

よもぎよもぎ

豊田中央図書館だより

vol.12
2021

9

ここは、知らなかったことが

次への一歩に変わる場所

宮部さんの好きな本



齊藤慶輔 / 著
『野生動物のお医者さん』
講談社
請求記号 K488/341/

プロフィール 宮部碧さん

図書館の持つ力を活用して実践的研究に取り組む『図書館を使った調べる学習コンクール』にて、昨年優秀賞を受賞した小学六年生。今年のコンクールテーマも決まったところ。昨年の受賞作品は、中央図書館ふるさとアーカイブで読むことができます。

本が夢への扉を開いた！

あなたにとって豊田中央図書館はどんな場所ですか？
利用者さんに、図書館のお気に入りスポットで話を聞きました

わたしと、図書館
vol.4

図書館の好きな場所を聞くと迷うことなく分類記号488の前に向かった宮部さん。鳥類の棚だ。

「小学二年の担任の先生が鳥好きで、僕も影響を受けて好きになって、近所でオオタカを見かけてますます好きになりました。今回紹介している『野生動物のお医者さん』はまず表紙に惹かれました。なぜワシが人に抱きかえられているんだろうって。読んでみたら著者の齊藤慶輔さんが凄い獣医さんで、僕も将来は野生動物の獣医になろうと思いました」

本が夢への扉を開いたんですね！齊藤先生のどこが凄いですか？

「野生動物なので、治療後に再び野に放つところまで責任を持っているところとか、絶滅の危機に瀕した猛禽類たちを守るために鳥の立場を人に伝えたりとか、常に次のことを考えているところです」

それは宮部さんが取り組んでいる「調べる学習」にも影響しているそうですね。

「そうですね。去年は鳥の能力を応用した多くの製品があることを知って、じゃあ僕だったらどんな製品を作れるかな？と考えました。図書館は知らなかったことを学べる場所。調べて、学んだことを次に活かしたい。それは齊藤先生の影響かもしれません」

認知症の症状は人それぞれ 当事者の言葉から考えよう

9月は、認知症への理解を深める「世界アルツハイマー月間」です。これに併せて、図書館では9月の1ヶ月間、「認知症について知ろう」という特集展示を開催します。

実は、認知症の原因となる病気は70種類以上あります。一番多いのがアルツハイマー型認知症、2番目に多いのがレビー小体型認知症です。

今回の特集では、『誤作動する脳』（医学書院）を出版した樋口直美さんにお話を聞きました。レビー小体型認知症と診断された樋口さんの言葉が、あらためて「認知症」について考え始めるきっかけになりますように。



樋口直美 / 著『誤作動する脳』医学書院 請求記号 916/ルグ/

『誤作動する脳』著者・樋口直美さんインタビュー

樋口直美 ひぐちなおみ

2013年50歳でレビー小体型認知症と診断された。多様な脳機能障害の他、幻覚、嗅覚障害、自律神経症状などもあるが執筆活動を続ける。著書に『私の脳で起こったこと』（ブックマン社。日本医学ジャーナリスト協会賞優秀賞受賞）他。

認知症らしくないと言われる辛さ

認知症というと、記憶力が低下して生活に支障をきたすアルツハイマー病のことかと思っただけですが、樋口さんが本書で紹介した症状は幻視、幻臭、幻聴など、イメージと随分違って驚きました。

樋口 私が診断されたレビー小体型認知症は、うつ病、パーキンソン病、統合失調症など様々な病

気と誤診されやすいんです。「認知症」という言葉からは想像のつかない症状も多く、認知症らしくないと言われることもあります。70種類以上ある病気を「認知症」という単一の病気のように説明されてきたことで、多くの誤解を生んでいます。

認知症にはさまざまな種類があって、症状も薬の効き方も個人差が大きいと、本書を読んで初め

てちゃんとわかったように思います。もっと当事者の声を聞きたいと思いました。

樋口 うれしいです。でも認知症のイメージが悪く中で、声を上げるのは怖いことなんです。人格が崩壊するなど誤解されている社会では、診断されたこと自体が絶望になっています。

そんな中で本を書いたきっかけはなんですか？

樋口 鈴木大介／鈴木匡子『壊れた脳と生きる』（ちくまプリマー新書）の書評にも書いたのですが、言語化されない苦しみはないことにされ、配慮もされません。数年前、私の時間感覚の障害のことを認知症専門医に話したら、そんな症状は聞いたことがないから書いたらと言われました。それで文章にしてネット上で公開したら、医学書院「シリーズケアをひらく」の編集者の白石正明さんが読んでくださって、執筆依頼を受け、本になりました。書くって、客観視して深く考えることなので、私はこの本を書くことでずいぶん救われたんです。困難に直面すると誰でも視野が狭くなってしまいますが、体験を書いてみることで、距離が生まれ、道が見えてくると思います。同じ辛さを抱えた仲間とつながり、話すことも大事ですね。



オンラインで『誤作動する脳』について話す樋口さん。こういったインタビューの後は頭痛と倦怠感必発。調子の悪い日は3時間くらい寝込んで、うんうん唸り、熱が40度くらいある感じになるそう。レビー小体型は体が辛い病気だということがわかる。

レファレンスの森

こんな本、
ありますか？

Vol.4

今月のテーマ

認知症について知る

紹介本選定

ひまわり邸地域包括支援センター
(特別養護老人ホームひまわり邸内)

豊田市内の各中学校区に設置されている地域包括支援センターの一つ。崇化館地区の高齢者向け相談窓口として、認知症のほか、医療・介護などについて相談を受け付けています。

TEL : 0565-33-0801



『長いお別れ』
中島京子 / 著
文藝春秋
請求記号 913.6/カ/

アルツハイマー型認知症を患った父親とその家族の10年間を描いた、8つの短編で構成された連作小説集。日常の中で繰り広げられる悲喜こもごもから、父親の症状の悪化とともに迫られる選択が描かれています。2019年公開映画の原作です。



『丹野智文 笑顔で生きる 認知症とともに』
丹野智文 / 著 文藝春秋
請求記号 916/タ/

39歳で若年性アルツハイマーと診断された著者が、家族や仲間を支えられ、認知症とともに生きる術を見つける道のりが記されています。丹野さんは現在もネットヨタ仙台に所属しながら、もの忘れ相談窓口「おれんじドア」の代表を務めています。



『認知症でも心は豊かに生きていく 認知症になった認知症専門医 長谷川和夫 100の言葉』
長谷川和夫 / 著 中央法規出版
請求記号 493.75/ht/

長年認知症を専門に研究してきた著者による、認知症当事者として伝えたい100の言葉がまとめられた1冊。身近な人が認知症になったら？と不安を持っている人に「認知症は特別な病気ではない」と伝えたい、そんな思いが込められています。

認知症全般を知るために

『認知症のある人と向き合う』

診察室の対話から思いをひきだすヒント』

大石 智 / 著 新興医学出版社 請求記号 493.75/材/

認知症を診る医師向けに書かれたものですが、一般読者にも読みやすい本。専門的で重要な医療情報も紹介されています。認知症をどう捉えるのか、認知症のある人とどういう気持ちで向き合い、接したらよいのか、今までにない視点で書かれています。



『認知症とともにあたりまえに生きていく：支援する、されるという立場を超えた9人の実践』

矢吹知之／編著ほか 中央法規出版 請求記号 493.75/マ/

認知症の本人、医師、支援者たち9人が、その実践を丁寧に、正直に綴った本です。悩み、迷い、失敗し…、それでも一步一步進んできた足取りが、くつきりと見えます。介護、福祉、医療など、現場にいる方たちに、おすすめします。



レビー小体型認知症を知るために

『レビー小体型認知症～正しい基礎知識とケア』

内門大丈 / 監修 池田書店 請求記号 493.75/お/

昨年出たレビー小体型認知症の最新ガイドブック。初心者でも分かりやすく基礎知識やケアの方法などを学べます。専門家9人のコラムからは、専門的な情報を得られ、医療者・上級者にも役立ちます。医療職、介護職、ご本人、ご家族が病気の理解を深めるためにおすすめです。



『レビー小体型認知症がよくわかる本』

小阪憲司 / 監修 講談社 請求記号 493.75/コ/

2014年に発行された初心者向けガイドブック。この病気の発見者である小阪憲司氏（精神科医）が監修し、イラスト豊富な本になっています。



豊田市認知症相談窓口

お住まいの中学校区の「地域包括支援センター」が相談窓口です。担当する包括支援センターがわからない場合は市役所高齢福祉課におたずねください。

豊田市役所 福祉部 高齢福祉課

TEL：0565-34-6984

〒471-8501
豊田市西町 3-60
豊田市役所東庁舎 1階



豊田市の認知症案内▶

もしも 気になるようでしたらお読みください

認知症に違和感を覚えるあなたに
そして、ご家族に向けた冊子



『もしも』の冊子を、中央図書館3階「認知症について知ろう」特集展示コーナーにて配布します。展示・配布期間は、9月30日（木）まで。

樋口 そうですね。「認知症」と付く病気を診断されてもその人の本質は変わりません。

当事者も介護者も、自分たちだけで抱え込まないことが大切なんですね。そして当事者の言葉をちゃんと受け入れる社会であることが何より大事。

「認知症」と診断されても
その人は変わらない

「認知症」はその人のほんの一部なんです。初期であればなおさら。できることの方がずっと多い。周囲が、一人の人として敬意を持って接し、本人が安心してしていると、困った言動はほとんど起こらないんです。見下すように接することで、本人は深く傷つき、ストレスによって症状が悪化し進行を早めてしまいます。

いま健康な人も、明日にも脳に障害は起こりうるし、誰もが老いるし、衰える。その時にちゃんと一人の人として向き合ってもらえなかったら辛いですもんね。

樋口 そのためにも、正しい知識を得ることが大事です。ただ医学も変化が激しいので、古い本に書かれた古い情報で絶望しないようにしてほしいです。認知症当事者が書いた本からは希望を得られます。事前に正確な知識や役立つ情報を得れば得るほど診断後の生活は楽になり笑顔が増えます。超高齢化社会で認知症と無縁に一生を終えられる人はいません。ぜひ興味を持つた本から手にとってみてください。認知症の見方がガラリと変わるはずですよ。

図書館 News 新作動画 公開 よみりん・かたんるんの本探し名人になろう！



図書館の本の分類方法や、並び方について解説する動画を作成しました。イラストやクイズを交えて、子ども向けに分かりやすい内容になっています。中央図書館ふるさとアーカイブで見ることができます。今後の図書館利用に、ぜひお役立てください。

動画はこちら▶



図書館スタッフの わたしの好きな本

『精霊の守り人』



上橋菜穂子 / 著
(新潮文庫刊)
請求記号 913.6/加/

サブチーフ 山中
好きなもの：アナログゲーム

いつまでも色褪せないファンタジー小説

この本は、私がファンタジー好きになるきっかけとなった1冊です。女用心棒のパルサは、ある日不思議な皇子チャグムを助けたことから、様々な策謀や世界の神秘を巡る戦いに巻き込まれていく――。

魅力的な登場人物たちと、神秘の残る不思議で魅惑的な世界。その緻密に構築された世界で繰り広げられる、“ここではないどこか”で確かに息づく人々の物語です。初めて読んだのは小学生の頃ですが、いまだに色褪せない、私の一番好きなファンタジー小説です。シリーズなので続巻もぜひ。

9月の展示

3階

秋の夜長～いろいろな夜の過ごし方～
認知症について知ろう
豊田市美術館関連資料展示
「生誕 150 年記念モドリ安展」
科学道 100 冊 × 謎解き ～時～
【SDGs】What's SDGs?

【ティーンズ】
ライトノベル特集

4階

毎日を快適に過ごそう
【児童】秋のたべもの
【自動車】電気自動車特集

5階

【映画】鳩の撃退法

豊田市役所保健部総務課
連携展示「睡眠」

【企画展示】救急車の使い方や
急病時の相談窓口について知ろう
(豊田市地域包括ケア企画課主催)

【企画展示】今年の秋公開！
豊田市を舞台にした映像作品展
(豊田市経営戦略課主催)

出張とよしば

認知症・健康

9月の図書館カレンダー

1 水	16 木
2 木	17 金
3 金	18 土
4 土	19 日【講座】カードゲームでSDGs!?
5 日	20 月【講座】身近なごみのナゾを調べよう!!
6 月 休館日	21 火
7 火	22 水 読み聞かせボランティア基礎講座
8 水	23 木
9 木	24 金
10 金	25 土
11 土	26 日 自然ふれあい教室～へびの不思議をみてみよう!～
12 日 WE LOVE CINEMA「パディントン」上映	27 月 休館日
13 月 休館日	28 火
14 火	29 水
15 水 読み聞かせボランティア基礎講座	30 木
	10/1 金

PICK UP イベント情報



バリアフリー映画上映会 『僕らのごはんは明日で待ってる』

内容 ▶ 日本語字幕と音声ガイド付きの映画上映会です
上映前に視覚・聴覚障がいについて簡単に解説します

とき 10月16日(土) 午後1時30分～4時
※ 午後1時開場

場所 中央図書館 6階多目的ホール

対象 どなたでも 定員 先着40人

申込み 9月5日(日) 午前10時から、電話またはFAX、
中央図書館各階総合案内、HPにて受付



始めてみよう！英文多読

内容 ▶ 日本語には訳さず、たくさんさんの英文を読んでいく
英文多読の始め方やおすすめ本の紹介をします

とき 10月17日(日) 午前10時30分～正午

場所 中央図書館 6階多目的ホール

対象 中学3年生以上(未就学児の同伴不可)

定員 先着30人

申込み 9月5日(日) 午前10時から
電話または、中央図書館各階総合案内、HPにて受付



よみりん・かたるんの 4コマ劇場



新型コロナウイルス感染症対策のため、イベントの中止・延期、またはイベント内容
や定員の変更を行う場合があります。最新情報は図書館 HP でご確認ください。

よもよも

豊田市中央図書館だより vol.12
2021年9月1日発行

〒471-0025 豊田市西町1-200 豊田参合館内 TEL 0565-32-0717
休館日 月曜日(祝日、夏休み期間は開館)、年末年始(12月28日～1月4日)
特別整理休館日(11月30日～12月3日) 開館時間 午前10時～午後8時

豊田市中央図書館は、指定管理者株式会社図書館流通センター・ホームックス株式会社共同企業体が管理・運営を行なっています。

中央図書館 HP
図書を検索・予約
利用案内はこちら

