

調べ案内

免疫について調べる

目次

- 1 用語の意味を知る
- 2 免疫の基礎について調べる
- 3 免疫に関する病気について調べる
 - (1)概要、基礎について調べる コラム:診療ガイドラインとは
 - (2)個別の病気について調べる コラム:病院を調べるときは
 - (3)支援情報・相談窓口を調べる
- 4 免疫の研究について調べる
 - (1)研究史を調べる (2)研究者を調べる (3)雑誌記事・論文・新聞記事を調べるコラム:オンラインデータベースとは



埼玉県マスコット「コバトン」

資料リスト「免疫～微小な世界への潜行～」(2026年2月作成)も併せてご活用ください。

図書館の本の探し方

●キーワードで検索する

図書館の蔵書検索システムやインターネット等で調べる際は、下記のキーワードや用語辞典に掲載されている言葉などを組み合わせて検索を行うと、手際よく情報を集めることができます。

免疫 / 免疫療法 / 免疫遺伝学 / 自己免疫疾患 / アレルギー / 花粉症 / 免疫機能 / 腸内細菌 / 腸内フローラ / 獲得免疫 / 自然免疫 / 液性免疫 / 細胞性免疫 / 免疫寛容 / 免疫細胞 / 白血球 等

●図書館の棚を見て探す

日本の多くの図書館では、「日本十進分類法」を用いて本の内容(テーマ)を数字で表しています。原則として、この記号の順に本が並んでいるため、分類記号をヒントに棚を探すと関連する様々な本が見つかります。健康や医療に関する分類記号は、49が記号の頭につきます。

490 医学	494 外科学	498 衛生学.公衆衛生.予防医学
491 基礎医学	495 婦人科学.産科学	499 薬学
492 臨床医学.診断・治療	496 眼科学.耳鼻咽喉科学	
493 内科学	497 歯科学	

アイコンの説明



参考図書 (館内閲覧のみ)



一般資料



インターネット情報



オンラインデータベース

[児]は児童書、それ以外は一般資料になります。掲載しているものはすべて当館所蔵の資料です。刊行後2年を経過した雑誌は、資料保存のため館内での利用となります。

1 用語の意味を知る

言葉の意味や概要について知るには、辞書・事典類を活用すると便利です。各事典にそれぞれ項目があり、免疫に関する言葉の意味や概要を知ることができます。必ず複数の資料にあたり、情報を比べるようにしましょう。

- 📖『免疫の事典』(桂義元[ほか]編 朝倉書店 2011)
- 📖『免疫学辞典 第2版』(大沢利明[ほか]編 東京化学同人 2001)
- 📖『食品免疫学事典』(日本食品免疫学会編 朝倉書店 2021)
- 📖『食品免疫・アレルギーの事典』(日本食品免疫学会編 朝倉書店 2011)

🔍 ジャパンナレッジ Lib (ネットアドバンス)

辞書・事典を横断的に検索できるデータベースです。80種類以上の百科事典や国語辞典、語学辞書、人名辞典など、多彩なコンテンツを一括で検索できるため、基礎的な情報を多角的に調べることができます。

〈免疫〉をキーワードに見出し検索すると、『日本大百科全書』や『デジタル化学辞典』、『生物学辞典』等がヒットし、その内容を確認することができます。

2 免疫の基礎について調べる

ここでは、免疫の仕組みや各細胞の働き等について書かれた資料をご紹介します。

- 📖『「免疫、マジわからん」と思ったときに読む本』(中尾篤人著 オーム社 2025)
免疫学の最新知見に基づいた情報を、中学生でも理解できることを目指した平易な文章でまとめています。免疫の成り立ちや食事・睡眠・スポーツとの関係等多岐に渡って解説しており、初学者向けの一冊です。
- 📖『新しい免疫入門 免疫の基本的なしくみ 第2版』(審良静男[ほか]著 講談社 2024)
免疫反応の流れについて分かりやすく解説。免疫記憶や腸管免疫等、まだ詳細がわかっていない分野の最新研究についても触れています。
- 📖『安心・安全子ども免疫ガイド 1-3』(石田靖雅監修 フレーベル館 2021-2022)[児]
1巻は「たたかう免疫」と題して免疫の仕組みを解説。2巻は「強い免疫・弱い免疫」としてワクチンや病原体を、3巻は「免疫いいこと・わるいこと」としてアレルギー反応と免疫療法について解説しています。のだよしこ氏のイラストによって和みながら学習できる児童書になっています。
- 📖『免疫学 Q&A』(<https://www.jsi-men-eki.org/general/q-a/> 日本免疫学会)
「一般の方へ」のページから、各細胞に関することや「インフルエンザワクチンはなぜ毎年接種するの?」といった、免疫学に関連するよくある質問に対する専門家の回答を確認できます。第一線の研究者が平易な言葉で答えているため、初学者でも基礎から分かります。
- 📖『からだの免疫キャラクター図鑑 病気をふせぐしくみがよくわかる!』
(岡田晴恵監修 いたうみつるイラスト 日本図書センター 2017)[児]
免疫にかかわる細胞、器官、物質、細菌等をキャラクター化し、それぞれの特徴や役割を紹介しています。アレルギー、臓器移植、がん治療に関するコラムもあります。

- 📖 『医学のあゆみ 2020年6月6日 15巻2号』(医歯薬出版 2020.6) 館内閲覧
専門家向けの医学雑誌。「マクロファージの功罪」を特集し、臓器不全、脳・神経、がん・腫瘍、感染症、自己免疫・炎症とマクロファージの関わりについてそれぞれ専門家が述べています。
- 📖 『健康の土台をつくる腸内細菌の科学』(内藤裕二著 日経BP 2024)
肥満、糖尿病、認知症等、多くの疾患には腸内細菌と関連があることが近年分かってきました。本書は最新研究をもとに腸内細菌のはたらきについてまとめており、第7章で腸内細菌と免疫について述べています。
- 📖 『正しい食事で健康になろう』(日本消化器病学会編 南江堂 2022)
日本消化器病学会の食に関する座談会をまとめた図書。食事とアレルギー、腸内細菌、がん等との関連について専門家が述べています。
- 📖 『Nutrition Care 2025年冬季増刊 241』(メディカ出版 2025.12)
「最新版消化・吸収・代謝と栄養素がまるっとわかるイラスト図鑑」と題して特集した栄養士向けの雑誌の増刊号。第3章に「腸内フローラとシンバイオティクス」の記事があります。
- 📖 『Nutrition Care 2024年10月号 17巻10号』(メディカ出版 2024.10)
「栄養を科学するイラスト解説 腸内細菌と疾患のメカニズムを探る!」と題して記事を集めています。
- 📖 『トコトンやさしいプロバイオティクスの本』(野本康二著 日刊工業新聞社 2025)
乳酸菌やビフィズス菌のような、「適量を摂取することで宿主に有益な効果をもたらす生きた微生物」とされるプロバイオティクス。その機能や用途、最新研究についてまとめています。

免疫力を高めるには、栄養バランスのとれた食事や十分な睡眠、適度な運動といった生活習慣を整えることが必要とされています。調べ方案内「健康管理に役立つ情報を調べる」(2025年2月作成)にこれらの情報をまとめています。ぜひ併せてご活用ください。

3 免疫に関する病気について調べる

(1) 概要、基礎について調べる

- 📖 『標準・傷病名事典 Ver.4.0』(寺島裕夫編著 医学通信社 2024)
各科の専門医が執筆している事典。傷病名を欧文、和文から調べることができ、各疾患の概要、症状、診断、治療が分かります。
- 📖 『MSD マニュアル』(<https://www.msdmanuals.com/ja-jp> MSD 株式会社)
米国で刊行され、無償公開されている医学事典の日本語翻訳版。家庭版、プロフェッショナル版、獣医マニュアル(英語版)があり、随時更新されています。家庭版にある「やさしくわかる病気事典」内で、免疫系の病気についてルビ付きの話し言葉で分かりやすく解説しています。また、解説ページから家庭版、プロフェッショナル版へ詳細が確認できるようリンクが設置しており、便利です。
- 📖 『家庭の医学 時事メディカル』(<https://medical.jiji.com/medical/> 株式会社時事通信社)
医師が編集、監修しているウェブサイト。部位ごとに病気を検索でき、各症状、検査、診断、治療方法等を確認できます。また、症状から病気を探すことも可能です。

診療ガイドラインとは…

特定の病気について、医学専門学会等によって科学的な根拠に基づいて作成される、標準的な治療方法を示した文書です。全ての患者さんにそのまま適用できるわけではないため、治療方針については必ず医師と相談してください。

当館で所蔵している免疫関連の診療ガイドラインのうち、幾つかを紹介します。

『日本リウマチ学会シェーグレン症候群診療ガイドライン 2025年版』

(日本リウマチ学会編 診断と治療社 2025)

『ギラン・バレー症候群, フィッシャー症候群診療ガイドライン 2024』

(日本神経学会監修 ギラン・バレー症候群, フィッシャー症候群診療ガイドライン作成委員会編 南江堂 2024)

『鼻アレルギー診療ガイドライン 通年性鼻炎と花粉症 2024年版』

(日本耳鼻咽喉科免疫アレルギー感染症学会鼻アレルギー診療ガイドライン作成委員会編 金原出版 2024)

《Minds ガイドラインライブラリ》(<https://minds.jcqhc.or.jp/> 日本医療機能評価機構)からも確認できます。

🖥️ 《KOMPAS 慶應義塾大学病院 医療・健康情報サイト》

(<https://kompas.hosp.keio.ac.jp/> 慶應義塾大学病院)

慶應義塾大学病院の医師、看護師、薬剤師、栄養士ほか医療スタッフが書き下ろした医療・健康情報を提供するサービス。トップページから「病気を知る」の項目をクリックすると、「膠原病と免疫の病気」「感染症」「ホルモンの病気」等のページから各疾患の症状、診断、治療法を確認することができます。

📖 『病気がみえる vol.6 免疫・膠原病・感染症 第2版』

(医療情報科学研究所編 メディックメディア 2018)

免疫の概念にはじまり、各疾患の概要、症状、診断、検査、治療についてイラストや写真を多く用いて解説しています。

(2) 個別の病気について調べる

【自己免疫疾患】

📖 『やさしいカラー図解 甲状腺の病気 バセドウ病、橋本病、甲状腺の腫瘍その他の病気がよくわかる』

(伊藤公一監修 法研 2024)

免疫システムが正常に機能せず、ホルモンの分泌が過剰、又は過少になるものも自己免疫疾患に含まれます。本書では甲状腺に関する病気について、概要、症状、治療法、日常生活の過ごし方等を解説しています。

🖥️ 《自己免疫疾患プラス》(<https://autoimmune qlife.jp/> Qlife)

自己免疫疾患に関する情報を提供しているウェブサイト。各疾患の解説のほか、専門家・患者のインタビューや最新研究に関するニュースを確認することができます。全体的に平易な文章でまとまっています。

【アレルギー】

📖 『Newton 2025年4月号 45-5』(ニュートンプレス 2025.4)

「アレルギーの新常識」として、連鎖的に起こるアレルギー(アレルギーマーチ)や、原因物質や構造が似ているときに免疫系が間違えて起こす過剰反応(交叉反応)等について記事を集めています。

📖 『アレルギー 私たちの体は世界の激変についていけない』

(テリーサ・マクフェイル著 坪子理美訳 東洋経済新報社 2024)

アレルギーに関する定義から、原因に関する理論、現在の治療法、未来への見通しと、アレルギーに関することを網羅的にまとめています。

📖『喘息・花粉症・食物アレルギー 体質改善も夢じゃない きちんと知れば悩まない』

(永田真[ほか]著 ライフサイエンス出版 2020)

本書は、埼玉医科大学で行われた市民公開講座の内容を再編集したものです。アレルギー性の喘息・花粉症治療、食物アレルギーについて平易な文章で解説しています。

📖『読む常備薬 図解最新医学で治すアトピー 専門医が教える、成人から乳児までのケア』

(大塚篤司[ほか]監修 河出書房新社 2021)

監修者は皮膚科とアレルギーの専門医。炎症が起こる原因から、保湿剤とステロイド、生活環境と習慣、治療薬に関すること等を解説しています。また、乳児のアトピーについては個別に章を立ててまとめています。

【膠原病(関節リウマチ)】

「膠原病」とは一つの病名ではなく、皮膚、関節、血管、内臓等を支える結合組織に炎症が起こる病気の総称になります。ここではその中の一つである「関節リウマチ」の資料を紹介します。

📖『ウルトラ図解手指の痛みとしびれ 手指に起こるすべてのトラブルを正しく解決』

(亀山真監修 法研 2023)

第4章「その他の手と指のトラブル」の中で、免疫異常から炎症が起き、軟骨や骨が破壊されて関節が変形する関節リウマチについて解説。第5章で自分でできる腫れや痛みへの対処法を紹介しています。

📖『関節リウマチ よくわかる最新医学』(松野博明監修 主婦の友社編 主婦の友社 2020)

関節リウマチの概要、症状、検査、治療法、日常生活のケアについてまとめています。特に治療法では、関節リウマチによって起こる骨粗鬆症や、妊娠・出産期の治療(使用できない薬等)についても詳しく解説しています。

【がん】

📖『マンガで学ぶ! がんのキホン』(近藤慎太郎イラスト・文 医学書院 2023)

著者は医師兼漫画家で、本書は「かんたん! 看護師のための web マガジン by 医学書院」という連載記事を再構成したものです。がんのデータの見方を解説しているため、はじめに確認しておくとの資料を見るとときに理解しやすくなります。

各種がんに関する資料は、「国立がん研究センターの〇〇がんの本」シリーズに分かりやすくまとめられています。

📖『国立がん研究センターの肺がんの本 改訂新版』(渡辺俊一[ほか]監修 小学館クリエイティブ 2025)

📖『国立がん研究センターの乳がんの本 改訂新版』(首藤昭彦[ほか]監修 小学館クリエイティブ 2024)

🖥️《国立がん研究センターがん情報サービス》

(<https://ganjoho.jp/public/index.html> 国立がん研究センター)

各種がんの症状、検査、治療法のほか、制度やサービスに関する情報も充実しています。がん免疫療法等、用語や最新研究に基づいた解説もあります。

病院を調べるときは…

🖥️《医療情報ネット(ナビイ)》(<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize> 厚生労働省)

厚生労働省が運営している、全国の医療機関を探せるウェブサイトです。キーワード検索のほか、診療科目や場所、外国語対応等から検索することもできます。医療機関から報告された内容を原則そのまま掲載しているため、必ずしも最新の報告内容が反映されていない場合があります。検索した後は必ず各医療機関のウェブサイトから最新情報を確認してください。

🖥️《埼玉県アレルギー疾患医療拠点病院 医療機関検索》

(<http://allergy.saitama-med.ac.jp/search.html> 埼玉医科大学病院)

埼玉県内のアレルギー疾患(ぜんそく、食物アレルギー)に関する医療機関を検索できます。絞り込みの項目に「地域」「発作時緊急対応」「日本アレルギー学会専門医の在籍」があります。

(3) 支援情報・相談窓口を調べる

🖥️《難病情報センター》

(<https://www.nanbyou.or.jp/> 公益財団法人難病医学研究財団)

厚生労働省の補助事業として運営しているウェブサイトで、医療費助成制度、国の難病対策、都道府県ごとの難病相談支援センター、患者会の情報等、支援策の情報を網羅的に確認できます。

🖥️《アレルギー疾患対策》

(<https://www.pref.saitama.lg.jp/kenko/iryu/kafunsho/index.html> 埼玉県)

埼玉県のアレルギー疾患対策のほか、研修会、講演会、相談会に関する情報を確認できます。

🖥️《アレルギーポータル》(<https://allergyportal.jp/> 一般社団法人日本アレルギー学会)

アレルギーの症状や治療方法、相談できる専門医や災害時の対応方法の情報等を集めたポータルサイトです。「アレルギーの本棚」のページでは、「患者さん・一般の方向け」「行政・学校関係者の方向け」「医療従事者の方向け」にそれぞれ役立つ資料を紹介しています。

🖥️《がん患者さんのための治療サポ》

(<https://www.chiryu-sapo.com/> 労災疾病臨床研究事業費補助金「事業場において治療と仕事の両立を支援するための配慮とその決定プロセスに関する研究」班)

がんになっても働きたい方と、主治医、事業者の話し合いを支援するためのツールを紹介するウェブサイト。職場で配慮した方がいい工夫や取組を具体的に検討するための検索ツールや、本人・事業主用の各面談前チェックリスト、主治医へ提出する資料フォーマット等があります。配慮事項を検索する項目に「免疫力の低下(感染のしやすさ)」があります。

🖥️《治療と仕事の両立支援ナビ》(<https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/> 厚生労働省)

事業者、労働者(患者)、医療機関、支援機関(者)向けの両立支援の情報をまとめています。事業場、医療機関/支援機関それぞれの取組事例が検索できます。また、「お役立ちコンテンツ」のページでは、ガイドライン、マニュアル等の参考資料や様式をダウンロードすることができます。

4 免疫の研究について調べる

(1) 研究史を調べる

📖『標準免疫学 第4版』(宮坂昌之監修 小安重夫[ほか]編 医学書院 2021)

序編第1章「免疫システムの発見史」の中で、免疫学に関する研究者とその研究内容についてまとめています。研究者は顔写真付きで紹介しています。

📖『Medicine 医学を変えた70の発見』

(William Bynum[ほか]著 鈴木晃仁[ほか]訳 医学書院 2012)

免疫学の研究史について短く4ページでまとめています。おおまかに知りたい方におすすめです。

📖『アレルギー 現代病の歴史』(マーク・ジャクソン著 大塚宜一監訳 稲毛英介訳 時空出版 2021)

学説史だけでなく、政治経済等の側面からもアレルギーについて述べています。

📖『腸内細菌を正しく理解する 入門・基礎編』(永田智[ほか]監修 日本小児医事出版社 2021)

腸内細菌研究の歴史や具体的な実験・解析方法等について、医師がまとめています。

📖『ファージ・ハンター 病原菌を溶かすウイルスを探せ!』(山内一也著 岩波書店 2025)

細菌のウイルスであるバクテリオファージは特定の細菌に感染して増殖し、その細菌を溶かす働きをしています。この能力を利用した細菌感染を治療するファージ療法について、研究史を伝えています。

(2) 研究者を調べる

- 📖『21世紀の知を読みとく ノーベル賞の科学 生理学医学賞編』
(矢沢サイエンスオフィス編著 技術評論社 2010)
1981年から2008年までに受賞した研究者13人を紹介しています。歴代ノーベル生理学医学賞受賞者全一覧あり。
- 📖『ノーベル賞を知る 1 命を救う大発見！ノーベル生理学・医学賞』
(若林文高監修 講談社編 講談社 2020)[児]
がん免疫療法は効かないという長年の常識を覆した、本庶佑氏の免疫コントロール薬(オプシーボ)の研究等、歴代のノーベル生理学・医学賞の研究、研究者についてまとめています。
- 📖『北里柴三郎 伝染病とたたかった不屈の細菌学者』
(たからしげる文 立花まこと画 あかね書房 2021)[児]
破傷風菌の純粋培養から血清療法を確立した北里氏の伝記。感染症対策、予防医学に貢献しました。
- 📖『カタリン・カリコ mRNAワクチンを生んだ科学者』(増田ユリヤ著 ポプラ社 2023)[児]
ワクチンを打つと免疫細胞が働き、抗体を作ったり、ウイルスを攻撃したりして体を守ります。本書はmRNAの特性を活かした新型コロナウイルスワクチンを開発したカタリン・カリコ氏の伝記です。
- 🖥️《researchmap》(<https://researchmap.jp/> 国立研究開発法人科学技術振興機構)
日本国内で活動している研究者や、海外で研究している日本人研究者等約 30 万人以上を、氏名や研究分野、キーワードから検索することができます。
- 📖『人物レファレンス事典 科学技術篇』(日外アソシエーツ株式会社編 日外アソシエーツ 2011)
約1万4千人を収録した人物索引事典。生没年、肩書、職業、略歴や業績を掲載しているほか、各人物を収録している事典も紹介しています。

(3) 雑誌記事・論文・新聞記事を調べる

オンラインデータベースとは…

「オンラインデータベース」とは、ある特定のテーマやジャンルの情報を収集・整理し、オンライン上で検索できるようにしたもののことで、**正確かつ専門的な情報を手軽に検索することができます。**
より深く研究について調べる時には、論文等が検索できるオンラインデータベースを利用するとよいでしょう。

埼玉県立図書館では、全部で 19 種類のオンラインデータベースを無料でご利用いただけます。

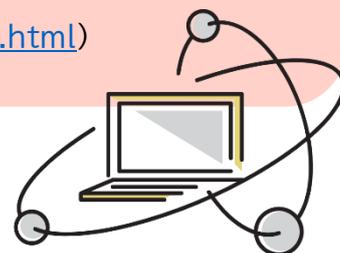
(※プリントアウトは有料です。)

ご利用になりたい方は、県立図書館の「図書館カード」、又は住所を確認できるものをお持ちのうえ、図書館カウンターまでお越しください。

図書館でご利用いただけるオンラインデータベースの一覧や詳しい利用等については、《埼玉県立図書館ウェブサイト》内「データベース紹介」のページ

(<https://www.lib.pref.saitama.jp/guide/business/database.html>)

からご確認いただけます。



🖥️《CiNii Research》(<https://cir.nii.ac.jp/> 国立情報学研究所)

学協会刊行物・大学研究紀要・国立国会図書館の雑誌記事索引データベースなどの学術論文情報を検索できます。学術論文の書誌情報について、広く調べたい時に便利です。リンク先で公開されているオープンアクセス論文の本文を閲覧することも可能です。

🖥️《J-STAGE》

(<https://www.jstage.jst.go.jp/browse/-char/ja> 国立研究開発法人科学技術振興機構)
4,000 誌以上の科学技術(人文科学・社会科学分野も含む)の刊行物を収録した電子ジャーナルのプラットフォームです。ほとんどの記事が無料で閲覧できるため、その場で本文が入手できる科学技術分野の学術論文を調べたい時に便利です。

🔍《JDreamIII》(ジー・サーチ)

科学技術や医学・薬学分野の文献情報を検索できる、日本最大級の科学技術文献データベースです。論文ごとに概要や適切なキーワードを付与し、外国語文献には日本語の抄録がつくため、国内外の膨大な科学技術分野の文献を手軽にかつ的確に検索することができます。記事本文をデータベースから直接見ることはできませんが、一部全文リンクがあるものがあります。

🔍《医中誌 Web》(医学中央雑誌刊行会)

国内医学論文情報のインターネット検索サービス。国内発行の医学・歯学・薬学・看護学及び関連分野の定期刊行物のべ約 7,500 誌から収録した論文情報を検索することができます。収録している雑誌タイトルを埼玉県立図書館で所蔵している場合にはアイコンで表示されるようになっています。

🔍《朝日新聞クロスサーチ》(朝日新聞社)

1879(明治12)年からの朝日新聞の記事や『AERA』、『週刊朝日』、『アサヒグラフ』、人物データベース、歴史写真アーカイブ等の検索及び閲覧ができるデータベースです。

🔍《毎索》(毎日新聞社)

1872 年創刊号からの毎日新聞の検索・閲覧が可能です。埼玉版は 1994 年 1 月から収録されています。このほかに『週刊エコノミスト』や英字ニュースも検索ができます。

▶ 当館所蔵の関連新聞

当館で所蔵している新聞の一覧はこちらから確認できます。

《埼玉県立図書館ウェブサイト》内「埼玉県立図書館所蔵購入新聞一覧【日本語新聞】」

(<https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/newspaper/news-list-01.html>)

