

認知症について調べる

「認知症について知りたい」、「理解を深めたい」その際に役立つ資料を紹介します。

！資料を利用する上でのご注意！

特定の治療法、薬、病院、医師を薦めるものではありません。医療に関する情報は日々変わっているのです、これが全てではありません。図書館では、医療に関する資料や情報の提供は行いますが、病気の診断など医療相談やアドバイスなどは行っていません。

<もくじ>

- 1 症状を調べる
- 2 予防について調べる
- 3 介護・ケアについて調べる
- 4 家族・周囲の人のために
- 5 闘病記・体験記
- 6 インターネットで調べる



コンシェちゃん
(キャラクターデザイン 高橋郁丸)

※【 】内は新潟市立図書館の所蔵する資料の請求記号です。お探しの際は、図書館職員にお尋ねください。

1 症状を調べる

★認知症の種類や症状に関する資料を集めました。

資料名 / 著者名	出版情報	請求記号 / 所蔵館
『ぜんぶわかる認知症の事典』	成美堂出版 2016年	【493.75 セン】 / 中央ほか
認知症の症状、検査・診断、最新治療についてイラストを使い詳しく解説。巻末に和文と欧文の索引あり。		
DVD『NHK きょうの健康 認知症』	NHK エデュケーション ル 2013年	【D 490 キ】 / 西川
認知症ともの忘れとの違いを比較し、治療やケアについての実践例を示しながらわかりやすく解説。		
『認知症かな？と思ったらすぐ読む本』	技術評論社 2017年	【493.7 ニ】 / 西川ほか
軽度認知障害(MCI)をテーマに、症状や予防法について詳しく解説。		
『認知症の取扱説明書』 / 平松 類 著	SBクリエイティブ 2018年	【493.7 ヒ】 / 西川ほか
認知症のよくある困った行動を13の事例として紹介し、脳だけでなく全身の老化を検証することで、その原因と解決策を探る。		

2 予防について調べる

★認知症の予防に関する資料を集めました。

資料名 / 著者名	出版情報	請求記号 / 所蔵館
『認知症&もの忘れはこれで9割防げる!』 / 浦上 克哉 著	三笠書房 2017 年	【493.7 ウ】 / 西川ほか
「体を動かしながら頭を使う」「アロマセラピーの効果」など認知症ともの忘れを防ぐ16の新習慣を紹介。		
『すべてがわかる認知症 2017』	朝日新聞出版 2017 年	【493.75 スベ】 / 中央ほか
軽度認知障害と診断された後でも生活習慣の改善によって進行を止めることができた例や、認知症に備えるべきこと等を紹介。認知症チェックリスト、認知症専門医がいる病院リストも掲載。		
『脳にいいこと事典』	西東社 2017 年	【SL 498 ノ】 / 坂井輪
脳の老化を防ぐ生活習慣や脳の神経細胞を増やす運動・脳トレなど、認知症予防について最新の研究に基づいてわかりやすく紹介。		
『これでわかる認知症予防』	成美堂出版 2018 年	【493.7 コ】 / 西川ほか
すぐに実践できるさまざまな予防法を、豊富な図・イラストつきで紹介。		

3 介護・ケアについて調べる

★認知症の人の介護・ケアの工夫や、受けられるサービス・お金に関することがわかる資料を集めました。

資料名 / 著者名	出版情報	請求記号 / 所蔵館
『不安をやわらげる家族の認知症ケアがわかる本』	西東社 2017 年	【493.75 フア】 / 中央ほか
介護の困ったときの対処法が事例とともに多数紹介。医療と福祉サービスの活用についても紹介。		
『認知症ケアやさしい住まい・暮らしの工夫』 / 大島 千帆 著	家の光協会 2013 年	【369.2 オオ】 / 中央ほか
認知症の人が使いやすい無理なく安心して暮らせる住まいの工夫について、ビフォー・アフターや良い例・悪い例をイラストで解説。なお出版年が古いため、介護保険について現制度と異なる箇所あり。		
『認知症で使えるサービスしくみお金のことがわかる本』 / 田中 元 著	自由国民社 2018 年	【493.75 ナ】 / 中央ほか
認知症の疑いがある際に、まずどうすればよいか、どこの機関へ問い合わせたらよいか。認知症と診断されてから受けられるサービスや制度、費用のことについて知ることができる。		
『親が倒れた!親の入院・介護ですぐやること・考えること・お金のこと』 / 太田 差恵子 著	翔泳社 2018 年	【369.2 オオ】 / 中央ほか
認知症に限った内容ではなく、身近な人の入院や介護が必要になったとき、入院から退院後までの介護のしくみ・手続き・費用などの情報をまとめて紹介。		

4 家族・周囲の人のために

★認知症の人とその家族が幸せな生活を送るための、気持ちに寄り添う資料を集めました。

資料名 / 著者名	出版情報	請求記号 / 所蔵館
『認知症の人を理解したいと思ったとき読む本』 認知症の人の気持ちを知り、どう対応すべきかイラストを交えてわかりやすく解説。認知症初期の本人にも。	大和出版 2018年	【493.7 ニ】 / 西川ほか
『気持ちが楽になる認知症の家族との暮らし方』 認知症の人の家族の体験談、認知症の専門家、様々な分野の専門医や介護のプロの頼れるアドバイスを掲載。	池田書店 2018年	【493.7 キ】 / 西川ほか
『家族のココロを軽くする認知症介護お悩み相談室』 / 長田 久雄 著	中央法規出版 2014年	【493.75 オサ】 / 中央ほか
認知症介護のお悩み相談の具体例と解決の視点が掲載。家族の心身の負担を軽減するための基礎知識、介護やケアにおけるストレスと対処法も紹介。		
『誰も書かなかった認知症の話』 / 等々力 務 著	新潟日報事業社 2014年	【NN 493.7 ト】 / 中央ほか
認知症の人と家族の会の新潟支部で活動する著者が、介護の現場から認知症に関する様々な事例を紹介。また、認知症の人と家族の会のつどいに参加した認知症の家族を介護している方の体験談も紹介。		

5 闘病記・体験記

★認知症や闘病記というキーワードで探すことができます。

内容	資料名 / 著者名	出版情報	請求記号 / 所蔵館
自身の 闘病記	『認知症の私は「記憶より記録」』 / 大城 勝史 著	沖縄タイムス社 2017年	【916 オ】 / 巻
	40歳でアルツハイマー型認知症と診断された著者が、クラウドファンディングで資金を調達し出版。仕事復帰に至る周囲や会社のサポートのほか、講演活動を通じた出会い、伝えるという使命を丹念に綴る。		
	『認知症とともに生きる私』 / クリスティーン・ブライデン 著、馬籠 久美子 訳	大月書店 2017年	【493.7 フ】 / 西川ほか
認知症当事者として発言することで認知症への偏見を打ち破り、世界の医療やケアの改革に大きく貢献した著者による講演録。			
家族の介 護体験記	『母さん、ごめん。』 / 松浦 晋也 著	日経BP社 2017年	【916 マツ】 / 中央ほか
	50代独身のジャーナリストである著者は、一人で母を介護することに。実体験に基づく介護対策が満載の奮闘記。		
	『実録家で親を看取る』 / 中山 庸子 著	海竜社 2016年	【916 ナカ】 / 中央ほか
	認知症と多重のがんを抱え、在宅ケアを望んでいた父。遠距離介護のなかで、著者が感じたことを実録形式でまとめたもの。		
『記憶をつなぐラブレター』 / 城戸 真亜子 著	朝日新聞社 2016年	【916 キト】 / 中央ほか	
タレント・画家である著者が、認知症の義母との日々を綴った、あつたか介護絵日記。			

6 インターネットで調べる

WEBサイト名	URL
「認知症施策」 (厚生労働省)	https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/ninchi/ 認知症そのものについての情報や国の取組み、サポート制度などについて紹介。
「認知症介護情報ネットワーク」 (認知症介護研究・研修センター)	https://www.dcnnet.gr.jp/ 認知症とは、どのような症状でどう接すればよいかなど、認知症がどのような病気であるかをコラム形式でわかりやすく紹介。
「認知症サポート」 (新潟市)	https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kaigo/ninchisupport/index.html 新潟市の認知症に関連する事業や市内で行われている取り組みについて紹介。
「認知症かな?と思ったら」 (新潟市医師会)	https://www.niigatashi-ishikai.or.jp/citizen/dementia.html 認知症を疑った時、どうすればよいかを説明。新潟市内の認知症相談医や地域包括支援センターの連絡先を掲載。
ささえーる+ (新潟日报社)	http://www.sasayell.jp/ 新潟の認知症に関する記事を掲載。また、認知症に限らず介護、健康についての記事も掲載。新潟県内の病院、介護施設検索もできる。
公益社団法人 認知症の人と家族の会	http://www.alzheimer.or.jp/ 各都道府県にある支部の紹介。つどいの開催情報や電話相談窓口を掲載。

(インターネット情報は2020年9月16日確認)

図書館では、資料・情報を使って、皆さんの疑問や課題を解決するお手伝いをしています(レファレンスサービス)。お気軽に、図書館職員にお声がけください。



新潟市立中央図書館

〒950-0084 新潟市中央区明石 2-1-10

TEL 025-246-7700

FAX 025-246-7722

HP <https://www.niigatacitylib.jp/>