物 高橋正人 [ほか]著 講談社
493.156 H	アルコール依存症から抜け出す本 新版 樋口進 監修 講談社

→直接本棚に行って本を探してみましょう  
 本は分類別(テーマごと)に置かれる場所が決まっているので、そのテーマの本棚に行くと探している題材の本をまとめて見つけることができます。

「健康科学」に関連する本がある本棚(一例)

498(衛生学, 公衆衛生, 予防医学)  
 780.19(スポーツ医学)

### リーディング・エリア(3階) 案内図



☆開講中の授業の参考図書は 2F 新刊コーナーに置かれているかも。そちらもチェックしてみましょう。☆

### ③ WEB 上で情報を探してみましょう。

インターネットで検索サイトなどを利用して情報を収集することもできます。ただし、WEB上の情報には正確ではない情報、十分な検証がされていない情報などが含まれている場合があります。レポートなどの参考にする際には公的な機関や団体等が運営しているサイトの情報を選ぶようにしましょう。

このテーマについてのWEBページ(一例)

<a href="#">中外製薬-からだのしくみ</a>	中外製薬による体の仕組みや機能などの学習ページ。
<a href="#">食品成分データベース</a>	文部科学省による日常的な食品の成分に関するデータベース。フリーワード検索が可能。

調べ事、お手伝いします！

「〇〇について調べたい」「〇〇の本はどこ？」など、  
 質問はお気軽に 2F カウンターまで