



# 「目の健康」

に関する資料リスト

2020. 9. 15 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</b>					
目の悩み・疑問がスッキリ解決する500のQ&A	小島 隆司／著	幻冬舎メディア コンサルティング	2016.9	496/コシ16/	0013667944
眼科医は市販の目薬をささない 専門医が教える目の健康とアンチエイジング	林田 康隆／著	廣濟堂出版	2016.9	496/ハヤ16/	0013703814
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
視力を失わない生き方 日本の眼科医療は間違いだらけ	深作 秀春／著	光文社	2016.12	496/フカ16/	0013760996
スーパードクターと学ぶ一生よく見える目になるう	深作 秀春／著	主婦の友社	2017.9	496/フカ17/	0014079743
心療眼科医が教えるその目の不調は脳が原因	若倉 雅登／著	集英社	2019.6	496/ワカ19/	0014943690
目を温めると身体が自然によみがえる! 温感アイマスクで自律神経がやすらぐ	森岡 清史／著	サンクチュアリ出版	2016.7	496.29/モリ16/	0013732110
はたらく人の目の強化書 目を鍛えようと、脳が最適化されて疲れなくなる!	中川 和宏／ [著]	クロスメディア・ パブリッシング	2017.6	496.41/ナカ17/	0014021521
40歳から眼がよくなる習慣	日比野 佐和子 ／著	青春出版社	2016.11	496.42/ヒビ17/	0013810676
<b>視力回復法</b>					
目がみるみるよくなる!血流アップ押圧	大杉 幸毅／著	河出書房新社	2019.9	496/オオ19/	0015041296
世界最高医が教える目がよくなる32の方法	深作 秀春／著	ダイヤモンド社	2018.12	496/フカ18/	0014797955
1日3回ツボを押すだけで目はすぐによくなる!	森岡 清史／著	KADOKAWA	2018.2	496/モリ18/	0014250914
魔法の眼トレで全身が若返る!	平松 類／著	廣濟堂出版	2017.4	496.29/ヒラ17/	0013886585
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
一番やさしい視力回復法	中川 和宏／著	PHP研究所	2014.12	B496.41/ナカ15/	0012948212
<b>白内障・緑内障・その他の病気</b>					
緑内障・白内障 糖尿病網膜症・黄斑変性症・目のアレルギー	杉田 美由紀／ 監修	主婦の友社	2018.4	496/スキ18/	0014528590

書名	著者名	出版者	出版年	請求記号	資料番号
病気を見きわめる目のしくみ事典	若倉 雅登／監修	技術評論社	2017.5	496/ワカ17/	0013909106
「よく見える目」をあきらめない 遠視・近視・白内障の最新医療	荒井 宏幸／[著]	講談社	2017.12	496.2/アヲ18/	0014290621
本気で治したい人の目の病気	井上 賢治／監修	学研パブリッシング	2013.10	496.3/イノ13/	0012139630
白内障治療Q&A	佐藤 香／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2019.12	496.35/サト20/	0015224181
ウルトラ図解白内障・緑内障 視力を失わないための最新知識と治療	ビッセン宮島弘子／監修	法研	2018.8	496.35/ヒツ18/	0014508840
「白内障手術」で絶対に後悔しないための本	藤本 雅彦／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2019.5	496.35/フシ19/	0014626501
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	2020.2	496.35/ヤマ20/	0014680292
よくわかる最先端白内障治療	湯川 聡／著	JRC	2019.5	496.35/ユカ19/	0014967210
緑内障の最新治療 これで失明は防げる	平松 類／著	時事通信出版局	2018.8	496.36/ヒラ18/	0014506893

## 老眼

老眼をあきらめるな! 簡単目トレで驚きの効果	足立 和孝／著	廣済堂出版	2015.8	496.42/アタ15/	0013114269
スマホ老眼は治る!	荒井 宏幸／著	扶桑社	2016.2	496.42/アヲ16/	0013413232
老眼は治ります。老眼鏡不要の快適生活を送るために	荒井 宏幸／著	バジリコ	2016.6	496.42/アヲ16/	0013530241
自分で治す!老眼・近視	日比野 佐和子／著	洋泉社	2018.9	496.42/ヒビ18/	0014513998
老眼のウソ	平松 類／著	時事通信出版局	2018.4	496.42/ヒラ18/	0014528616
1日5分!老眼回復法	本部 千博／著	三笠書房	2020.1	B496.42/ホン20/	0015184682

## 子どもの目

子どもの目を良くする親、悪くする親	平松 類／共著	時事通信出版局	2019.10	496.4/ヒラ19/	0015046360
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
子どもの目がぐんぐんよくなるトレーニングゲーム	本部 千博／監修	PHP研究所	2019.8	496.41/ホン19/	0015035801
1日1回!子どもの目がどんどんよくなるすごいゲーム	若桜木 虔／著	青春出版社	2017.11	496.41/ワカ18/	0014218606
あなたのこども、そのままだと近視になります。	坪田 一男／[著]	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2017.2	496.42/ツホ17/	0013882147
眼科医が解説!子どもの近視は「脳」で治す	本部 千博／著	PHP研究所	2015.11	496.42/ホン16/	0013358759