

○MCI について理解を深める

『MCI（認知症予備軍）を知れば認知症にならない！』

（奥村歩 著／主婦と生活社）

○毎日かんたんにできる認知症予防

『健康長寿の人が毎日やっている脳にいいこと』

（白澤卓二 著／自由国民社）

『認知症グレーゾーンからUターンした人がやっていること』

（朝田隆 著／株式会社アスコム）

○認知症の親を介護している人にぜひ読んでほしい

『たづちゃんノート』

（新美千恵子 著／明日香出版社）

○認知症の人の気持ちがわかる

『マンガでわかる！認知症の人が見ている世界 1 巻～3 巻』

（遠藤英俊 監修・川畑智 著／文響社）

NPO 法人猪名川在宅ケアを考える会

理事 小松 緑 選