

認知症について知ろう

高齢化社会の日本において、認知症は身近なものになってきています。認知症の方だけでなく、家族や介護をする方の不安や疑問を解決するヒントになる本や、認知症予防について学べる本を紹介します。

『認知症の親が満足する最高の介護術』



著者:榎本 睦郎／著 出版社:永岡書店
出版年:2025.2 資料コード:1010520557

認知症介護の不安やモヤモヤをスッキリ解消！認知症の人がとる不思議な言動の理由&接し方のコツや、早期発見で進行を防ぐ受診のポイントを解説。介護する側とされる側の両方の気持ちがラクになる介護テクニックも紹介する。

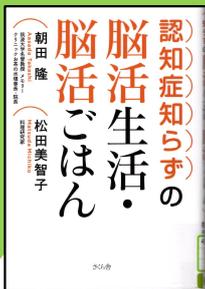
『早合点認知症』



著者:内田 直樹／著 出版社:サンマーク出版
出版年:2025.1 資料コード:1010520565

「もの忘れ＝認知症」は、早合点だった！偏見や誤解により、実際と大きくズレている認知症観。治療できる認知症の見逃しや誤診を防ぐ方法、実効のある予防や備えなど、認知症の実際や正しい知識を伝える。

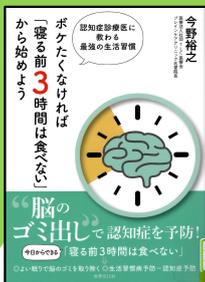
『認知症知らずの脳活生活・脳活ごはん』



著者:朝田 隆／著、松田 美智子／著 出版社:さくら舎
出版年:2023.12 資料コード:1010304945

東京医科歯科大学病院の名医たちが、認知症に関する最新医学情報と「認知症にならないためのからだケア」を紹介。料理研究家による認知症予防の脳活ごはんのレシピも収録する。

『ボケたくなければ「寝る前3時間は食べない」から始めよう』



著者:今野 裕之／著 出版社:世界文化社
出版年:2024.6 資料コード:1010341764

「寝る前3時間は食べない」習慣をつけるだけで睡眠の質を高め、認知機能の低下を防ぐ！日本人の生活に合わせた認知症予防・改善に役立つ食事のとり方を紹介する。運動など認知症を遠ざける生活習慣も掲載。



『認知症で使えるサービスしゅみお金のことがわかる本』

著者:田中 元／著 出版社:自由国民社

出版年:2024.9 資料コード:1010369153

認知症支援に関するサービスや制度がもれなくわかる！診断・最新治療から、介護サービス、各種費用・家族支援と権利擁護まで、本人と家族を支える情報を伝える。認知症基本法等の最新制度に対応した改定3版。



『家族のためのはじめての認知症ガイド』

著者:松永 慎史／編著 出版社:中央法規出版

出版年:2023.4 資料コード:1010084406

同じものを何度も買ってくるのはなぜ？どこに相談すればいい？どの病院・医師を選べばいい？治療費が高いときに使える制度は？認知症患者の家族のお悩みを、認知症専門医が丸ごと解決する。



『家族が認知症になった時の接し方・介護・頼れるサービス』

著者:内門 大丈／監修 出版社:ナツメ社

出版年:2024.2 資料コード:1010304572

認知症になった家族を介護する人に向けて、認知症に関する基本的なことから、認知症の人との接し方、治療の選択肢、必要な介護に関する多岐にわたる情報まで、オールカラーの漫画や図とともにわかりやすく紹介する。



『認知症が気になるあなたへ』

著者:今田 隆一[ほか]／著 出版社:新日本出版社

出版年:2024.11 資料コード:1010423612

認知症とはどんな病気なのか。病気の特徴、診断と治療、ケアのあり方、予防と備えについて解説。個人の生活習慣のみならず、共同的・社会的な取り組みの重要性についても事例とともに紹介。



『大切な人が認知症になったら最初に読む本』

著者:山村 基毅／著 出版社:メディアパル

出版年:2024.9 資料コード:1010369146

家族が認知症と診断されたらどうする？何が起こる？アルツハイマー型認知症を患った家族の介護を経験した著者が、必要な手続きや患者との接し方、介護施設の選び方などをイラストとともにわかりやすく解説する。