






9月 “世界アルツハイマー月間” おすすめ本リスト

2025年には65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると推測されています。「もし自分が認知症になったら!」さあ、他人事から自分事としてとらえ、認知症への理解を深めましょう。

荒尾市立図書館ブックリスト No.12
「認知症」 2023.9月

No		
1		<p>アルツハイマー病がわかる本</p> <p>治療・予防の最新情報と介護のノウハウ。症状、進み方、診断と治療、予防、介護、施設選びの方法、社会制度の利用、最新の研究動向など、病気を克服するために必要な情報が多角的に解説されています。</p> <p>①植木 彰 ②法研 ③493.75 ウエ ④2012 ⑤10066940</p>
2		<p>あなたが認知症になったら。あなたが認知症にならなかつたら。</p> <p>働き盛りの夫が若年認知症に。妻による介護の日々、そして家族の崩壊と再生を綴った物語。</p> <p>①越智 須美子/越智 俊二 ②中央法規出版 ③916 村 ④2009 ⑤10063432</p>
3		<p>親が認知症!? 離れて暮らす親の介護・見守り・お金のこと</p> <p>「親の様子がなんだかおかしい…。まずは何をすればいい?」「安心して見守ることのできるサービスやツールがあるなら知りたい!」—そんなあなたが「いま」知るべきことを、わかりやすく紹介!</p> <p>①工藤 広伸 ②翔泳社 ③493.7 クト ④2020 ⑤10091972</p>
4		<p>誤作動する脳</p> <p>幻は、幻が消えたときに、幻とわかる。——脳の中からの鮮やかな現場報告!本書は、「レビー小体型認知症」と診断された女性が、幻視、幻臭、幻聴など五感の変調を抱えながら達成した圧倒的な当事者研究の本です。</p> <p>①樋口 直美 ②医学書院 ③493.7 ヒク ④2020 ⑤10087911</p>
5		<p>若年認知症</p> <p>認知症者本人の声・家族の思いと合わせて、認知症を適切に知るための解説を付し、各地の先駆的な実践も紹介。</p> <p>①若年認知症家族会彩星の会 ②中央法規出版 ③493.75 シヤ ④2006 ⑤10046343</p>

No		
11		<p>認知症介護サポートマニュアル</p> <p>ものわすれは人ごとではなく、あなたや家族に起こらないという保証はありません。しかし、本書における「認知症を知る10日間の旅」を共にすることで、将来に備えることはできるのです。</p> <p>①松本 一生 ②河出書房新社 ③369.26 マツ ④2007 ⑤10062039</p>
12		<p>認知症家族のところに寄り添うケア</p> <p>「えっ、あの人が!」「あの人の限ってそんなことはない」家族の揺れるところにどう寄り添うか?変わりゆく状況に応じた支援のあり方をアドバイス!</p> <p>①松本 一生 ②中央法規出版 ③369.26 マツ ④2013 ⑤10070444</p>
13		<p>認知症かもしれない家族のためにできること</p> <p>超高齢社会の日本で認知症は他人事ではありません。認知症がうたがわれる方と暮らす家族の困りごとや相談ごとを医師/看護師/研究者/介護経験者がやさしく解説。さらに、認知症とよく似た症状が表れる高齢者の精神疾患についても取り上げられています。「もしかして…」「あれ?様子がおかしいな」と感じたときの最初の一冊としてお勧めです。</p> <p>①千葉 京子/鷹野 朋美 ②弘文堂 ③493.7 チハ ④2020 ⑤10092913</p>
14		<p>認知症知って安心! 症状別対応ガイド</p> <p>治療とケアのための基礎知識、認知症の原因となる病気、症状別・疾患別の対応法、認知症に対する薬物治療、などをアドバイス!</p> <p>①武田 雅俊 ②メディカルレビュー社 ③493.75 カス ④2012 ⑤10068487</p>
15		<p>認知症新時代—私らしく生きる</p> <p>認知症700万人時代。本人の思いをどうケアに反映させればいいのか。もがき苦しみながら居場所を見つけた当事者を、初めて真っ向から捉えたルポルタージュ。2014年度第33回ファイザー医学記事賞優秀賞を受賞!</p> <p>①毎日新聞生活報道部 ②毎日新聞出版 ③369.28 マイ ④2015 ⑤10076865</p>

No		
6	 <p>すぐに忘れてしまう自分が怖くなったなら読む本 認知症を予防・克服する新習慣!</p>	<p>すぐに忘れてしまう自分が怖くなったなら読む本</p> <p>すぐに使える「チェックリスト」と「7カ条」で不安を解消！運動・知的活動・会話・アロマ・食事・パズル…認知症リスクを4割減らせる気づき方と暮らし方。自分や家族のために知っておきたい6つのこと…認知症の不安をなくす方法が満載！</p> <p>①浦上 克哉 ②徳間書店 ③493.7 ウラ④2022 ⑤10099297</p>
7	 <p>認知症 劇的新治療</p>	<p>認知症</p> <p>認知症治療10の誤り（認知症は進行する病気だからしかたがない「どう介護するかだけ」という大きな誤解・適切な治療を受ければ改善するはずの認知症が、逆に悪化の一途をたどる理由（ほか）問題行動はコウノメソッドで解決しようと呼びかける本です。</p> <p>①河野 和彦 ②主婦の友社 ③493.75 コウ ④2011 ⑤10067481</p>
8	 <p>認知症・アルツハイマー病がよくわかる本</p>	<p>認知症・アルツハイマー病がよくわかる本</p> <p>認知症とは？アルツハイマー病とは何か？また、どのように進むのか、どう対応をしたらいいのかわかりやすくまとめられています。</p> <p>①遠藤 英俊 ②主婦の友社 ③493.75 エン ④2007 ⑤10071590</p>
9	 <p>認知症を介護する人のための本</p>	<p>認知症を介護する人のための本</p> <p>穏やかな気持ちで、ストレスを抱えずに臨める認知症介護は可能なのか？介護する側の心身のケアに焦点を当て、よりよい介護のためのポイントを詳細なケーススタディとともに解説した一冊です。</p> <p>①加藤 伸司 ②河出書房新社 ③369.26 カト ④2007 ⑤10062040</p>
10	 <p>認知症を絶対治したい人が読む本</p>	<p>認知症を絶対治したい人が読む本</p> <p>町医者はいわずもがな専門医や大学病院でも間違った認知症医療が横行しており、患者さんとその家族、介護従事者はまさに「塗炭の苦しみ」を味わっている。そんな惨状に警鐘を鳴らし、誤診や処方方もたらす苦しみから患者さんを救いたいという著者の思いが伝わる本です。</p> <p>①岩田 明 ②現代書林 ③493.75 イワ ④2017 ⑤10082568</p>

①著者②出版社③分類番号④出版年⑤資料番号

No		
16	 <p>認知症になった家族との暮らしかた</p>	<p>認知症になった家族との暮らしかた</p> <p>認知症になった家族を介護するとき、戸惑いや不安、葛藤がつきまといまいます。認知症の人に寄り添いながらできるだけお互いに穏やかに暮らすためにはどうしたらよいか。様々な事例ごとにマンガを交えてアドバイス。認知症になった人の心理から、症状の表れ方、利用できるサービスの情報も掲載。</p> <p>①認知症の人と家族の会②ナツメ社③493.7 ニン④2018 ⑤10092736</p>
17	 <p>認知症になってもひとりで暮らせる</p>	<p>認知症になってもひとりで暮らせる</p> <p>地域包括ケア社会とは、“意志”があればひとりで暮らせる、“人”がいればひとりで暮らせる、“お金”があればひとりで暮らせる、“居場所”があればひとりで暮らせる、“地域”があればひとりで暮らせる—などを収録！</p> <p>①協同福祉会 ②クリエイツかもがわ ③369.2 キヨ ④2019 ⑤10086850</p>
18	 <p>認知症の人のイライラが消える接し方</p>	<p>認知症の人のイライラが消える接し方</p> <p>認知症のお年寄り、困りごとが増えるためイライラ・ソワソワと落ち着かなくなりがち。おまけに「介護している人」との間に誤解やすれ違いが生まれやすくなるため、円満だった関係が壊れ、つい怒ったり、乱暴な言葉が出たりします。介護者が困る（そして、お年寄りも困っている）問題の解決策が見つかります！</p> <p>①植 賀寿夫 ②講談社 ③369.2 ウエ ④2020 ⑤10086833</p>
19	 <p>ペコロスの母に会いに行く</p>	<p>ペコロスの母に会いに行く</p> <p>62歳の漫画家が描く、認知症の母との可笑しくも切ない日々。エッセイ刊行に寄せて「生きる切なさ」（詩人・伊藤比呂美）も同時収録されています！</p> <p>①岡野 雄一 ②西日本新聞社 ③726.1 オカ ④2012 ⑤10068131</p>
20	 <p>ばあばは、だいじょうぶ</p>	<p>ばあばは、だいじょうぶ</p> <p>大好きなばあばが「わすれてしまう病気」になって変わってしまった。そして冬の寒い日、ばあばがいなくなり……感動に包まれる絵本。</p> <p>①楠 章子 ②童心社 ③E3 クス④2016 ⑤20037758</p>

荒尾市立図書館