

「知りたい！認知症予防」

健やか生活応援コーナーでは、話題のテーマや季節に合わせてミニ展示を行っています。

第16回のテーマは、「認知症予防」です。

毎年9月は「かがわ認知症予防月間」です。脳の健康を維持し、認知症にならないためには、どうすればいいのでしょうか。

そこで今回は、認知症予防についての本50冊を集めた展示を行います。



期間：平成29年8月22日（火）～平成29年10月22日（日）

認知症とは

- ・『ウルトラ図解認知症 予防・治療から介護まで、知っておきたい最新知識』 朝田隆／監修
法研 (2016.10)
請求記号：4937 / A 51 / 5 資料番号：1109677037
- ・『すべてがわかる認知症 予防 介護 治療 未来』 朝日新聞出版 (2015.4)
請求記号：4937 / S 152 資料番号：1109259059
- ・『認知症にならない！「もの忘れ外来」徹底ガイド 相談して治す・予防する専門医療の活用法』
奥村歩／著 日本文芸社 (2015.2)
請求記号：4937 / O 52 / 7 資料番号：1109022564

認知症予防

- ・『認知症は早期発見で予防できる』 青柳由則／著 文藝春秋 (2016.4)
請求記号：4937 / A 65 資料番号：1109493005
- ・『アルツハイマー病は治せる、予防できる』 西道隆臣／著 集英社 (2016.9)
請求記号：4937 / S 159 資料番号：1109657765
- ・『自分でできる家族でできる認知症予防と対処法』 浦上克哉／著 主婦の友社 (2015.1)
請求記号：4937 / U 27 / 2 資料番号：1108979954
- ・『まだ間に合う！今すぐ始める認知症予防 軽度認知障害（MCI）でくい止める本』 朝田隆／
監修 講談社 (2014.12)
請求記号：4937 / A 51 / 2 資料番号：1108980077

運動

・『認知症にならないための歩き方 歩くだけで健康寿命を延ばす!』 椎名一博/著 幻冬舎
(2016.10)

請求記号 : 4983 / S 122

資料番号 : 1109679868

・『最新ワザ! 100歳までボケない手指体操』 白澤卓二/監修 主婦と生活社 (2016.9)

請求記号 : 4937 / S 142 / 4

資料番号 : 1109588523

・『「認知症」「寝たきり」になりたくなければ筋肉を鍛えなさい 1日5分で楽しくできるカンタン体操!』 田辺解/著 PHP研究所 (2015.6)

請求記号 : 4937 / T 99

資料番号 : 1109148070

生活習慣

・『物忘れ認知症は改善できる 大丈夫! 何とかあります』 田澤俊明/監修 主婦の友社
(2016.2)

請求記号 : 4983 / T 63 / 2

資料番号 : 1109412401

・『定年認知症にならない脳が冴える新17の習慣』 築山節/著 集英社 (2017.5)

請求記号 : 4983 / T 40 / 4

資料番号 : 1109739191

・『認知症をよせつけない60歳からの脳革命 今日からできる“脳力”アップ法』 加藤俊徳/著
大和書房 (2016.1)

請求記号 : 4983 / K 104 / 4

資料番号 : 1109401354

・『認知症ケアと予防に役立つ料理療法 やる気と自信を呼びさます』 湯川夏子/編著 クリエイ
ツかもがわ (2014.10)

請求記号 : 36926 / Y 53

資料番号 : 1108925858

リストには一部を掲載しています。
他にもいろんな本をご用意してありますので、どうぞご来館ください。



平成29年8月22日発行

編集・作成 : 香川県立図書館資料課「健やか生活応援コーナー」担当