

目次

| | | |
|----|---------------------------|----|
| 1 | 知りたい、これからの暮らし | 1 |
| 2 | 「ひょっとしたら認知症かも」と心配なあなたへ | 3 |
| 3 | どこで受診できるの？ | 5 |
| 4 | 認知症ってなに？ | 9 |
| 5 | これからの生き方を考えてみませんか？ | 11 |
| 6 | 相談できる窓口は？ | 15 |
| 7 | 安心して外出するためには？ | 17 |
| 8 | こんなところに外出してみませんか？ | 19 |
| 9 | 役割をもって暮らすためには？ | 20 |
| 10 | 経済面で助けになる制度があることを知っていますか？ | 21 |
| 11 | 生活上の困り事のためのサービスについて知りたい | 23 |
| 12 | 認知症の進行予防や健康維持にはどうしたらいい？ | 25 |
| 13 | 認知症の本人の声が知りたい | 29 |
| 14 | ご家族の方へ | 30 |

この冊子に掲載されている作品は、認知症当事者の作品です。

