

## 【インターネットで発見！】

今回のテーマについて、お勧めのホームページをご紹介します。



「みんなのメンタルヘルス 認知症」  
厚労省の、こころの健康や病気について網羅したサイトです。「認知症とは」という理解の入口を始めとして、広く情報を集めています。

<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/>

### 「認知症情報サイト」

国立研究開発法人、国立長寿医療研究センターのホームページです。高齢者の心と体の自立、健康長寿社会をめざすこの機関では、一般の方向きに専門家による「もの忘れ教室」という動画も配信しています。

<http://monowasure.org/ninchi/>

### 「若年認知症サポートセンター」

64歳以下の若年性認知症者は約4万人いるとされています。その家族をサポートし、社会環境整備の必要性を提言するNPOの情報サイトです。相談先や連絡会も掲載され、一助となるでしょう。

<http://jn-support.com/index.html>

## 相模原市立橋本図書館

〒252-0143

相模原市橋本3-28-1

電話 042-770-6600

FAX 042-770-6601

### 開館時間

○火曜日～金曜日

午前9時30分から午後8時まで

○土・日曜日・休日

午前9時30分から午後6時まで

○12月28日

午前9時30分から午後5時まで

ただし、12月28日が月曜日にあたる

場合は休館

### 休館日

○月曜日

ただし、月曜日が休日の場合は開館し、翌日が休館

○図書整理日

1月・4月を除く毎月第2木曜日。

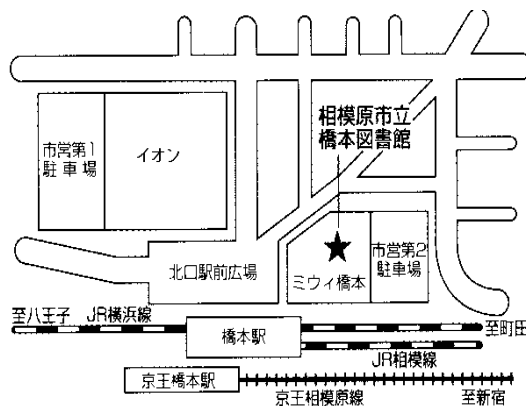
ただし、その日が休日の場合は開館し、翌日が休館

○年末年始

12月29日から1月4日

○蔵書点検期間

4月4日から4月11日



# 健康情報news

第22号

## 認知症を知る ブックリスト



相模原市立橋本図書館

2016年3月発行



## ブックリスト



**AD369.26**

### 『家族のためのはじめての認知症介護』

田中知世子／著

幻冬舎デ ィアソサリィグ 2015

認知症と診断された家族にどんな介護をすればよいのか。その不安を解消するために書かれたのが本書です。5章にわたって展開される内容は具体性に富み、個人で抱え込まずに、地域ケアへつなげる道筋を示しています。

橋本図書館所蔵の健康情報に関する本を今回のテーマに沿ってご紹介いたします。

☆このリストは、ご紹介した本に掲載されている特定の医療機関や療法をお勧めするものではありません。

**AD493.758**

### 『認知症よい対応・わるい対応 新版』

浦上克哉／著 日本評論社 2014

アルツハイマー病の専門医が、豊かな臨床経験をもとに、対応の秘訣を語っています。予防法や治療薬、治る認知症の見分け方、受診前のチェック項目など細やかな記述で編まれた一冊です。

**AD493.758** 『旅のことば』

井庭崇／編著 丸善出版 2015

800万人ともいわれる認知症高齢者を取りまく課題を、社会のデザインのひとつと捉え、未来志向で考える著者の意欲的な一冊です。医療や介護のみならず、認知症を「新しい旅の始まり」とし、本人・家族・周囲（社会）が関わり合い、より良い時間と関係を築いていくための“ことば”が紡がれています。

**AD493.758**

### 『認知症の介護に役立つハンドセラピー』

池田書店 2014

認知症高齢者がとる行動や心理症状を理解し対応することは難しいものです。この本では問題を緩和する一つの方法として、ハンドセラピーが提唱されています。実際に介護現場で実践されており、鎮静と安らぎを生む「触れる」手順が分かりやすい写真で紹介されています。

**HE916 青**

### 『私の脳で起こったこと』

樋口直美／著 ブックマン 2015

「レビー小体型認知症」は近年その診断と症例が明らかになってきました。本書はその罹患者自身による記録です。自律神経や認知機能に現れる病状を理解されない苦しみと孤独、将来への恐れへの告白は重いものです。それにも拘らず、恐怖を克服し、絶望の淵から自己を解放していく心の軌跡に圧倒されます。

☆他にもこんな本があります☆

**AD493.758**

### 『認知症とともに生きる』

山村基毅／著

幻冬舎デ ィアソサリィグ 2016

**AD493.758**

### 『楽になる認知症ケアのコツ』

山口晴保／編 技術評論社 2015

**K1-36銀**

### 『高齢者のためのふれあい福祉ガイド』

相模原市高齢政策課／編 相模原市高齢政策課 2015

**AD369.26**

### 『年金世代の介護よろずお悩み相談』

おちとよこ／著 主婦の友社 2015

**AD492.993**

### 『認知症訪問看護』

諏訪さゆり／編著 中央法規出版 2015