

## 「怒る」では、いい結果は出ない！



認知症の人と家族の会  
三重支部 伊賀地区世話人  
中村 秋一さん

妻に認知症の症状が出始めたのは9年前のことです。弟から「最近、お姉さんおかしくないか。一度専門医に診てもらい」と言われたのがきっかけでした。しかし、病院に行こうと言っても、素直には行きません。そこで、わたし自身が病気になるかと仮病を使い「一緒について来てほしい」と妻に頼んで病院へ行き診察をしてもらいました。

普段の生活では、「田んぼに行く」と言っても、すぐに忘れてわたしを探しに来ますので、好きなビデオを見せて「トイレに行く」とうそをついて田んぼに行きました。

また「何してんねん！」「今言うたことや！何回聞くねん」など怒ることではいい結果がでませんでした。妻にもその瞬間、瞬間には、感情があります。排泄などを失敗しても「だいたいお腹にたまってたか。出てよかったな。もっと出したらどうや」などやさしく接するようになりました。

妻が認知症と分かってからは、認知症の勉強もしました。京都で行われた講演会に参加したときに「認知症の人と家族の会」の存在を知り、三重県にも支部があることを知り入会しました。会合には、デイサービスなどを利用している間に、家の仕事を終わらせてから参加するといった忙しいものでしたが、介護の愚痴を言ったり、他の人の意見を参考にしたりしました。認知症になった家族を介護する苦しみは、実際に介護した人しか分かりませんので、同じ立場の人と話す機会はありませんでした。

妻がこの4月から施設に入所することができ、少しは時間に余裕ができました。今年から地区の老人クラブの役員もしていますので、まずは、老人会の皆さんに認知症のことを伝えていきたいですね。

## 「認知症の人と家族の会 つどい・交流会」を開催します

認知症を介護する家族がつらさを抱えこんでしまわないように、情報交換の場、近況報告の場として開催します。

日時 8月24日(木) 午後1時～4時

場所 総合福祉センターふれあい(丸之内)

対象 認知症に関心のある人

参加費 500円 ※認知症本人は無料。家族の会員は100円

◎申込不要。認知症本人が参加する場合は、事前に問い合わせ先へ

☎ 社 認知症の人と家族の会三重支部 ☎ 24 - 7556



## 相談窓口

### 地域の相談窓口

- 各地区まちの保健室 電話番号は「広報なばり」2週号最終ページ掲載
- 地域包括支援センター (市役所1階/☎63-7833)
- 医療機関 ※まずはかかりつけ医にご相談ください。

### 電話での相談窓口

- 認知症の人と家族の会 ☎0120-294-456/平日午前10時～午後3時
- 認知症110番～認知症予防財団～ ☎0120-654-874/休日を除く月・木曜日午前10時～午後3時
- 介護支え合い相談～社会福祉法人浴風会～ ☎0120-070-608/平日午前10時～午後3時

**早期発見・早期治療が大切**

認知症の症状が現れたのに気づいても「もう年なのだから仕方がない」「人に知られたくない」とそのままにしている場合があります。しかし、認知症は治療や適切なケアを行うことで、症状の進行予防につながります。

認知症についての理解不足で発見が遅れ、症状が進行した結果、本人や家族も苦しい思いをすることがあるのです。

また、認知症の原因となる病気の中には早期に治療すれば治せるものもあります。家族や地域の皆さんが認知症について理解を深め、「今までと様子が違う」と気づき、相談機関などへの相談や医

療機関の診断につなげていくことが大切です。

症状の軽いうちに、認知症とどう向き合い、どのように生活していくかなど、専門医に意見を聞くことで、いろいろな準備が可能で

**認知症の人に寄り添うために**

認知症の人は、言葉でうまく表現できなくても、知的な能力が低下していくことへの不安、自分が自分でなくなっていくような悲しみなどたくさん抱えています。人の役に立ちたいという願いも持っています。

認知症の人との間違いや失敗を、わたしたちにとっての「現実」にあわせて正そうとするのではな

く、認知症の人が今、生きている世界、見ている風景に思いをめぐらし、そこにできるだけ寄り添うようにしてみましょう。

**認知症の人や家族を見守る 認知症サポーターになろう**

認知症の人は、住む環境が変わると症状が進行しやすく、住み慣れた地域で生活を続けることが大切だと言われています。そのため、住み慣れた地域で認知症やその家族を見守ることができる環境を整える必要があります。

そこで、市では認知症の人の「応援者(サポーター)」を地域で増やしていくために「認知症サポーター養成講座」を実施しています。現在、市には1775人の認知症

サポーターがいます。認知症サポーターは、特別なことをする人ではなく、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守る人のことです。

地域で認知症の人やその家族を支えるために必要とされているのは皆さんの認知症に対する理解です。早期発見・治療に結びつけることはもちろん、周囲の人たちの認知症への理解と気遣いがあれば、認知症の人は地域で穏やかに暮らしていくことができるはずです。

○グループや団体などで「認知症サポーター養成講座」を受講希望の人は、各地区まちの保健室か地域包括支援センターまでご連絡ください。

## 徘徊予防などに利用できるサービス ※介護認定を受けている人が対象

- ▼徘徊感知器の貸し出し マットを踏むと、離れた場所に設置したチャイムが知らせてくれるものなどを貸し出し
- ▼徘徊高齢者家族支援サービス 認知症高齢者が小型携帯端末を携帯し、行方不明の場合、家族に位置情報を提供

## こんなことはありませんか？

### 認知症が疑われるポイント

- 直前にしたことや話したことを忘れてしまう
  - 何度も同じことを聞いたり言ったりする
  - よく知っている人の名前を覚えていない
  - 買い物に行くたびに同じものを買ってくる
  - 財布の中が小銭でいっぱいになっている(お金の勘定ができない)
  - 冷蔵庫に同じものがたくさん入っている
  - 料理の味付けが変わってきた
  - 置忘れやしまい忘れが目立つようになった
  - 好きだったことに興味と関心がなくなった
  - この半年から1年間くらいで急に物忘れが目立ってきた
- 該当するものがある場合は、かかりつけ医に相談しましょう**