

# 読むだけで 介護がラクになる本

著：のぶ

定価：1,650円(税込)

発行：すばる舎



Xで3.8万フォロワー（2025年10月現在）の現役生活相談員・のぶ氏初の著書。身体に負担の少ない介護技術や認知症の方とのかかわり方、介護サービスへの上手な頼り方など、10数年間介護に携わり続けてきた著者の「介護をする人がラクになる」ための知識やアドバイスが詰まっている。著者の温かい言葉が読む人の肩の荷を下ろしてくれる。