

みんなの介護

家族で支える？

- ・介護のコツが知りたい。
- ・介護ストレスをなくしたい。
- ・おいしい介護食を作ってあげたい。



施設を利用する？

- ・どんな種類の介護施設があるの？
- ・安心・納得できる施設の見分け方は？
- ・費用はどれくらい？



自分の生活や仕事を 両立するには？

- ・どんな介護サービスがあるの？
- ・保険制度を上手に利用するには？



介護する人も、される人も、

ここが楽になる介護のヒントを……

1階 健康・医療情報コーナー

健康・医療関係の図書をテーマに従って展示しています。

健康・医療関係の雑誌もあります。

2階 健康・医療情報コーナー

書架番号 38・39

健康・医療全般の本を集めています。

病気の種類や薬・病院などのカテゴリ別に並べています。

食生活に関する資料は背ラベルに緑色の●シールを貼っています。

書架番号 39

生と死について考える本を並べています。

病気別に闘病記・医療手記を並べています。

最新情報は雑誌や新聞記事、インターネットで

1階 雑誌コーナー

『NHK きょうの健康』、『健康』、『月刊DAY』、『日経ヘルス』、『月刊福祉』を提供しています。

2階 書架番号 39

健康・医療に関する新聞記事をファイルしています。

2階 書架番号 40

特定検診をはじめ健康・医療に関するパンフレットを各種揃えています。

インターネット情報

●『介護事業所検索』

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

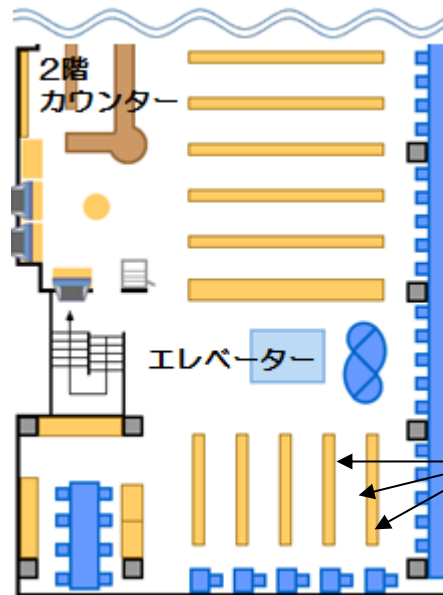
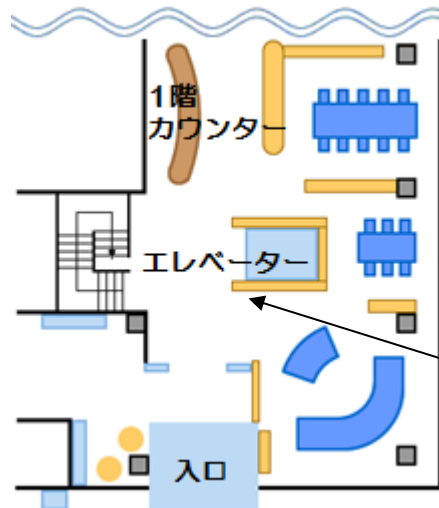
厚生労働省のHP。全国の介護サービス事業所の情報が閲覧・検索できるウェブサイトです。

情報提供窓口

●『逗子市役所』 電話：046-873-1111（代表）

<http://www.city.zushi.kanagawa.jp/life/konnatoki/fukushi/>

- ◇ 高齢者の生活支援、高齢者の権利擁護、地域支援事業などは、高齢介護課高齢福祉係へ
- ◇ 介護保険料、要介護・要支援の認定、介護保険給付などは、高齢介護課介護保険係へ



1階 健康・医療情報コーナー（展示・雑誌）

2階 健康・医療情報コーナー（書架番号 38・39・40）

- ◆このブックリストは特定の医療機関や治療法を薦めるものではありません。
- ◆病気に関する情報・知識は常に変化しており、図書館の情報が全てではないことをご留意ください。
- ◆図書館職員は病気の診断や治療についてのアドバイスはいたしません。

介護保険制度・施設・サービス

『やさしすぎるあなたがくたびれないための介護ハンドブック』	
東田勉／著 大和書房 2019 どうすれば大切なものと介護を両立できるのか。在宅介護で行き詰まらないためのヒント、介護のテクニック、施設選びのポイントなどを提案する。	369.2 ヒ
『後悔しない介護サービスの選び方<10のポイント> —イラスト図解—』	
田中元／著 ぱる出版 2019 介護の初心者のために、「どのような介護サービスをどのように選べばいいのか」を詳しく説明。ぴったりの介護サービスを選ぶためのチェックリスト付き。	369.2 タ
『あなたもきっとできる気持ちがラクになる介護 —不安や不満、ためらいなく親の介護をする自信はありますか—』	
主婦の友社／編 主婦の友社 2018 できること、できないことを見極めて、介護がラクになる術を見つける。介護の体験談、認知症シーン別対応法、介護保険制度の活用法や施設選びに役立つ情報も収録。	369.2 ア
『仕事と介護の両立に悩んだとき読む本』	
山川仁／著 日本能率協会マネジメントセンター 2018 働きながら介護に直面する人が増えている。仕事を辞めずに介護をするための知識と心構え、そして具体的な解決策を紹介する。	369.2 ヤ
『これで安心！入院・介護のお金—知らないと損する48のこと—』	
畠中雅子、新美昌也／著 技術評論社 2018 入院や介護が必要になった場合に役立つ知識をまとめている。医療や介護にかかるお金、負担を軽くする制度やサービスの利用方法を詳しく解説する。2018年の制度改正に対応。	369.2 ハ

食事と生活

『かみやすい飲み込みやすい高齢者のやわらか食 132 —家庭で作れる—』	
江頭文江／著 学研プラス 2019 嚥んだり飲んだりすることが難しくなっても、家族と同じ食卓を囲みたい。食べやすい食事を作るためのポイントがいっぱい。「おいしい笑顔」を引き出すヒントに。	I 498.5 エ
『嚥む力が弱った人のおいしい長生きごはん —誤嚥を防ぐ！—』	
クリコ／著 阿部仁子／監修 講談社 2019 美味しそうな見た目が、食欲アップと生きる希望につながる。介護食作りが楽しい時間になる本。	I 498.5 ク
『転倒予防のすべてがわかる本』	
松本健史／著 講談社 2018 転倒予防に必要な知識と技術をまとめた本。転ばない環境作りや介助術、体づくりを詳しく紹介。	369.2 マ
『お母さんは、だいじょうぶ—認知症と母と私の20年—』	
楠章子／文 ながおかえつこ／まんが 毎日新聞出版 2019 認知症の実母の介護エピソードをエッセイと4コマ漫画で描く。優しいイラストで心が癒される。	X 916 ク
『がんばりすぎずにしれっと認知症介護』	
工藤広伸／著 新日本出版社 2017 認知症の母を遠距離介護した著者が、がんばりすぎない介護のコツを伝える。「認知症の人と家族の会」の連絡先あり。	I 493.7 ク

体験談

紹介している資料は逗子市立図書館で所蔵している中の一部です。