

# 西北保健所

貸出用ライブラリー

(令和8年7月改訂)

## 指導予防課

分類番号	種類	タイトル	サブタイトル	時間
A 001	DVD	青森県赤十字血液センター×青森美少女図鑑	贈ろうあなたの気持ち	6分45秒
A 002	DVD	ダメ。ゼッタイ。薬物乱用は人をダメにする！		15分
A 003	DVD	ダメ。ゼッタイ。薬物乱用は脳を破壊する！		15分
A 004	DVD	ダメ。ゼッタイ。とダメ。くま君の薬物乱用防止教室		15分
A 005	DVD	危険ドラッグは毒だ！		15分
A 006	DVD	大麻警報発令中	アイメッセージで断ろう	16分
A 007	DVD	Think about drugs	私たちの選択	15分

## 生活衛生課

分類番号	種類	タイトル	サブタイトル	時間
F 001	DVD	はじめようHACCP	小規模な一般飲食店事業者向け	27分

## 健康増進課

分類番号	種類	タイトル	サブタイトル	時間
J 001	DVD	1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ		
J 002	DVD	サイレントキラー 高血圧の恐怖+専門医に聞く		
J 003	DVD	大人のためのエンジョイスポーツライフ		
J 004	DVD	エクササイズでコミュニケーション!!		
J 005	DVD	介護予防のためのマシンを使わない筋力向上トレーニング		
J 006	DVD	メタボリックシンドロームを予防するエクササイズガイド		
J 007	DVD	野菜パワーでからだ元気！		

	分類番号	種類	タイトル	サブタイトル	時間
	J 008	DVD	スマートダイエットのススメ		
	J 009	DVD	美しく、若々しく 家庭でできるアンチエイジング		
母子関係	K 001	DVD	心理の専門家ではないスタッフのための不育症カップルへのテnder・ラビング・ケア実践の手引き		
喫煙関係	L 001	DVD	今日からあなたもできる！禁煙		
	L 002	DVD	パパ、ママ、タバコやめて！	小さな命のために	
	L 003	ビデオ	五所川原保健所「喫煙予防教室」		
	L 004	DVD	禁煙成功への道	～あなたと、あなたの大切な人のために～	
	L 005	DVD	がんばれ！はむっち		
	L 006	DVD	NO SMOKINGたばこのしくみ	CD-ROMで考える、「たばこと健康」。	
	L 007	DVD	今から始める喫煙防止教育		
栄養関係	M 001	DVD	食事バランスガイド	あなたの身体を大切に	
	M 002	DVD	はじめよう！みんなで一緒に!!めざせ★元気な青森県		
	M 003	DVD	Let's だし活		
	M 004	DVD	はじめよう食育	～「食」見直しませんか？～	
	M 005	DVD	聞いてみよう！食物アレルギーのこと	～食物アレルギーを持つ乳幼児の保護者の方々へ～	
在宅ケア関係	N 001	DVD	みんなの介護予防		
	N 002	ビデオCD	CARE-DAS 1 移動動作の援助（1）		
	N 003	ビデオCD	CARE-DAS 2 移動動作の援助（2）		
	N 004	ビデオCD	CARE-DAS 3 食事の介護		

精神関係

分類番号	種類	タイトル	サブタイトル	時間
N 0 0 5	ビデオCD	CARE-DAS 4 排泄の介護		
N 0 0 6	ビデオCD	CARE-DAS 5 身体の清潔の介護		
N 0 0 7	ビデオCD	CARE-DAS 6 身のまわりのお世話		
N 0 0 8	ビデオCD	CARE-DAS 7 健康管理および応急対応		
O 0 0 1	DVD	自殺予防対策 (H18.2.8保健所にて)	深浦町	
O 0 0 2	DVD	統合失調症の人の回復力を高める家族のコミュニケーション	①回復力を高める接し方	
O 0 0 3	DVD	統合失調症の人の回復力を高める家族のコミュニケーション	②ドラマで学ぶ回復力を高める会話	
O 0 0 4	DVD	統合失調症の人の回復力を高める家族のコミュニケーション	③家族SSTの進め方	
O 0 0 5	DVD	自閉症の子どもたち	バリアフリーを目指して	
O 0 0 6	CD	自殺対策マニュアル		
O 0 0 7	DVD	コートに輝く笑顔と汗		
O 0 0 8	DVD	“依存症”からの回復		
O 0 0 9	DVD	こころのサインに気づいたら	～ゲートキーパー養成研修用DVD～	
O 0 1 0	DVD	こころのサインに気づいたら	～ゲートキーパー養成研修用DVD～ (地域対応編・心得編)	
O 0 1 1	DVD	こころのサインに気づいたら	～ゲートキーパー養成研修用DVD (被災地対応編)～	
O 0 1 2	DVD	こころのサインに気づいたら	～ゲートキーパー養成研修用DVD (講義編・資料編)～	
O 0 1 3	DVD	こころのサインに気づいたら	～悩んでいる人にあなたができること～	
O 0 1 4	DVD	こころのサインに気づいたら	～悩んでいる人との向き合い方について～	
O 0 1 5	DVD	ピアアドボケートから伝えるピアの声	ピアードボイス	

	分類番号	種類	タイトル	サブタイトル	時間
	O 0 1 6	DVD	私たち、ここにいます	(私ここプログラム)	
飲酒関係	P 0 0 1	DVD	「節度ある適度な飲酒」普及啓発指導CD-R		
	P 0 0 2	DVD	あなたの大切な人とお酒の関係	アルコール依存症の理解と対応	
	P 0 0 3	DVD	アルコールですべてを失わないために		
	P 0 0 4	DVD	お酒を飲む喜びをいつまでも	～知っていますか適正飲酒～	
その他	R 0 0 1	DVD	保健室からのSOS	思春期の保健対策と健康教育	