



シリーズ認知症

家族の暮らし

地域包括支援センターにより

認知症介護をしている

家族などの気持ちを理解し、どのような支援をすればいいのか考えてみることは、認知症の人を支える活動の一環として、とても大切です。

家族の心理ステップ

家族の誰かが認知症のような症状が出始めたとき、また認知症と診断されたとき、誰もショックを受け、とまどい、混乱します。おかしい言動を示し始めた家族などに対して最初は「あんなにしっかりとしていた人がまさか」といふ、とまどいと否定の気持ちになるでしょう。また、ほかの家族や親族などに打ち明けるべきかで悩むのもこの時期の特徴です。

介護者自身も疲労困憊こんぱい

し、異常な言動や行動を見せる認知症の人に対して「もう顔も見たくない」と拒絶する態度をとってしまうことも珍しくありません。

毎日の苦労と、こんな生活がいつまで続くのかという不安が重くのしかかり、絶望的な気分へと追い詰められます。この時期には家族だけで解決しようとせず、医療や福祉の相談窓口を訪ね、介護サービスなどをうまく活用することで認知症への理解も徐々に進み、さまざまな症状への対応方法も分かってくる。とまどいや混乱の思いを繰り返す中でも、さまざまな情報や経験によって認知症の人の「あるがまま」を受け入れられるようになりま

す。そこにたどり着くためには、介護者の気持ちの余裕や周囲の理解・協力が必要です。

家族が無理をしない

認知症になると、程度の差はありますが、徐々に手助けが必要となります。しかし、家族だからこそ「できること」と「できないこと」があります。以前は当然のように考えられていた「家族だけで世話をする」時代は終わろうとしています。

自分を犠牲にせず、生活を大事にしながら、家族を支える方法は、家族の数だけあります。まずは誰かに相談しましょう。



もしも、大切な人が認知症になったら…

町では、認知症に関わるガイドブック「長島町認知症ケアパス」を作成しています。詳しくはこちらから。ぜひ活用ください。



混乱・怒り・拒絶の時期を乗り越えるために

- ① 認知症について正しい知識を持つ
- ② 医療・福祉サービスを積極的に利用する
- ③ さまざまな専門職種の人と接する
- ④ 気楽に相談できる存在を持つ
- ⑤ 当事者や家族と交流する



- ① トツナウ
- ② ウシゴン
- ③ ガミリオ
- ④ シブハラ
- ⑤ イトカナ



次の言葉を並び替えて、言葉在完成させてください。

相談窓口・問い合わせ先

役場介護環境課
地域包括支援センター
☎(86)1153[直通]

* 次回の「ろばカフェ」*

当事者や家族で語りましょう

〇日時
10月14日(金)
午後1時～3時

〇場所
町文化ホール
憩いの部屋

※変更になる場合があります。

