

介護の不安を和らげる

超高齢社会となった日本。静岡県は 2010 年に「健康寿命」ランキングで女性全国 1 位（75.32 歳）、男性全国 2 位（71.68 歳）に輝いていますが、介護が必要な方は多く、同時に介護に携わる方も多いのが現状です。

このブックリストでは本展示に使用した、介護全般、地域で支える、介護する家族を守る、介護の予防の 4 つのテーマに関する資料を紹介します。

また、インターネットで介護に関する情報を収集できるサイトについても紹介します。

なお、貸出中の資料は予約することができます。



1 介護全般

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
080/㍻/1724	住まいで「老活」	安楽 玲子／著	岩波書店	2018.6
080/㍻/1731	総介護社会	小竹 雅子／著	岩波書店	2018.7
080/㍻/1172	見る力	阿川 佐和子／著	文藝春秋	2018.6
369/㍻	20 のテーマでわかるこれからの福祉と介護	小笠原 浩一／著	ミネルヴァ書房	2019.4
369/㍻	新セルフチェック基礎介護技術	古谷野 亘／著	中央法規出版	2008.10
369/㍻	これから介護を始める人が知っておきたい介助術	田中 義行／著	日本実業出版社	2016.8
369.1/㍻	介護するからだ	細馬 宏通／著	医学書院	2016.6
369.26/㍻	認知症の人の「想い」からつくるケア 在宅ケア・介護施設・療養型病院編	伊東 美緒／編著	インターメディアカ	2017.7
369.26/㍻	超図解認知症介護	米山 淑子／監修	朝日新聞出版	2017.5
493.75/㍻	認知症知りたいこと百科	須貝 佑一／共著	ぱーそん書房	2016.3
493.75/㍻	身近な人が認知症かなと思ったら読む本	高室 成幸／監修	自由国民社	2018.11
493.75/㍻	認知症ポジティブ!	山口 晴保／著	協同医書出版社	2019.5

2 地域で支える

請求記号	書 名	著者名	出版社	出版年月
369/材	地域包括ケアシステム	太田 貞司／編集代表	光生館	2011.2
369/ミ	よくわかる地域包括ケア	隅田 好美／編著	ミネルヴァ書房	2018.4
369.26/カ	認知症の人の地域包括ケア	永田 久美子／監修・著	日本看護協会出版会	2006.3
369.26/ヨシ	地域で支える認知症	吉田 輝美／編著	ぎょうせい	2016.9
493.75/シ	始めてみようよ認知症カフェ	志村 孚城／編集	創生生体医学工学研究所	2019.5
493.75/ニイ	認知症の人と家族のための「地元で暮らす」ガイドブック Q&A	新里 和弘／監修	メディカ出版	2018.8
493.75/ヤ7	地域を変える認知症カフェ企画・運営マニュアル	矢吹 知之／編著	中央法規出版	2018.9



3 介護する家族を守る

請求記号	書 名	著者名	出版社	出版年月
080/シユ/867	認知症の家族を支える	高瀬 義昌／著	集英社	2017.2
367.3/ニツ	母親に、死んで欲しい	NHK スペシャル取材班／著	新潮社	2017.10
369/ヨシ	感情労働としての介護労働	吉田 輝美／著	旬報社	2014.9
369.26/カ7	これで安心!働きながら介護する	川上 由里子／著	技術評論社	2019.9
369.26/シ	介護を受ける人の気持ちがわかる本	主婦の友社／編	主婦の友社	2006.11
369.26/効	つらい介護に、さようなら	高橋 浩一／著	出版文化社	2017.12
369.26/タ	もう限界!!介護で心がいきづまったときに読む本	鈿 裕和／共同監修	自由国民社	2011.8
369.26/タ	親の介護の不安や疑問が解消する本	田中 克典／著	日本実業出版社	2019.12
369.26/フ	事例で学ぶ認知症の人の家族支援	福島 喜代子／編著	中央法規出版	2017.2

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
369.26/ヤ7	認知症の人の家族支援	矢吹 知之／編著	ワールドプランニング	2015.5
493.75/外	認知症介護で倒れないための 55 の心得	工藤 広伸／著	廣済堂出版	2016.7
493.75/ニシ	認知症の親を介護している人の心を守る本	西村 知香／監修	大和出版	2019.8
493.75/ヤキ	認知症「ゆる介護」のすすめ	柳本 文貴／著	メディカ出版	2015.3

4 介護の予防

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
S369/720	はじめていますか？「介護予防」	静岡県健康福祉部長寿政策局長寿政策課介護予防班／〔編〕	静岡県健康福祉部長寿政策局長寿政策課介護予防班	〔2010〕
S590/211	シニア世代のための柔らかくて食べやすいレシピ集	静岡県東部健康福祉センター健康増進課／〔編〕	静岡県東部健康福祉センター健康増進課	2018.3
S590/211	シニア世代のための手軽に作れるレシピ集 2	静岡県東部健康福祉センター健康増進課／〔編〕	静岡県東部健康福祉センター健康増進課	2019.3
080/ヘイ/834	イラストでわかる介護知らずの体のつくり方	山田 佐世子／著	平凡社	2017.1
369.26/ヨカ	筋トレ体操支援マニュアル	余暇問題研究所／著	ミネルヴァ書房	2005.11
493.18/アラ	寝たきりにならずにすむ筋肉の鍛え方	荒井 秀典／著	河出書房新社	2016.5
493.18/アラ	サルコペニアがいろん	荒井 秀典／監修	ライフサイエンス出版	2017.7
493.18/イ	すぐ役に立つ脳と心の介護予防フィットネス	石井 千恵／著	誠文堂新光社	2015.4
493.18/シマ	フレイルの予防とリハビリテーション	島田 裕之／編	医歯薬出版	2015.9
493.18/カ	介護予防のためのウォーキング	中村 容一／著	黎明書房	2017.11
493.18/マツ	介護予防のためのベストケアリング	松田 ひとみ／編集	メジカルビュー社	2016.10
493.18/ヤマ	フレイル対策実践ガイド	山田 実／著	新興医学出版社	2020.4
493.75/イ	これでわかる認知症予防	石井 映幸／監修	成美堂出版	2018.11

請求記号	書名	著者名	出版社	出版年月
493.75/イ	認知症を進ませない生活と介護	今井 幸充／監修	法研	2015.5
493.75/ウ	運転を続けるための認知症予防	浦上 克哉／著	JAF メディアワークス	2017.12
498.3/オ	転ばない歩き方	田中 喜代次／著	マガジンハウス	2011.7
498.3/ハ	100歳まで歩ける脚づくり	林 泰史／著	メディカルトリビューン	2013.10
498.39/イ	認知症を楽しく予防しよう！	飯山 準一／監修	医学と看護社	2017.4



5 インターネット情報

介護事業所・生活関連情報検索 [厚生労働省]

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

全国約 21 万か所の「介護サービス事業所」の情報が検索・閲覧できます。



介護・高齢者福祉に関するページ [厚生労働省]

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/index.html

介護保険制度、認知症施策などを始めとする介護・高齢者福祉に関する施策情報を調べることができます。



ふれあいネットワーク静岡県社会福祉協議会

[社会福祉法人静岡県社会福祉協議会] <http://shizuoka-wel.jp/>

福祉制度や地域福祉活動などの情報が掲載されています。また、困ったときの相談窓口を調べることができます。



WAMNET [独立行政法人福祉医療機構]

<https://www.wam.go.jp/content/wamnet/pcpub/top/>

福祉・保健・医療に関する制度・施策やその取り組み状況などに関する情報が掲載されています。介護保険制度や介護サービス提供機関について知ることができます。

