

「リハレクしましょう！」

～ 認知症予防と対策 ～

◇ 「介護予防リハビリ体操大全集」大田仁史/著 講談社 493.1/オ

寝たきりの人から、近所なら外出できる人どんな運動能力の人にも会う全434の体操をイラストで紹介。体操の目的・効用・体を動かす時のポイントや注意点を明確に表示。



◇ 「一人でもできるリハビリテーション」

橋本圭司/著 法研 493.7/ハ

病院から退院した後も自宅で続けられるからだと心のトレーニング方法を紹介

◇ 「リハビリ介護入門」

野尻晋一/著 中央法規出版 369.2//

「してあげる」から「できない所をサポート」に変える介護技術を解説。



◇ 「おおぜいで楽しむゲームと歌あそび」 今井弘雄/著 黎明書房

781/イ

◇ 「ちょっとしたボケ防止のための言葉遊び&思考ゲーム集」

493.7/イ



口や手足を動かしたり記憶をたどったりすることで血流をよくし痴呆やボケを防ぐのにこうかてきなゲーム。

◇ 「高齢者の寝たきりを防ぐ家庭介護のリハビリテーション」 林弘康/著

◇ 「目からウロコ！三好春樹のまちがいだらけの片マヒリハビリ」 三好春樹/著

◇ 「脳卒中リハビリガイド」 田口芳雄/著

◇ 「幸せを招く折り紙細工・リハビリ手芸」

★お探しの資料が見つからない場合は、お気軽に職員までお尋ねください★
貸出中の場合は予約（リクエスト）ができますので、ご利用ください。



新居浜市立別子銅山記念図書館

TEL：0897-32-1911

ホームページ <http://www.city.niihama.lg.jp/>