

日本唯一！警察官のための情報教養誌

よりぬきBAN

「BAN」を読んでみませんか？

「BAN」は警察実務に役立つ特集から、各都道府県警察の最新の取組みのほか、時事ニュースの分析など、幅広く充実した内容をお届けしています。
2025年、特に反響の大きかった号を特別に単行本で販売します！



2025年11月号 アンケートのコメントより

- ・中野信子さんのインタビューは目から鱗が落ちました。
- ・特集とインタビューがリンクしていて理解しやすかった。
- ・はじまりの事件は警察改革の発端となる事件の一つとして改めて事案内容等を学べた。

特集 依存症

アルコール、薬物、スマホ、ギャンブル、ゲーム…様々な依存症が社会問題となっています。
依存症とはどんなものなのか、脳でどんなことが起きているのかなどを解説します。

インタビュー 脳科学者・中野信子

脳科学者として様々なテレビなどにも出演している中野さん。
中野さんにSNSなどで話題になる「正義中毒」などについて、脳科学の立場からお話を伺いました。

第2特集 中高年のための筋トレ

中高年になると、加齢による筋肉や体力の衰えが気になります。
今日からすぐに始められる、中高年にとって必要な筋トレをご紹介します。

連載 はじまりの事件

新潟少女9年余監禁

過去の重大事件を掘り下げる人気連載。
今回は平成12年に、9年間余りも一般住宅内に監禁されていた19歳の女性が保護された事件を取り上げます。
警察の不祥事も大きな問題となった事件です。

※本書は、ご購入いただいた日から1年間閲覧が可能です。



アンケートに答えて
プレゼントをもらおう

02 多事雑感 一般社団法人
未来の先生フォーラム代表理事 宮田純也

09 インタビュー 脳科学者 中野信子

15 特集 *ban's special*

依存症

16 アルコールからゲームまで
依存症とその裏にある原因

依存症対策全国センター 松本俊彦

24 特別企画 For 中高年 健康のための筋トレのススメ

心身健康倶楽部代表取締役 枝光聖人

54 中共第 14 期全人代第 3 回会議から読み解く 習近平政権のゆくえ 作家 吉本貞明

04 都道府県警察紹介 SHOW 岩手県警察

連載 *serialization*

08 ご当地グルメ / 岩手県

30 皇室と日本文化と伝統を継いで 132

「神々の社と祭祀第 23 回」 / 椎谷哲夫

33 いざというときのスピーチ玉手箱 257

34 語源の旅 58 / わぐりたかし

36 警察官のための潤滑油 44 / 小泉いづみ

38 甘口・辛口—警察寸評 255 / 三木賢治

「DNA 鑑定不正」

40 SYSTEM PLUS 230 / 中村剛

「IT 対応のための刑事訴訟法改正③」

42 警視庁番外史 65 / 加来耕三

44 警察相談アラカルト / 細谷芳明

46 苦情は宝—もうクレームは怖くない 69

/ 関根眞一

48 気が利く人・気が利かない人 129

/ 今井繁之

50 スポーツ万華鏡

52 警察官のための「けいざい入門」No.32

60 新モノ図鑑 16「襟」

64 若手警察官のためのマナー講座 124

65 小さな法律違反に注意!

「儀式妨害の罪」に関する法律 / 石井尚子

66 トレンド通信「ぬい活」 / ヨダエリ

67 警察小説 ハム 公安警察事件簿 38 / 筑前太郎

73 はじまりの事件—時代を読み解くカギ 75

「新潟少女 9 年余監禁」 / 三木賢治

82 バックナンバー

83 書籍紹介

84 読者コーナー

85 読者アンケート

87 次号予告



ページ内にこのマークがあるものは、若手向けの内容です。