

# 家族が認知症になったら

## 認知症に気付くとき

認知症は、ちょっとしたうっかり忘れから始まることが多いです。単なる老化と区別が付きにくいので、周囲の人にもわかりにくいことがあります。でも、何度も同じ質問をくり返したり、探しものが多くなったりすると、「あれ？ なんだかおかしいな」と気付くのは、身近にいる家族です。家族が認知症になったら、とても不安で

すね。でも、自分に自信がもてなくなると、誰よりも不安を感じているのは本人です。認知症の人はものごとを理解する力は落ちていますが、感情はとても細やかでデリケートです。家族や周囲の人は、認知症の人が適切な治療や支援を受けて、心地よく暮らしていけるように手助けすることが必要です。

探しものばかり  
するようになった



いつも探してる

何度も同じことばかり  
聞かれるようになった



きょう 今日、3回目

銀行カードの暗証番号を  
何度も忘れる

銀行 ATM



この前も  
わす 忘れてた

冷蔵庫の中に  
同じ物がいっぱい



牛乳だらけ

鍋を火にかけたまま  
忘れてる



火が  
付けっぱなし

薬の飲み忘れが多くなった



薬が  
残っているよ

あれ？  
なんだか  
おかしいな





# こんなとき、どうする？

## 「おじいちゃんが認知症かもしれない」と思ったら？

おじいちゃんが毎日、何度も同じことを聞いたり、探しものをしたりするようになりました。「もしかして、認知症かもしれない」と心配です。そんなとき、どうしたらよいでしょう。



### 正しい対応はどれかな？

- ① 認知症かどうか、しばらく様子を見る。
- ② おじいちゃんと家族とで病院に行く。
- ③ はずかしいので、だれにも相談せず、なにもしない。

#### 答え：②

認知症はなるべく早く見つけて、治療を始めることが必要な病気です。認知症は完全に治すことが難しい病気ですが、進行を遅らせることはできます。「おかしいな？」と思ったら、早めに病院でみてもらいましょう。

本人だけでなく、家族から詳しい様子を伝えることが、正しい診断につながります。家族も一緒に病院に行くことが大事です。



## 認知症のおばあちゃんが、家の掃除をしようとしている

認知症のおばあちゃんが、急に家の中の掃除を始めました。昔はよく掃除をしていたけど、最近はやっていませんでした。病気なのに、掃除をしてもだいじょうぶですか。



### 正しい対応はどれかな？

- ① 少し大変でも、できることは今までどおりやってもらう。
- ② 安全に過ごしてほしいから、1日中、じっとしてしてもらう。
- ③ 掃除道具を、おばあちゃんに見つからないように隠す。

#### 答え：①

認知症と診断されたからといって、それまでやっていたことが、全部できなくなるわけではありません。また、やりたいことをやらせてもらえないと、さびしく感じてしまう人もいます。安全に注意して、できることはやってもらいましょう。



# 認知症のことをよく知って まわりの人にも知らせよう！

認知症の人が安心して暮らせるようになるには、たくさんの方が認知症のことをもっと知る必要があるようです。私たちには、どのような支援ができるでしょうか。

千葉大学医学部附属病院の中にある千葉市認知症疾患医療センターでは、認知症についての知識を深めてもらう活動を定期的に行っています。ここで行われた「こどもカプロジェクト」では、小学生が認知症について学び、パンフレットを作りました。4日間かけて行われた講習会の様子を見てみましょう。

## 1日目 イラスト教室

講習会の4日目に行うパンフレット作りの前に、絵の講師を招いて、イラストのかき方を学びました。3日目に訪問する施設にいる認知症の人にプレゼントするために、うちわも作りました。



## 2日目 認知症についての勉強

保健・医療・福祉分野で働いている人から、それぞれの仕事について教えてもらいました。また、認知症専門医や心理士から、認知症について説明してもらい、認知症の人とのコミュニケーションの方法についても学びました。



## 3日目 介護施設の訪問

認知症の高齢者が暮らす施設を訪問しました。初めて認知症の人と接する子どもがほとんどでしたが、一緒に体操をしたり、お話をしたりして楽しい時間を過ごしました。



## 4日目 パンフレット作り

3日間で学んだことや体験したことをまとめて、子どもたちだけで認知症のパンフレット作りに取り組みました。



できあがり！

できあがったパンフレットは、病院や介護施設、地域の行政窓口などに置かれたよ

