番号	タ　イ　ト　ル　名	内　　容	時間
04616 A－3	文字の獲得は光の獲得でした 作家　柳田邦男が読む　いのちの手記	NHKとNHK厚生文化事業団が主催する「NHK障害福祉賞」には、身体障害や精神障害などと向き合う人たちから半世紀にわたり1万3千以上の手記が寄せられてきた。長年、この賞の選考委員をつとめてきた作家　柳田邦男さんは、それを「人間理解の宝庫」という。そこには苦悩や偏見を乗り越え人生を切り開いてきた人々の真実の言葉がある。番組では柳田さんとともに過去の受賞者4人を訪ねる。人生に立ちはだかる壁を「文字で表現すること」を通して越えてきた人々の体験から、私たちは何をくみとることができるのか。	49分 DVD
04617 A－3	ハートネットTV　＃隣のアライさん「これだけは知ってほしい！“統合失調症”のこと」	さまざまなマイノリティーのアライ（味方・理解者）を増やそうと始まった番組「＃隣のアライさん」。第1回は統合失調症の人たちの「これだけは知ってほしい」に迫る。統合失調症の人たちの悩みや関係の作り方について、クイズを通じて理解を深める。	29分 DVD
04618 A－3	ハートネットTV　＃隣のアライさん「これだけは知ってほしい！“摂食障害”のこと」	今回は、摂食障害への理解を深め、拒食や過食に悩む人たちの味方になることを目指す、隣のアライさん。 摂食障害の原因は、体重コントロールのためのダイエットであると思われがちだが、単にその行為が問題なだけでなく、その行為の奥にある精神的な問題も大きく関わっている。そのため、摂食障害を乗り越えるためには、周囲のサポートも欠かせない。 正しい知識を持って、アライさんを目指そう。	29分 DVD
04619 A－3	ハートネットTV　＃隣のアライさん「これだけは知ってほしい！“てんかん”のこと」	てんかんは100人に1人が発症するといわれる身近な疾患だが、発作の一種である「けいれん」のイメージから、強い偏見や過剰な配慮に悩みを抱えている人が多い。疾患の基礎知識や発作時にはどうすればいいのかなど、てんかんへの理解を深め、アライ（味方・理解者）を目指す。当事者の経験談からどのようなアライが求められているのを考える。	29分 DVD
04620 A－3	謎解きドラマ　Lの招待状　特別編	世界的アーティスト「L」からの招待状を手に集まったろう者と聴者の6人。謎解きを条件に、Lの財産が与えられるという。しかし、声が聞こえないろう者と手話が分からない聴者の間にコミュニケーションの壁が立ちはだかる。お互いが協力しないと解けない謎解きを見事クリアし、財産を手に入れることができるのだろうか！？	59分 DVD
04621 B－3	きょうの健康　しびれと痛みの原因は？　手指のトラブル対処法 服のボタンがかけづらい！　手根管症候群	4回シリーズで手や指のしびれや痛みについて特集する。 1回目は手根管症候群。手や指がしびれて、衣服のボタンがかけづらくなる病気だ。この病気の特徴は、親指から薬指にかけてしびれや痛みが起こり、小指には症状が起こらないことだ。原因と対策、注意したほうがよい人などを教わる。	15分 DVD
04622 B－3	きょうの健康　しびれと痛みの原因は？　手指のトラブル対処法 小指がしびれて痛い！　肘部管症候群	2回目は肘部管（ちゅうぶかん）症候群。小指がしびれて痛む病気だ。放っておくと、細かい作業や箸を使うことが難しくなり、日常生活に支障が出てしまう。この病気になりやすい人の特徴やセルフチェックの方法などを教わる。	15分 DVD
04623 B－3	きょうの健康　しびれと痛みの原因は？　手指のトラブル対処法 スマートフォンの使い過ぎ？　ドケルバン病	3回目はドケルバン病。スマートフォンを片手で操作し続けると、親指の付け根が痛くなることがある。この痛みはスマートフォン・サムと呼ばれ、ドケルバン病の症状だ。ドケルバン病は腱鞘炎の一種で、パソコン操作や指を使う楽器演奏を長時間行うことでも起こる。この病気のチェック方法や治療法を教わる。	15分 DVD
04624 B－3	きょうの健康　しびれと痛みの原因は？　手指のトラブル対処法 いつのまにか関節が変形！　変形性指関節症	4回目は変形性指関節症。最初は指の関節が少し腫れる程度でも、放置すると激痛や指の変形が起こるという変形性指関節症。変形の起こる関節によって、ヘバーデン結節や母指CM関節症などという病名もある。この病気を起こしやすい人の特徴や治療法について教わる。	15分 DVD

04625 A－3	風呂敷　伝統文化はエコ文化へ	日本の伝統文化である風呂敷が、エコや環境問題をきっかけに注目されている。昔と比べてデザインも豊富になり、和装以外でも使われるようになってきた。同じく環境問題をきっかけに注目されているエコバッグと比べてどんな点がすぐれているのだろうか？ 風呂敷の包み方実演では、ヨガマットやノートパソコンなどの形に合わせたバッグの包み方を6種類、そのほかに災害時にも役立つ三角巾の作り方や頭巾のかぶり方を紹介している。	16分 DVD
04626 A－3	手話で学ぼう　なんでも科学実験	ろう科学者の２人に、マッドサイエンティストDr. リンから挑戦状が届いた。簡単にはできそうもない難しい問題を、科学の力で解決するぞ。早速、実験開始だ！ 「色の変わるホットケーキを作ろう」 ホットケーキは黄色だけじゃない！？赤や青のホットケーキは作れるかな？ 「備長炭（びんちょうたん）で電池を作ろう」 あの備長炭で電気が作れるんだって。一体どうやるんだろう。無事プロペラは回るかな？	37分 DVD
04627 B－3	ポコニャン！　やってきた魔女っ子ニャン	魔女っ子が乗ったUFOがやってきた。ポコニャンと一緒にミキたちも魔女っ子のUFOで連れ去られる。魔女っ子とおばあちゃんはポコニャンのパワーが欲しいのだ。そこへ魔人があらわれてみんなのオモチャや宝物などを持っていってしまう。ミキたちは魔人をやっつけるために山へ向かう。	10分 DVD
04628 B－3	ポコニャン！　魔人はオモチャどろぼうニャン	オモチャ泥棒の魔人をやっつけるために魔人ランドへやってきたミキたち。魔人のしわざで迷路に追い込まれてしまう。やっと出口を見つけたが、そこは大きなピンボールの中だった。ミキたちはここから抜け出せるのか！？	10分 DVD
04629 B－3	ポコニャン！　魔人の国の対決ニャン	魔人に追い込まれてやってきた先には砂糖の砂漠やジュースの池、お菓子の山。逃げるミキたちはポコニャンの魔法で助かったが、ユウが人質に取られてしまう。ポコニャンはユウを助けだせるのか！？	10分 DVD
04630 B－3	ポコニャン！　原始時代はコリゴリニャン	ママに叱られることにうんざりしたミキは、宿題もなく毎日遊んでいられる原始時代にあこがれる。ポコニャンの魔法で原始時代にやってきた二人はワナにかかったマンモスを助ける。原始人に捕まり、マンモス泥棒だと疑われるミキとポコニャンの運命は…。	10分 DVD
04631 B－3	ポコニャン！　おじいちゃんの交通安全だニャン	ミキのおじいちゃんが、交通安全運動をすることになった。大きな声を出すおじいちゃんを恥ずかしがるミキだが、ポコニャンまでおじいちゃんと一緒になって笛を吹いて喜ぶ。二人が立つ横断歩道を渡りたくないミキたちは遠回りをしようとするが…。	10分 DVD
04632 B－3	ちびまる子ちゃん 「まる子、ジンクスに期待する」の巻 「まる子の玉手箱騒動」の巻	「まる子、ジンクスに期待する」 いいことや悪いことが起きる前触れといわれるジンクス。広くいわれているジンクスもあるが、自分だけの習慣からジンクスを決めている人も多い。まる子は、自分にはジンクスが何もないことから、何かジンクスを見つけ出そうと考える。 「まる子の玉手箱騒動」 算数のテストでひどい点を取ったまる子。お母さんに見つからないよう隠し場所を探す。そして、おばあちゃんの使っている箱に隠すことにしたのだが…。	25分 DVD
04633 B－3	ちびまる子ちゃん 「まる子、言葉の力を試す」の巻 「まる子のかぐや姫」の巻	「まる子、言葉の力を試す」 ある日、朝から1日中ついていなかったまる子は、その晩家族に「ついていなかった」とぐちってしまう。するとおばあちゃんから、「繰り返し口にすると言葉に力が宿り、悪いことがまた起きてしまう」と注意される。そこでまる子は、言葉の力を使おうと、夢を繰り返し言ってみることにする。 「まる子のかぐや姫」 昔、友蔵というおじいさんが、竹の中からかわいい女の赤ちゃんを見つけた。その時、大判小判も見つけたため、友蔵は、この赤ちゃんをかぐや姫と名付け、何不自由なく甘やかして育てた。月日は流れ、姫は、怠け者で何もできない娘に育ってしまう。	25分 DVD

04634 B－3	名探偵コナン　北九州ミステリーツアー（小倉編）	小五郎が日本探偵連盟の「ベスト探偵アワード」に選ばれた。その授賞式が開かれる福岡県の小倉にやってきた小五郎・蘭・コナン。観光する蘭と別れ、小五郎とコナンは小五郎の警視庁時代の先輩「桜田門の虎」こと「深町虎三」に会いに行く。ところが、深町虎三は転倒して頭を打ち、意識不明で入院していた。	25分 DVD
04635 B－3	名探偵コナン　北九州ミステリーツアー（門司編）	意識不明の深町虎三が社長を務める会社の後継者に桐山専務が就任するという。しかし、その桐山を脅迫する落書きが見つかり、調査に乗り出した小五郎。犯人に浮上したのは深町の息子の虎彦だった。そして、驚くことに、蘭が警察に追われている虎彦と一緒にいたのだ。	25分 DVD
04636 B－3	名探偵コナン　消えた少年探偵団	仮面ヤイバーの撮影を見学しようと、探偵団のメンバーは埠頭にやってきた。みんながアクションに夢中になる中、コナンは不審な動きをする男に目をとめる。その後、埠頭を離れたメンバーは、近くの公園でニセ1万円札を発見する。犯人がジュースを買い、自販機の下にニセ札とスマホを落としたことを突き止める。みんなで犯人が戻るかもしれないと自販機を見張っていると…。	25分 DVD
04637 B－3	名探偵コナン　未亡人（ミズロンリー）と探偵団	探偵団のメンバーが公園でサッカーをしていると、一人でワインを飲んでいる小森朋子と知り合う。朋子は涙を流しながら最愛の夫が亡くなったと話す。朋子と仲よくなったコナンたちは、植物園に連れていってもらう。そこで歩美が迷子になり、今度は梶木浩平と知り合う。歩美を見つけてもらったお礼にと、朋子が浩平を食事に誘い、二人は急接近していく。	25分 DVD