

## 認知症について考えてみる本

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。毎年全国でさまざまな取り組みが行われ、当館でもかいご課によるパネル展示やイベントが開催されました。そこで今回はそのコーナーでご紹介した認知症に関する本の中から、いくつかピックアップしてご案内します。

1冊目は、梶 裕介/著『認知症世界の歩き方 ～認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？～』です。

発売されるや否や数多くのメディアに取り上げられ、異例の売れ行きとなった本です。大きな特徴は、本人から語られる認知症特有の症状を、旅行者の視点に置き換えて表現している点です。例えば「ホワイトアウト溪谷」と題し、普段は絶景が広がる場所も、ひとたび天候が悪化すれば、深い霧と吹雪で視界も真っ白、今までの絶景の記憶も消し去られてしまう幻の溪谷…というように記憶や認知機能に支障が出てくる事例を紹介しています。一見突飛な設定にも感じますが、こういった切り口で紹介することにより、認知症について偏見を持たず理解するきっかけにもなりそうです。また、症状についての対処法も掲載されています。ぜひ参考にしてみてくださいね。

2冊目は、長谷川 和夫・猪熊 律子/著『ボクはやっと認知症のことがわかった～自らも認知症になった専門医が、日本人に伝えたい遺言～』です。

長年の研究対象だった病気の当事者となり、医師・患者両方を経験した立場として率直な思いが綴られている本書。日本の医療現場で広く認知症診断の物差しとして使われている「長谷川式簡易知能評価スケール」の開発秘話や、認知症の症状は固定したものではなく一日のなかでも変動するということが実際になってみてわかった、と書かれています。その他にも、地域とのつながりの重要さや、喜怒哀楽の感情は最後まで残っているなど、認知症についてさまざまな観点から学ぶことができる一冊になっています。

3冊目は、いとう ひろし/作・絵『だいじょうぶだいじょうぶ』です。

最後は絵本をご紹介します。主人公の「ぼく」は、幼いころからおじいちゃんと毎日のおさんぽをして、楽しい時間を過ごしていました。困ったことや怖いことが起きても、おじいちゃんは「だいじょうぶ だいじょうぶ」と言っていていつも助けてくれました。その後大きく成長した少年が、おじいちゃんにしたこととは…。いつまでもお互いを思いやる関係性が描かれた、心温まる作品です。

図書館には他にも認知症についての本がたくさんあります。ぜひ手に取って読んでみてくださいね。