

親子で防ぐ認知症

12の危険因子+睡眠・食事・音楽 そしてダンス

大家久美 著 定価(本体 1400 円+税)四六判・並製・218 頁

世界の最新研究データでわかった、親子で、家族で取り組める効果の高い認知症予防を紹介。

さらに、早期発見につながる兆候、診療の受け方、治療について。

そして、認知症と診断されたら家族は？本人はどうすべき？

アメリカで認知症を専門に研究する著者が、世界の研究データから導き出した、認知症を乗り越えるための一冊。



国際的な医学雑誌「ランセット」が発表した改善可能な認知症12の危険因子とは？

① 知症の要因となる 12 の因子が判明

12 の危険因子を避けることで、リスクの 40%を減らす。

② 早期発見の大切さ

「認知症かも?」その兆候を確実に見つけることで、適切な手段を取り、進行を止める・遅らせる。病院での診断・MCI 検査・PET 検査など。

③ 今すぐ始められる認知症予防

世界最新の研究データに基づいた、食事・睡眠・音楽・ダンスで、心身の健康を保ち認知症を防ぐ。

サプリメントの効果は?/ 睡眠薬・処方箋の副作用は?/ 認知症予防に効果的な 簡単! 地中海風料理レシピ。

④ 認知症は怖くない

認知症を負ではなく正で受け止め、個性として捉える。

*認知症患者の行動理由 *介護施設選びのポイント

*日本とアメリカの介護の違い *アクティビティーリスト。

著者:大家久美

早稲田大学第一文学部演劇専修を卒業後、雑誌編集を経て、ドラマ英会話学校の講師となる。1995 年に起きた阪神大震災を機に、直接人の役に立つ仕事に就きたいと、金沢大学医学部保健学科作業療法学へ入学。作業療法士となり、病院やデイ・ケアセンターに勤務する。2002 年に渡米し、サンフランシスコにある California Institute of Integral Studies (CIIS) の臨床心理学 修士課程にてドラマセラピー(演劇療法)を学ぶ。その後、サンフランシスコの病院とアルツハイマー入所施設にて約 10 年間、アクティビティ・セラピストとして勤務。また、CIIS の博士課程にも進学し”アメリカにおける様々な文化に相応しい認知症ケアのあり方“をテーマに、ナラティブ研究を行い、博士号を取得。作業療法学関係論文の日英翻訳、CIIS で非常勤講師、また、夫 John Scott と共に、自己内省やコミュニケーション等のワークショップ/トレーニングも、日米両国で行っている。現在、在住するワシントン州ピアース郡での、高齢者と障がい者のための諮問委員会のメンバーを務める傍ら、学会やイベントでの発表・講演も行う。独居の母親(92 歳!)の様子を見に、日本へは 1 年に数回帰国する。石川県金沢市出身。ワシントン州タコマ在住。

■本書を御高覧の上、御高評賜われれば光栄に存じます。又御社の新聞・雑誌・書籍・番組等で本書をご紹介願えれば幸いです。尚、本書につきましてのお問い合わせは下記にお願い申し上げます。

=====

(株) じゃこめてい出版 〒214-0033 神奈川県川崎市多摩区東三田 3-5-19

電話 044-385-2440 FAX 044-330-0406 Email : ishikawa-m@jakometei.com