

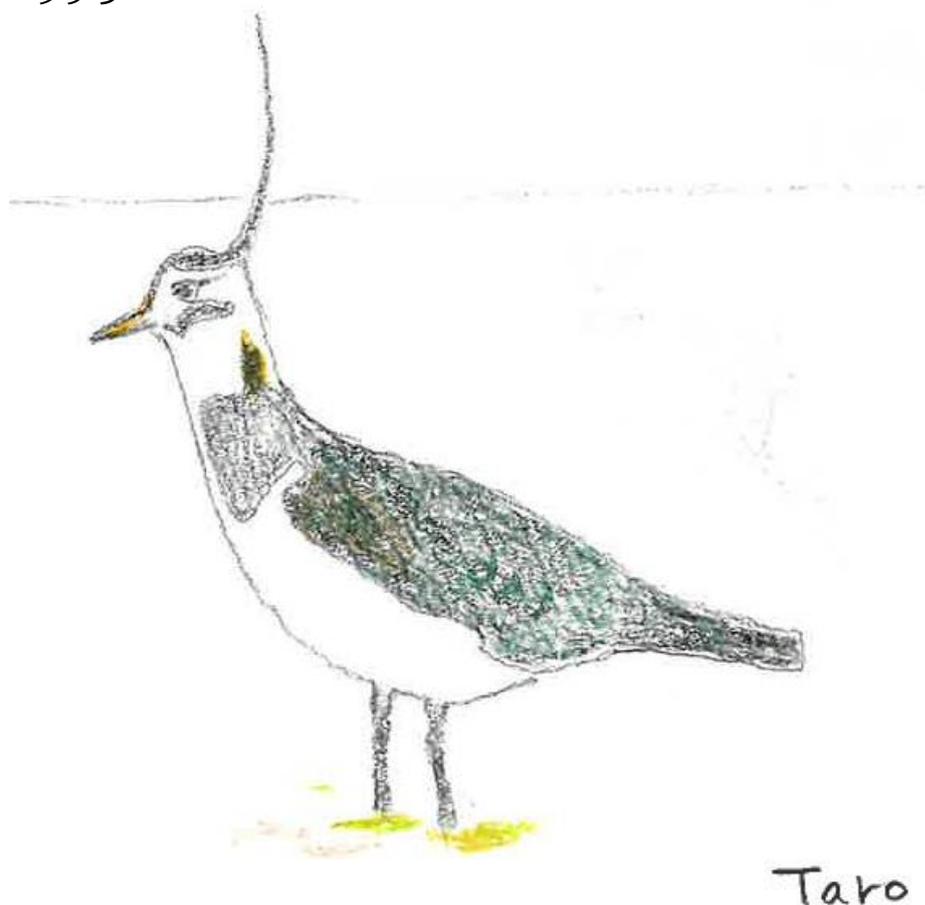
認知症について知りたいと思った時に 読んでほしい本

「認知症についてあまり詳しくない、よく知りたい」という方から「身近な人が認知症になってしまった」「自身が認知症と診断された」という方まで、様々な視点から、認知症の人やその家族や地域に役立つ本をご紹介します。

認知症を持つ本人や家族の皆様が推薦する本も取り入れてブックリストとしてまとめました。

掲載している本は、平塚市の図書館で一部の本を除き、所蔵していますので貸出ができます。このブックリストをご活用いただき、認知症への知識や理解の一助としていただければ幸いです。

タゲリ



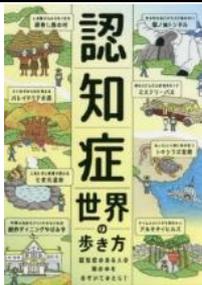
この絵は市内在住の認知症を持つ人に描いていただきました。



このブックリストの内容はホームページからダウンロードできます。

令和4年9月作成

【認知症はどのような病気】

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？－			
	著者	寛 裕介／著 認知症未来共創ハブ／ほか監修	
	出版社	ライツ社	出版年 2021.09
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	「認知症を持つ方が実際に見ている世界」がスケッチと旅行記の形式で紹介されています。まるで「認知症を持つ方の頭の中を覗いているような感覚」で、認知症のことを楽しみながら学べる一冊になっています。	

認知症の人の心の中はどうなっているのか？			
	著者	佐藤眞一／著	
	出版社	光文社新書	出版年 2018.12
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	認知症の人の孤独とプライド、そして苦しみとは何か。認知症の人が感じていることや会話などを研究成果に基づいて読み解いています。	

認知症の人は何を考えているのか？－大切な人の「ほんとうの気持ち」がわかる本－			
	著者	渡辺 哲弘／著	
	出版社	講談社	出版年 2021.11
	所蔵館	北図書館	
	おすすめのコメント	大切なのは認知症という病気に目を向けるのではなく、人としての気持ちに目を向け、同じ状況で「自分ならどう感じるか」「この人は何を考えてこうしているのか」と想像すると、不可解な言動に隠された「その人の思い」がわかります。	

ほんとうのトコロ、認知症ってなに？			
画像はありません	著者	山川みやえ／著 土岐博／著 佐藤眞一／著	
	出版社	大阪大学出版会	出版年 2019.03
	所蔵館	平塚市の図書館には所蔵していません	
	おすすめのコメント	認知症について医師、看護師、行政の専門家が、認知症について説明しています。脳のなかで起きていることや的確な診断の実践、効果的なケアの実践など現場の知識と実践が書かれている1冊です。	

ぜんぶわかる認知症の事典 -4大認知症をわかりやすくビジュアル解説-

	著者	河野和彦／監修		
	出版社	成美堂出版	出版年	2016.04
	所蔵館	中央図書館		
	おすすめのコメント	代表的な4大認知症の症状、検査・診断から最新治療までをイラストと詳しい解説でわかりやすく紹介しています。		

レビー小体型認知症がよくわかる本 -イラスト版-

	著者	小阪憲司／監修		
	出版社	講談社	出版年	2014.02
	所蔵館	中央図書館		
	おすすめのコメント	アルツハイマー型認知症に次いで多い、レビー小体型認知症について、わかりやすくイラストをまじえて説明されています。		

認知症の人を理解したいと思ったとき読む本 -正しい知識とやさしい寄り添い方-

	著者	内門大丈／監修		
	出版社	大和出版	出版年	2018.04
	所蔵館	中央図書館		
	おすすめのコメント	「どうしてそんなことをするのだろう」不可解な行動にも理由があります。心のお医者さんが家族に向けて、認知症の正しい知識とやさしい寄り添い方を伝えています。		

認知症の精神療法

	著者	繁田雅弘／著		
	出版社	HOUSE出版	出版年	2020.08
	所蔵館	平塚市の図書館には所蔵していません		
	おすすめのコメント	アルツハイマー型認知症をもつ人との対話について、どうしたらいいのかわかっている方にお勧めの、認知症専門医による本。実際の診察室での対話例があるので参考になります。		

【認知症介護の知識全般】

マンガでわかる！認知症の人が見ている世界			
	著者	川畑 智／著 遠藤英俊／監修 浅田アーサー／マンガ	
	出版社	文響社	出版年 2021.04
	所蔵館	南図書館	
	おすすめのコメント		

認知症の人がスッと落ち着く言葉かけ			
	著者	右馬埜節子／著	
	出版社	講談社	出版年 2016.03
	所蔵館	中央図書館 西図書館 南図書館	
	おすすめのコメント	認知症を患った方に対して、どう声をかけるべきか？何度説明しても分かってくれない・・・と介護者が空回りしている時に読むと少し違った見方に気づけます。「引き算」の介護。頑張りすぎている方は読んでみてください。	

マンガ認知症			
	著者	ニコ・ニコルソン／著 佐藤真一／著	
	出版社	筑摩書房	出版年 2020.06
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	認知症の人がすでに500万人を超え、誰もが認知症になったり、認知症介護をすることになってもおかしくない時代です。読めば認知症あるあるで共感できます。マンガなので読みやすいです。	

気持ちが楽になる認知症の家族との暮らし方			
	著者	繁田雅弘／監修	
	出版社	池田書店	出版年 2018.06
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	認知症になってもかけがえのない家族に変わりありません。この本は「認知症になっても大丈夫」と思える暮らしを営むために、先輩から、専門家から、介護のプロから、いろいろなことを教えてもらえます。	

【介護者の視点から】

認知症介護に行き詰まる前に読む本 — 「愛情を込めたウソ」で介護はラクになる—			
	著者	多賀 洋子／著	
	出版社	講談社	出版年 2011.12
	所蔵館	北図書館	
	おすすめのコメント	底知れぬ不安で混乱した認知症の人に、穏やかで幸せな日々を過ごしてもらうにはどうしたらいいのか？ アルツハイマー型認知症になった夫を介護してきた妻が、早期受診にこぎつけるコツ、介護するコツ、介護に行き詰まらないための心構えを紹介しています。	

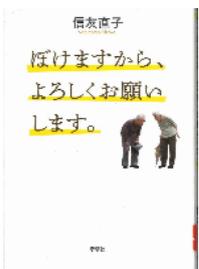
家族のためのユマニチュード			
	著者	イヴ・ジネスト／著 ロゼット・マレスコッティ／著 本田 美和子／著	
	出版社	誠文堂新光社	出版年 2018.8
	所蔵館	中央図書館 あおぞら号	
	おすすめのコメント	その人らしさを取り戻すための優しい認知症ケアのユマニチュードを紹介しています。とくに、認知機能が低下している人への介護方法をイラストとともに詳しく説明しています。	

母が若年性アルツハイマーになりました。			
	著者	Nicco／著	
	出版社	ペンコム	出版年 2018.4
	所蔵館	北図書館	
	おすすめのコメント	「認知症の人と家族の会千葉県支部」の会報に掲載された連載漫画をもとに書籍化。介護用語の説明や、役立つ介護ワンポイントもあり、介護を家族の視点でわかりやすく解説しています。	

ばーちゃんがゴリラになっちゃった。 — 祖父母そろって認知症 —			
	著者	青山 ゆずこ／著	
	出版社	徳間書店	出版年 2018.4
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	大好きなじーちゃんとはーちゃんが夫婦そろって認知症になってしまいます。軽いノリで住み込み介護を買って出るも現実はずっと修羅場で大爆発のばーちゃん。笑い、怒りと涙の7年間の漫画がわかりやすく描かれています。	

【介護者の視点から】

ぼけますから、よろしくお願ひします。

	著者	信友直子／著		
	出版社	新潮社	出版年	2019.10
	所蔵館	南図書館		
	おすすめのコメント	テレビのドキュメンタリー番組に携わっていた著者が、自身の両親の日常を撮影し続けました。同名のドキュメンタリー映画にもなりました。ほろっとしてほっこりする老々介護の日常に、うるっとしたり、びっと吹き出したり、心にしみる本です。		

心がすっと軽くなるボケた家族の愛しかた

	著者	丸尾多重子／著 長尾和宏／監修 北川なつ／まんがイラスト		
	出版社	高橋書店	出版年	2015.11
	所蔵館	北図書館 あおぞら号		
	おすすめのコメント	漫画で認知症の本人、家族・周囲の人とのやり取りがあり、イメージがわかります。Q&A方式や対応の〇×で分かりやすく、介護者・家族の方が手に取りやすい本だと思います。漫画の部分は、小学生などの子供達にも伝わる内容です。		

父と娘の認知症日記－認知症専門医の父・長谷川和夫が教えてくれたこと－

	著者	長谷川和夫／著 南高まり／著		
	出版社	中央法規出版	出版年	2021.01
	所蔵館	中央図書館		
	おすすめのコメント	認知症専門医で自身も認知症になった父親との歩みを日記とともに振り返っています。その時の父親と娘のお互いの気持ちが伝わり、温かい気持ちになります。認知症とともに日々を豊かに過ごすヒントが書かれています。		

もうすぐあなたも遠距離介護－離れて暮らす親のケア－

画像はありません	著者	太田差恵子／著		
	出版社	北斗出版	出版年	1998.03
	所蔵館	平塚市の図書館には所蔵していません		
	おすすめのコメント	この本は個々の体験をもとに書かれた本です。「親と同居するのが良いのか、何十年も住み慣れたところから都会に住むのが幸せなのか」から始まっています。		

★ こちらもおススメ!

	娘になった妻、のぶ代へ - 大山のぶ代「認知症」介護日記 -			
	著者	砂川 啓介／著		
	出版社	双葉社	出版年	2017.05
	所蔵館	北図書館		

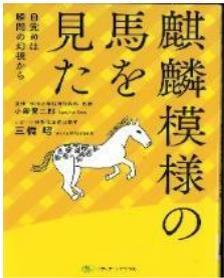
	ケアメンを生きる 男性介護者100万人へのエール			
	著者	津止 正敏／著		
	出版社	クリエイツかもがわ	出版年	2013.05
	所蔵館	中央図書館		

	あなたが認知症になったら。 あなたが認知症にならなかったら。			
	著者	越智須美子／著 越智俊二／著		
	出版社	中央法規出版	出版年	2009.09
	所蔵館	中央図書館		

	若年性アルツハイマーの母と生きる			
	著者	岩佐 まり／著		
	出版社	KADOKAWA	出版年	2015.06
	所蔵館	中央図書館 あおぞら号		

	父と僕の終わらない歌			
	著者	サイモン・マクダーモット／著 浅倉卓弥／訳		
	出版社	ハーバーコリンズ・ジャパン	出版年	2018.12
	所蔵館	中央図書館		

【認知症の人からの声】

麒麟模様の馬を見た－目覚めは瞬間の幻視から－			
	著者	三橋 昭／著 小野 賢二郎／監修	
	出版社	メディア・ケアプラス	出版年 2020.8
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	レビー小体型認知症と診断され、毎朝ぼーっと現れ、瞬時に消えてしまう幻視の記録と、病気へのメッセージ。自身の幻視体験をイラストとともに紹介しています。手をすり抜けてしまう猫のたまちゃんのイラストは特にかわいいです。	

認知症に備える			
	著者	中澤 まゆみ／著 村山 澄江／著	
	出版社	自由国民社	出版年 2021.9
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	家族や自分が認知症になっても安心して暮らしていくために、元氣なうちに知っておきたい介護とお金と法律についてわかりやすく説明しています。認知症に備えるための道しるべになる一冊だと思います。	

認知症になった私が伝えたいこと			
	著者	佐藤 雅彦／著	
	出版社	大月書店	出版年 2014.11
	所蔵館	中央図書館 南図書館 あおぞら号	
	おすすめのコメント	「認知症になってもあきらめない」という著者の生き方は、認知症の人やその家族という枠を越えて、多くの人に勇気を与えてくれます。自身の生い立ち、毎日の過ごし方、認知症に対する偏見をなくすための活動などを通して、著者の情熱が伝わってきます。	

記憶とつなぐ－若年性認知症と向き合う私たちのこと－			
画像はありません	著者	下坂厚／著 下坂佳子／著	
	出版社	双葉社	出版年 2022.04
	所蔵館	平塚市の図書館には所蔵していません	
	おすすめのコメント	46歳で若年性アルツハイマー型認知症と診断された夫とそれを見守る妻。夫婦の日々を綴った一冊です。病気のこと、夫婦のこと、これからのこと。当事者とその家族の、思いと実情が描かれています。	

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－

	著者	長谷川 和夫／著 猪熊 律子／著		
	出版社	KADOKAWA	出版年	2019.12
	所蔵館	中央図書館 北図書館		
	おすすめのコメント	認知症の研究に生涯をささげた、長谷川和夫さんが自ら認知症になり、当事者としての声がつづられています。家族や周辺の人とのかわり等、ほのぼのとした気持ちで読むことができます。		

丹野智文 笑顔で生きる－認知症とともに－

	著者	丹野智文／著 奥野修司／文・構成		
	出版社	文藝春秋	出版年	2017.07
	所蔵館	北図書館		
	おすすめのコメント	39歳で若年性アルツハイマー型認知症と診断された著者の自伝です。不安や苦しみの中どのように考え、笑顔を取り戻すまでの著者の本音が語られています。当事者の思いを知ることが出来ます。		

誤作動する脳

	著者	樋口直美／著		
	出版社	医学書院	出版年	2020.03
	所蔵館	中央図書館		
	おすすめのコメント	「レビー小体型認知症」と診断された著者が、幻視・幻臭・幻聴などの五感の変調を抱えながら、自分の緻密な観察者となりこの本を制作されました。様々な症状について、教科書では学べない鮮やかなイメージとして知ることができました。		

認知症になっても人生は終わらない－認知症の私が、認知症のあなたに贈ることば－

<p>画像はありません</p>	著者	認知症の私たち／著 NHK取材班／協力		
	出版社	harunosora	出版年	2017.04
	所蔵館	平塚市の図書館には所蔵していません		
	おすすめのコメント	認知症のある方からのメッセージが心に響く一冊です。物忘れが心配な方、認知症のある方、そのご家族にはもちろんですが、介護・福祉関係の方などにも、当事者の本音を知る機会になると思います。		



こちらもおススメ!

	認知症の私からあなたへ -20のメッセージ-			
	著者	佐藤 雅彦／著		
	出版社	大月書店	出版年	2016.05
	所蔵館	北図書館		

	認知症とともに生きる私 -「絶望」を「希望」に変えた20年-			
	著者	クリスティーン・プライデン／著 馬籠 久美子／訳		
	出版社	大月書店	出版年	2017.04
	所蔵館	西図書館		

	ぼくが前を向いて歩く理由(わけ) -事件、ピック病を超えて、いまを生きる-			
	著者	中村成信／著		
	出版社	中央法規出版	出版年	2011.11
	所蔵館	中央図書館		

	認知症になった蛭子さん -介護する家族の心が楽になる本-			
	著者	蛭子能収／著		
	出版社	光文社	出版年	2021.05
	所蔵館	北図書館		

画像はありません	認知症になってもだいじょうぶ!			
	著者	藤田和子／著		
	出版社	徳間書店	出版年	2017.04
	所蔵館	平塚市の図書館には所蔵していません		

【絵本から知る】

だいじょうぶだよ -ぼくのおばあちゃん-			
	著者	長谷川 和夫／さく 池田げんえい／え	
	出版社	ぱーそん書房	出版年 2018.10
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	長谷川和夫さんの家で起きた出来事をモチーフにした絵本です。大好きなおばあちゃんが認知症になって変わって行く様子や家族のかかわりでおばあちゃんの手が戻るという子供たちにも分かりやすい絵本になっています。	

ばあばは、だいじょうぶ			
	著者	楠章子／作 いしいつとむ／絵	
	出版社	童心社	出版年 2016.12
	所蔵館	中央図書館 北図書館 西図書館 南図書館 あおぞら号	
	おすすめのコメント	いつも優しく、見守ってくれたおばあちゃんが、いろいろなことが出来なくなる様子が小学生の「つばさ」の視点で描かれています。そんな姿に戸惑いながらも、おばあちゃんの苦しい気持ちに気づくという大人も学ぶことが出来る絵本です。	

おじいちゃんの手帳			
	著者	藤川幸之助／さく よしだ よしえい／え	
	出版社	クリエイツかもがわ	出版年 2020.05
	所蔵館	北図書館	
	おすすめのコメント	認知症の症状は人それぞれで、日によっても違います。おじいちゃんの行動は切ないけど、認知症を恐れるのではなく認めるところから始め、正しく理解できれば良いと思います。ぜひ親子で読んでほしい本です。	

とかげのアンソニー			
	著者	小林博子／作・絵	
	出版社	星和書店	出版年 2019.10
	所蔵館	西図書館	
	おすすめのコメント	もの忘れをする認知症の母親と子どものアンソニーの7日間の物語です。大好きなお母さんに対するアンソニーの気持ちに心が打たれました。大人の方にも読んでほしい絵本です。	

【安心して暮らせる社会を】

全国認知症カフェガイドブック - 認知症のイメージを変えるソーシャル・イノベーション -			
	著者	コスガ 聡一 / 著	
	出版社	クリエイツかもがわ	出版年 2020.07
	所蔵館	中央図書館 南図書館	
	おすすめのコメント	全国の個性派28カフェを取り上げ、さまざまな活動が紹介されています。「こんなカフェに行きたいな」「こんなカフェを作りたい」という気持ちになります。写真が多くカフェの様子がよくわかります。	



こちらもおススメ!

	注文をまちがえる料理店 - 忘れちゃったけどまちがえちゃったけどまあいいか -		
	著者	小国士朗 / 著	
	出版社	あさ出版	出版年 2017.11
	所蔵館	中央図書館	

	認知症フレンドリー社会		
	著者	徳田雄人 / 著	
	出版社	岩波書店	出版年 2018.11
	所蔵館	中央図書館	

	認知症になってもひとりで暮らせる - みんなでつくる「地域包括ケア社会」 -		
	著者	協同福社会 / 編	
	出版社	クリエイツかもがわ	出版年 2019.11
	所蔵館	中央図書館	

【予防について】

科学的に正しい認知症予防講義 – 日本認知症予防学会の理事長が教える –			
	著者	浦上克哉／著	
	出版社	翔泳社	出版年 2021.03
	所蔵館	北図書館	
	おすすめのコメント	認知症に対して自分たちができる「認知症リスク因子」の減らし方が具体的に書かれていて、日常生活を見直すきっかけになりました。	

★ こちらもおススメ！

	ボケたくなければ歩きなさい		
	著者	島田裕之／監修	
	出版社	主婦の友社	出版年 2015.09
	所蔵館	南図書館	

	認知症予防におすすめ図書館利用術 3 『調べる力』で脳を活性化		
	著者	結城俊也／著	
	出版社	日外アソシエーツ	出版年 2019.06
	所蔵館	中央図書館	

	アルツハイマー病真実と終焉 認知症1150万人”時代の革命的治療プログラム		
	著者	結城俊也／著	
	出版社	日外アソシエーツ	出版年 2019.06
	所蔵館	中央図書館	

【読み物】

一切なりゆき - 樹木希林のことば -

	著者	樹木 希林 / 著		
	出版社	文春新書	出版年	2018.12
	所蔵館	中央図書館 北図書館 西図書館 南図書館 あおぞら号		
	おすすめのコメント	表現者としての演技もすごい。それに裏打ちされた生き方は表面的な受け止め方では如何とも仕難い。「おごらず、比べず、面白がって生きる」は誰もの人生訓と思う。		

おらおらでひとりいぐも

	著者	若竹 千佐子 / 著		
	出版社	河出書房新社	出版年	2017.11
	所蔵館	中央図書館 北図書館 西図書館 南図書館 あおぞら号		
	おすすめのコメント	現役引退と一人暮らしが始まった直後に発刊された。すべてが「成程！ゆっくりでいいのだ」と桃子さんに同化できた。楽しい生き方、新しいことを探しながら生きるは満足だ。		

ミシンと金魚

 <p>ミシンと金魚 永井みみ</p>	著者	永井 みみ / 著		
	出版社	集英社	出版年	2022.2
	所蔵館	中央図書館		
	おすすめのコメント	口語体で語られる認知症を患ったカケイさんの人生。今までの人生しあわせだったかと、みっちゃんの一人から尋ねられ…。暴力と愛情、諦念と悔悟。絡まりあう記憶の中から語られる、凄絶なカケイさんの一生が書かれています。		

明日の記憶

	著者	萩原 浩 / 著		
	出版社	光文社	出版年	2004.1
	所蔵館	中央図書館 西図書館		
	おすすめのコメント	人ごとだと思っていたことが、我が身に起きてしまった。50歳にして若年性アルツハイマーと告げられた佐伯。「認知症」は、いつかは自分にも起こることかもしれない。身につまされる長編小説です。		

長いお別れ			
	著者	中島京子／著	
	出版社	文藝春秋	出版年 2015.05
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	認知症の男性の症状が進み大変で辛い場面もありますが、妻や娘孫たちとのあたたかくて優しい心の交流が感じられる物語です。2019年映画化された小説。	

人生の値打ち			
	著者	曾野綾子／著	
	出版社	ポプラ社	出版年 2018.07
	所蔵館	中央図書館	
	おすすめのコメント	人生ここまで生きてきて、誰もが振り返りながらこの先の生き方を思う。その時にこの本は役に立ちました。過去の自分を肯定した上で前進すると決めた私には納得のいく本でした。	

★ **こちらもおススメ!**

満月の夜、母を施設に置いて			
	著者	藤川幸之助／詩 松尾たいこ／絵 谷川俊太郎／対談	
	出版社	中央法規出版	出版年 2008.06
	所蔵館	中央図書館	

老乱			
	著者	久坂部羊／著	
	出版社	朝日新聞出版	出版年 2016.11
	所蔵館	中央図書館 北図書館 あおぞら号	

★平塚市の図書館には認知症の理解に役立つ本が、ブックリストの他にも多数所蔵されています。図書館で本を手にとってみませんか。

★このブックリストは、特定の医療機関・治療法などを推奨するものではありません。

悩まないで 認知症のこと

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを推進するために、平塚市と各高齢者よろず相談センターに認知症地域支援推進員を配置しています。認知症の方やそのご家族の相談支援などを行います。お気軽にご相談ください。

平塚市高齢者よろず相談センター（地域包括支援センター）一覧

※お住まいの地域で、担当する相談センターが異なります。

名称	住所	担当地区（町名）
電話番号（FAX番号）		
あさひきた	根坂間 218-7	旭北（日向岡・公所・河内・纏・徳延・根坂間）
TEL 30-3611（FAX 30-3622）		
あさひみなみ	高村 203 13-104	旭南（出縄・万田・高根・山下・高村）
TEL 31-4932（FAX 31-4954）		
おおすみ	岡崎 6130	城島（大島・小鍋島・下島・城所） 岡崎（岡崎・ふじみ野）
TEL 51-6433（FAX 51-6435）		
倉田会	東真土 4-4-31	四之宮（四之宮） 八幡（西八幡・東八幡） 真土（東真土・西真土）
TEL 53-1930（FAX 53-1925）		
ごてん	御殿 2-17-42	中原（御殿・中原1丁目、2丁目、3丁目 20～26番） 南原（南原）
TEL 31-6957（FAX 34-9276）		
サンレジデンス湘南	田村 2-11-5	田村（田村） 横内（横内） 大神（吉際・大神）
TEL 54-7009（FAX 54-7026）		
とよだ	南豊田 85-1	金田（寺田縄・入野・長持・飯島・中原下宿） 豊田（豊田平等寺・南豊田・東豊田・豊田打間木・ 豊田小嶺・豊田宮下・豊田本郷・北豊田）
TEL 36-2501（FAX 36-6151）		
ひらつかにし	<金目窓口>北金目2-36-14 <土沢窓口>土屋2198-7	金目（広川・千須谷・片岡・南金目・北金目・真田） 土沢（土屋・上吉沢・下吉沢・めぐみが丘）
<金目窓口> TEL59-5544（FAX 73-5998） <土沢窓口> TEL73-5848（FAX 58-6918）		
富士白苑	唐ヶ原 1	なでしこ（唐ヶ原・撫子原・黒部丘（10～30番）・ 花水台・虹ヶ浜（13～24番）） 花水（桃浜町・龍城ヶ丘・八重咲町・松風町・董平 黒部丘（1～9番）・袖ヶ浜・虹ヶ浜（1～12番））
TEL 61-5050（FAX 61-2210）		
ふじみ	中里11-17 SSビル1階	富士見（桜ヶ丘・上平塚・達上ヶ丘・諏訪町・中里・ 富士見町・豊原町・平塚）
TEL 30-5010（FAX 30-5011）		
まつがおか	東中原 2-2-59	松が丘（東中原・新町・大原・中原3丁目 1～19番）
TEL 35-4465（FAX 35-8865）		
みなと	夕陽ヶ丘 55-14	港（高浜台・夕陽ヶ丘・千石河岸・札場町・幸町・ 代官町・久領堤）
TEL 73-5422（FAX 73-5423）		
ゆりのき	立野町 31-20	崇善（立野町・見附町・錦町・浅間町・紅谷町・明石町・ 宮松町・宮の前・宝町・追分） 松原（老松町・八千代町・天沼・堤町・中堂・榎木町・ 馬入本町・馬入・長瀬・須賀）
TEL 33-2334（FAX 35-6038）		

ブックリストについてのお問合せ：平塚市役所高齢福祉課

電話 0463-21-9621