

「高齢者介護」～調べ方案内～

突然やってくる親の介護。いざという時に慌てないために知っておきたい介護のしくみや手続き、医療・介護にかかるお金、仕事・子育てとの両立などについて、図書館の本やインターネットなどの資料の探し方をご案内します。

1. 図書館の利用者用の端末（OPAC）・ホームページのwebOPACで本を探す

キーワードで探す

タイトル、書誌情報（内容解題）をフリーワード検索し、求める言葉の入っている資料を探せます。

キーワード例:「介護サービス」「介護保険」「在宅介護」「介護技術」「社会福祉」「高齢者施設」「バリアフリー」「リハビリテーション」「ケアプラン」「介護予防」「フレイル」など

件名検索で探す

館内の利用者用端末（OPAC）・・・「詳しく探す」⇒「件名」

図書館HP（webOPAC）・・・「蔵書検索・予約」⇒「詳しく探す」⇒「件名」

フリーワードでは多数ヒットしてしまうものは、件名検索で探すと絞込みができ便利です。

2. 介護支援コーナー・認知症コーナーで探す

① 平川図書館に、介護に関する本を集めた「介護支援コーナー」を設置しています。

所蔵リスト <https://www.lics-saas.nexs-service.jp/sodegaura/webopac/searchlist.do?gtype=7&gcode=1801>

② 中央図書館に、認知症に関する本を集めた「認知症コーナー」を設置しています。

所蔵リスト <https://www.lics-saas.nexs-service.jp/sodegaura/webopac/searchlist.do?gtype=7&gcode=1731>

3. 図書館の書架で本を探す

図書館の本は、内容別に分類され並んでいます。該当の書架にある本の目次や索引から探してみましょう。

高齢者介護にかかわる主な分類

分類記号	内容	分類記号	内容
364	社会保障 社会保険 健康保険	498.5	食品 栄養学
366	労働問題 育児・介護休業法	527	住宅建築 住宅リフォーム
367	家族問題 老人問題	596	食品 料理
369.2	老人福祉 介護サービス 高齢者施設	598	家庭医学 家庭看護
493.1	老人医学	780	運動 筋肉トレーニング ストレッチ
493.7	認知症		

*資料の背の下方についている2段ラベル（請求記号）は図書の本を表しています。



← 上段の数字は、分類記号です。
主題別に番号が与えられています。

← 下段のカタカナは、著者の頭文字です。

上段と下段を併せたものが「請求記号」です。

：分類記号の前のKは郷土資料を、

Rは参考図書を表しています。

① 介護の基礎知識について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
弱った親と自分を守るお金とおトクなサービス超入門 知っトク介護	安藤 なつ／著 太田 差恵子／著	KADOKAWA	2022.02	369.2 ア
親が倒れた!親の入院・介護ですぐやること・考えること・お金のこと 第3版	太田 差恵子／著	翔泳社	2022.11	369.2 オ

弁護士外岡潤が教える親の介護で困った時の介護トラブル解決法	外岡 潤／著	本の泉社	2023.04	369.2 リ
自分と家族の認知症の介護と手続き 名医が教える最善の進め方Q&A大全	遠藤 英俊／著	文響社	2023.02	493.7 I
あなたが知りたい病院事情 ICU緊急入院から終のホームまで医療現場の現実と経済的負担をわかりやすく解説!	西 勝英／著	熊本日日新聞社	2021.12	498.1 ニ

② 介護保険制度と介護サービスについて調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
最新図解スッキリわかる!介護保険 第2版 基本としくみ、制度の今とこれから	本間 清文／編著	ナツメ社	2021.07	364 ホ
社会保障のトリセツ 医療・年金・介護・労災・失業・障がい・子育て・生活保護 困ったときに役所の窓口を持っていく本	山下 慎一／著	弘文堂	2022.09	364 ヤ
身近な人の介護で「損したくない!」と思ったら読む本 介護のプロが教える介護保険120%活用マニュアル	河北 美紀／著	実務教育出版	2021.06	369.2 カ

③ 介護施設・高齢者施設を探す

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
介護施設選び5つのポイント 人生の最後を「感動」で締めくくる!	上村 岩男／著	幻冬舎メディアコンサルティング	2021.05	369.2 カ
高齢者施設の費用・選び方・手続きのすべて	岡本 弘子／監修	ナツメ社	2020.02	369.2 コ
FPによる親のための高齢者向け住まいの選び方 お金のギモンがわかる本	丸山 幹也／監修, みんなの介護／協力	メイツユニバーサルコンテンツ	2022.12	369.2 フ
プロの調査員が教える!介護事業所・施設の選び方が本当にわかる本 改訂版	福岡 浩／著	自由国民社	2022.04	369.2 フ

④ 仕事と介護の両立について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
育児・介護休業法 就業規則、社内様式、労使協定例	小磯 優子／著 高橋 克郎／著	労務行政	2022.03	366 コ
働く×介護両立の教科書 仕事は辞めない!	木場 猛／著, 佐々木 裕子／著, 日経クロスマン／編	日経BP	2023.09	369.2 コ
親も自分もすり減らない!?シングル介護術	さらだ たまこ／著	WAVE出版	2020.12	369.2 サ

⑤ 介護技術について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
埼玉医大式 力がいらぬ介助技術大全 写真と動画でわかる!	根津 良幸／著	講談社	2023.04	369 ネ
写真とイラストですぐわかる!安全・やさしい介護術 新版	橋本 正明／監修	西東社	2021.11	369.2 シ
現場で使える介護フットケア便利帖	大場マッキー広美／著	翔泳社	2022.10	494 オ

⑥ 高齢者の食事・介護食について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
「食べる」介護のきほん 誤嚥を防いで食の楽しみをキープする、食事介助&お口のケア	齋藤 真由／著	翔泳社	2021.11	491 サ
誤嚥性肺炎を防ぐ安心ごはん 「飲み込みにくい」と感じた、その日から	菊谷 武／監修, 尾関 麻衣子／栄養・料理指導, 大場 泉／栄養・料理指導	女子栄養大学出版部	2021.03	498.5 コ

70歳からのらくらく家ごはん 冷凍食品・市販品・レトルト・缶詰をフル活用	中村 育子／著	女子栄養大学出版部	2020.01	498.5 ナ
「噛める」「飲み込める」がうれしい料理 食べやすくするポイントがひと目でわかる!	山田 晴子／食事指導, 赤堀 博美／料理指導	女子栄養大学出版部	2022.01	498.5 ヤ
シニアの手間なし栄養ごはん 70代は低栄養を防ぐが勝ち! 全レシピエネルギーたんぱく質量塩分量つき	米山 久美子／著, 新開 省二／監修, 菊谷 武／監修	主婦の友社	2023.07	498.5 ヨ

⑦ 住宅リフォーム・介護用具について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
得する!楽しい!安心!シニアの暮らし便利ブック	太田 差恵子／著	産業編集センター	2023.05	367 オ
親の見守り・介護をラクにする道具・アイデア・考えること	工藤 広伸／著	翔泳社	2023.01	369.2 ク
認知症家族に寄り添う介護しやすい家づくり みんなが心地よく過ごせる間取りとリフォームのヒント	堀越 智／編著, 山崎 努／著, 川野 美智子／著, 壁 恵一／著	日刊工業新聞社	2021.12	493.7 ホ
暮らしに役立つ洗濯、収納、掃除、炊事、子育て、介護のアイデア帖		エクスナレッジ	2023.03	590 ク

⑧ 介護予防について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
口トレ・脚トレで“若返り”! 老化のもと「フレイル」を防ぐ	飯島 勝矢／監修	NHK出版	2022.03	493.1 ク
「家トレ」のきほん 飽きずに楽しく続けられる!「自分で動ける」を維持するトレーニング	石田 竜生／著	翔泳社	2022.06	493.1 イ
70歳からのゆる～い筋トレ&ストレッチ 気持ちいいから続けられる	山口 晃二／著	家の光協会	2021.07	493.1 ヤ
目で見てわかる認知症の予防 ライフスタイル改善でリスクを減らそう!	秋下 雅弘／監修	成美堂出版	2023.01	493.7 メ
70歳からの椅子筋トレ 痛みや不調がスッキリ消える!	枝光 聖人／著	家の光協会	2022.12	780 エ

4. 袖ヶ浦市の相談機関を調べる

高齢者支援課 地域包括支援センター（袖ヶ浦市ホームページ内）

<https://www.city.sodegaura.lg.jp/soshiki/koreisha/houkatsusoudan.html>

地域包括支援センターは、高齢者の健康のことや生活のこと等、様々な相談を受け付ける施設です。袖ヶ浦市の方で、福祉、保健、医療、介護保険等について、どこに相談してよいのか分からない心配ごとや悩みごとは、まず地域包括支援センターに相談しましょう。保健師、社会福祉士などの専門職が中心となって対応し、必要に応じて適切な機関、サービスに繋ぐなどの支援を行っています。

【昭和・根形地区】袖ヶ浦市地域包括支援センター

袖ヶ浦市坂戸市場1-1（袖ヶ浦市役所北庁舎1階高齢者支援課内） 電話：0438-62-3225

【長浦地区】袖ヶ浦市長浦地区地域包括支援センター

袖ヶ浦市蔵波台7-24-2 電話：0438-53-8671

【平岡・中川・富岡地区】袖ヶ浦市平川地区地域包括支援センター

袖ヶ浦市野里1452-4（袖ヶ浦瑞穂特別養護老人ホーム内） 電話：0438-40-5994

高齢者支援課（袖ヶ浦市ホームページ内）

<https://www.city.sodegaura.lg.jp/soshiki/koreisha/>

袖ヶ浦市役所北庁舎1階にある高齢者支援課の事業内容やイベント情報等を掲載しています。電話：0438-62-3219（高齢者福祉班）

介護保険課（袖ヶ浦市ホームページ内）

<https://www.city.sodegaura.lg.jp/soshiki/kaigohoken/>

袖ヶ浦市役所北庁舎1階にある介護保険課の事業内容を掲載しています。介護保険の資格・認定等を行っています。

電話：0438-62-3206（認定・給付班）

社会福祉法人 袖ヶ浦市社会福祉協議会

<https://www.sodegaura-shakyo.jp/>

社会福祉協議会は、地域住民やボランティア、福祉関係者、行政機関等の協力を得て、福祉の街づくりをめざす民間の組織です。社会福祉センターの運営や、福祉カーや車いすの貸出、高齢者や障がい者の外出を支援する移送サービス等を行っています。

5. インターネットで探す

① 老人ホーム、介護施設を探す

医療介護情報局

<https://caremap.jp/>

厚生労働省（地方厚生局）や都道府県が公表している医療機関や介護事業所の公的情報（オープンデータ）を集約した業務用データベース。地域・介護サービスの種類を指定してリストを作成できるので、地域にどんな介護関連施設があるのかを一覧で見られます。

みんなの介護

<https://www.minnanokaigo.com/>

特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護付きや住宅型などの有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、グループホームなど、全国48,000件以上の老人ホームを検索できるポータルサイト。地域や駅名、路線名などのエリア検索や、施設の種類や入居一時金・月額利用料、要介護度、認知症など、条件を絞って検索できます。

LIFULL 介護

<https://kaigo.homes.co.jp/>

介護付き有料老人ホームや特別養護老人ホーム、グループホーム、サービス付き高齢者向け住宅、その他介護施設や老人ホームなど、高齢者向けの施設・住宅情報を日本全国で延べ52,000件以上掲載しています。

② 介護・福祉・医療情報を探す

介護・高齢者福祉

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/index.html

厚生労働省の介護・高齢者福祉に関する情報のページです。介護保険制度や、地域包括ケアシステムなど、施策の解説を読むことができます。

WAM NET（ワムネット）

<https://www.wam.go.jp/>

独立行政法人 福祉医療機構が運営する福祉と医療を支援する総合情報提供サイトです。最新の福祉・医療制度の解説を読むことができます。

図書館では、あるテーマや話題について資料や情報を探したいときの参考に、手始めとなる基本資料の一部や、調べ方を紹介した調べ方の案内(パスファインダー)を用意しています。



袖ヶ浦市立図書館
イメージキャラクター
「トシヨロ」



袖ヶ浦市立図書館ホームページ

図書館では、レファレンスサービス(調べもののお手伝い)を行っています。
調べたいことがあれば、お気軽に職員におたずねください

中央図書館 0438-63-4646

長浦おかのうえ図書館 0438-64-1046

(インターネット最終アクセス：2023年11月23日)

※リンク先等の掲載内容について袖ヶ浦市立図書館が責任を負うものではありません。予めご了承ください。