

前述した勝美さんは「家族の認知症を打ち明けられない家庭もあると聞きます。でも、認知症の介護は1人だけ、家族だけではとてもできません」と心配します。

周囲に打ち明けられず抱え込んでしまうことを、認知症地域支援推進員である山路美幸社会福祉士も危惧します。介護者の対応策と、私たちができる支援には何があるのか聞きました。

「歳だから当たり前」と目をつぶらないで

「認知症は、『歳だから仕方ない』と正当化してしまう傾向があります。また、土地柄や家の考えから、誰にも頼らず自分たちだけで背負ってしまう家庭が多いです。本当に手に負えなくなつてから相談に来るケースは少なくありません。

認知症を正しく理解していないこと、自分たちだけで抱えてしまうことが問題を深刻化させています。

また、「他にも相談が遅れる理由には、どのタイミングで相談に行けば良いか分からないことや、周囲に打ち明けることに葛藤があるといったことも挙げられます。相談や治療が遅れることで介護者も疲れ切り、共倒れしてしまうこともあります。

認知症を支える手

認知症に対する不安は誰もが抱くもの。
身近な人が認知症を患ったら、まず何をしたら良いのでしょうか。
さらに、認知症の人も笑顔で暮らせる地域にするために、
私たちには何ができるのでしょうか。



認知症地域支援推進員
御前崎市地域包括支援センター
やまじ みゆき
山路美幸 社会福祉士

いち早く相談を地域の関わりも大切

認知症は、適切に対応すれば進行をゆるやかにして、本人らしく穏やかに生活することができ、病気で済む。そうすることで、家族の負担も抑えられます。早期の相談が本人にも、介護者にも重要です」と続けます。

山路社会福祉士は「地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です。抱え込まないでください。ささいなことでも、何度相談していただいてもかまいません」と気軽な相談を呼び掛けます。

また、地域の人には「周囲の温かい見守りの目が増えることは、本人や家族にとって大きな支えになります。まずは、認知症を大勢の人に正しく知ってほしいです」と期待します。

取材のなかで、認知症は誰にでも発症しうる病気であるにも関わらず、気兼ねなく相談できない現実があると感じました。認知症の人がその人らしく暮らすためには、介護者も自分らしく生活していることが大切です。

頼れる人がいます。解決策を見いだしてくれる場所があります。介護者は自分を守るためにも、勇気を出して相談してみたいかがでしょうか。

また、私たちが認知症がどんなものかを知っていれば、認知症の人やその家族に手を差し伸べることが出来ます。たくさん支援の手が認知症患者やその介護者に笑顔を与えます。

認知症の人も住み慣れた地域で自分らしく、生き生きと暮らしていけるよう、まずは認知症を正しく理解することから始めましょう。

終

市内サポーター数3695人!

【認知症サポーター養成講座】

認知症を正しく理解し、地域で温かく見守る「認知症サポーター」になるための講座を開催しています。

次回日時：9月14日(金) 19時~21時

場所：佐倉公民館 さくらんぼホール

参加費：無料

照会：地域包括支援センター ☎0537-85-1167

1人で抱え込まないで!

【オレンジカフェ よつば】

認知症の人やその家族の憩いの場です。どんな話でもかまいません。誰かと話す一歩を踏み出しませんか。

日時：毎月第2土曜日 13時~16時

場所：よつばの家

お茶代：100円(参加費は無料)

照会：東海清風園支援センター ☎0537-86-8777