

「整形外科」に関する本のブックリスト



徳島大学附属図書館監修

徳島市立図書館所蔵（2026年9月現在）
※展示は一般書のみです。 背ラベルにRがついている本は貸出不可、閲覧のみ可能です。

	書名	著者名	出版社	背ラベル	出版年
1	運動を頑張らなくても腰痛坐骨神経痛がみるみるよくなる1分ほぐし大全 国立大学教授・腰の世界的名医が教える	西良 浩一／著	文響社	T494 サイ	2024
2	整形外科 生活の質を支える	田中 栄／編	岩波書店	S494.7 セイ/岩波新書	2026
3	リハビリ 生きる力を引き出す	長谷川 幹／著	岩波書店	S494.7 ハセ/岩波新書	2019
4	リハビリテーション 新しい生き方を創る医学	上田 敏／著	講談社	S494.7 ウエ	1996
5	最強に面白い筋肉の科学	佐々木 一茂／監修	ニュートンプレス	S780.1 サイ	2025
6	日本のパラリンピックを創った男 中村裕 14歳からの地図	鈴木 款／著	講談社	Y289.1 ナカ	2019
7	スポーツを支える仕事	元永 知宏／著	岩波書店	Y780 モト/新書	2024
8	最新のスポーツ科学で強くなる！	後藤 一成／著	筑摩書房	Y780.1 コト/新書	2024
9	世界から感謝の手紙が届く会社 中村ブレイスの挑戦	千葉　望／著	新潮社	B494.7 チハ	2010
10	いちばん使える筋肉と関節しくみが見える図鑑	末吉 勝則／監修 中田 康夫／監修	永岡書店	491.1 イチ	2026
11	病気がみえる vol.11 運動器・整形外科	医療情報科学研究所／編集	メディックメディア	492 ヒヨ	2024
12	腰痛完治の最短プロセス セルフチェックでわかる7つの原因と治し方	西良 浩一／著 室伏 由佳／著	KADOKAWA	493.6 サイ	2014
13	つらい腰痛がす～っと消える！1分腰ゆるめストレッチ	たかツキ なほり／著 西良 浩一／監修	KADOKAWA	493.6 タカ	2025
14	運動を頑張らなくても脊柱管狭窄症がよくなる1分ほぐし大全 国立大学教授・腰の世界的名医が教える	西良 浩一／著	文響社	494.6 サイ	2023
15	整形外科医のカラダの痛み相談室 健康寿命をのばす！	井尻 慎一郎／著	創元社	494.7 イシ	2024
16	肩こり・五十肩・腱板断裂肩の痛みがよくなるすごい方法 名医が教える痛みの正体と治し方	歌島 大輔／著	Gakken	494.7 ウタ	2024
17	運動器・整形外科の基本	石井 賢／監修	マイナビ出版	494.7 ウン	2022
18	新しいリハビリテーション 人間「復権」への挑戦	大川 弥生／著	講談社	494.7 オオ	2004
19	あなたの親指、付け根が出っ張って痛みませんか? 母指CM関節症のことがよくわかる本	笠原 巖／著	自由国民社	494.7 カサ	2023
20	ヘバーデン結節がわかる本 あなたの指先、変形していませんか?	笠原 巖／著	自由国民社	494.7 カサ	2023
21	図解でわかるリハビリテーション	川手 信行／編著	中央法規出版	494.7 カワ	2025
22	股関節痛の教科書 自分に合ったケアと治療法がわかる	齊藤 貴志／ほか監修	池田書店	494.7 コカ	2022
23	死ぬまで自分の脚で歩くために股関節を鍛えなさい	酒井 慎太郎／著	内外出版社	494.7 サカ	2024
24	自分でできるひざ体操 変形性膝関節症のトラブルを解消	中川 匠／監修	ナツメ社	494.7 シフ	2024
25	風きって進め魔法の足こぎ車いす	鈴木 堅之／著	日本評論社	494.7 スス	2015

	書名	著者名	出版社	背ラベル	出版年
26	みんなのためのリハビリテーション リハビリがある日常を生きる	鈴木 理栄／著	青弓社	494.7 スス	2025
27	全部見えるスーパービジュアル整形外科疾患 徹底図解でまるごとわかる！	高井 信朗／監修	成美堂出版	494.7 セン	2014
28	100年ひざ 痛みが消えてずっと歩ける	巽 一郎／著	サンマーク出版	494.7 タツ	2023
29	コンビニもない町の義肢メーカーに届く感謝の手紙 誰かのために働くということ	中村 俊郎／著	日本文芸社	494.7 ナカ	2011
30	変形性股関節症治療大全	平川 和男／監修	講談社	494.7 ヘン	2022
31	変形性膝関節症の治し方がよくわかる本	渡邊 敏文／著 膝関節専門チーム／著	法研	494.7 ヘン	2025
32	カーボン・アスリート 美しい義足に描く夢	山中 俊治／著	白水社	494.7 ヤマ	2012
33	40歳からの肩こり・肩の痛み ほぐして、鍛えて、治療で改善	今井 晋二／監修	NHK出版	494.7 ヨン	2024
34	リハビリテーションのちから 病気・怪我からの復活、 そして日常の運動へ	伊藤 宣／監修 伊藤 宣／ほか著	ミネルヴァ書房	494.7 リハ	2024
35	整形外科専門医が教える100年歩けるカラダの作り方 これだけ体操で寝たきりと認知症を防ぐ！	陣 彦善／著	世界文化社	498.3 シン	2024
36	整形外科医が教える 家族の身体を守る医学的ライフハック	おると／著	KADOKAWA	598.3 オル	2023
37	スポーツ障害予防の教科書 姿勢と動きのコンディショニング	土屋 真人／著	日本文芸社	780.1 ツチ	2024
38	筋力強化の基本書	石井 直方／ほか著	東京大学出版会	780.7 キン	2023
39	筋力強化の教科書	石井 直方／ほか著	東京大学出版会	780.7 キン	2020

児童書　5階こども室に所蔵されている本です。※展示はしておりません。

	書名	著者名	出版社	背ラベル	出版年
1	転んでも、大丈夫 ぼくが義足を作る理由	臼井 二美男／著	ポプラ社	課17高/494 コロ	2016
2	義足でかがやく 世の中への扉	城島 充／著	講談社	494 キソ	2016
3	だれよりも速く走る義足の研究	遠藤 謙／著	偕成社	494 タレ	2022

移動図書館　予約をかけていただく本です。※展示はしておりません。

	書名	著者名	出版社	背ラベル	出版年
1	整形外科の名医が教える 80歳の壁を超える骨がみるみる強まる骨粗鬆症の治し方大全	猪瀬 弘之／著	文響社	493.6 イノ	2024
2	つらい痛み・しびれが楽になる!「坐骨神経痛」 スロートレッチ 寝たまま1分	西良 浩一／著 藤谷 順三／運動指導監修	PHP研究所	494.6 サイ	2026
3	スタスタ歩ける健脚を2カ月でつくる! いつのまにか運動習慣が身につく暮らし方&考え方	石部 基実／著 恒木 真優／著	すばる舎	494.7 イシ	2024
4	痛みがすーっと消える魔法のひざ体操 簡単エクササイズで長年の悩みが解消	杉本 和隆／著	幻冬舎	494.7 スキ	2024
5	すごい股関節 柔らかさ・なめらかさ・動かしやすさをつくる	中野 ジェームズ修一／著	日経BP	494.7 ナカ	2024
6	介護予防に効く「体力別」運動トレーニング 新版 現場で使える実践のポイント	中村 容一／著	メイツユニバーサルコンテンツ	780.1 ナカ	2025

はこらいふ図書館　（徳島市立図書館）
〒770-0834 徳島市元町１丁目２４番地 アミコビル内
TEL：088-654-4421（本館）088-602-8833（移動図書館いずみ号）FAX：088-654-4423