

コロナ禍でリスク激増! その時に備える

# 週刊文春



最新予防から発症後の対応まで

# 認知症 全部わかる!

取材・執筆 神保順紀 烏集徹 内田朋子 長田昭二

## 始める手続き

- ① 疑う10のサイン
- ② 専門医にたどり着く方法
- ③ どんなサービスを  
幾らで利用できる?
- ④ 「いいケアマネ」を  
選ぶポイント
- ⑤ 認知症の淵から甦る

## 予防最前線

- ① 「耳が遠い」が一番あぶない
- ② 「歯」で認知症を防ぐ
- ③ 脳活性化の切り札「回想法」とは
- ④ 実は睡眠がカギだった!



コロナ時代に  
認知症に克つ  
「家暮らし術」

