



Aさん

変化に気づき受診したときのこと

周りから見たら突然認知症になったように見えるかもしれません。自分の中では少しずつ変化がありました。忘れること、日にちが分からなくなることがあり、家族から受診を勧められました。診断を受け、「こうなった以上はしょうがない」と思い、運転免許も返納しました。健康のために歩くことを心がけています。年齢とともになるもので、誰もがなり得るものだと思っています。

日課や大切な時間

毎朝、子どもの登校の見守りをしています。11年間続けています。子どもの「おはよう」や「ありがとう」が活力になり、元気をもらっています。デイサービスにも通っています。受け身にならず1日、1週間をどう過ごすか考えるようにしています。

Plan do c



わたしの思い

妻や娘に心配をかけていると感じています。頼りっきりにならず、自分でできる範囲のことをするように心がけています。



Bさん

わたしの思い

この人(夫)には感謝しているの。わたしがいないとだめなのよ。

普段の暮らし

着替えや食事など、苦手なことが増えましたが、サポートを受けながら暮らしています。デイサービスにも週4回通っています。

日課や大切な時間

歩くことが好き。お友だちとのウォーキングが大切な日課です。



家族(夫)の思い



自分の時間について

自分の受診があるときには、デイサービスにお願いしています。ショートステイも利用しており、自分も友人と出かける時間を大切にしています。

まわりのサポート

友人が本人と一緒にウォーキングに行ってくれます。認知症であることを分かって接してくれて有難く思っています。本人も心を許しています。



Cさん

変化に気づき受診したときのこと

道が分からなくなったり、スマホをどこに置いたかが分からなくなり、探し物や忘れ物が多くなりました。病院に行き、レビー小体型認知症の説明を聞き、自分の症状にピッタリ当てはまると思いました。

生活の中で困りごと

幻視(見えないものが見える)により、人がドアをすり抜けたり、知らない人が家の中にいたり、気が休まらない日もあります。「自分にしか見えないもの」と理解できるときもあれば、混乱するときもあります。誰かが側にいてくれると安心します。

工夫していること

散歩に出かけて帰り道が分からなくなることが心配で、スマホのアプリで家族と位置情報を共有しています。

日課や大切な時間

庭の水やり
マッサージ機でリラックス

わたしの思い

悔いなく生きたい!



家族(妻)の思い



本人の変化を感じたとき

様子がおかしいなと思っていましたが、「まさかね、気のせいだ」と思いたい気持ちがありました。しっかりしていた頃の言動と比べてしまい、落ち込むこともありました。

日々の暮らしで心がけていること

宅配や調理するだけのセット、お弁当など、手作りにこだわらず便利なものは使うようにしています。何でも話し合い、家族で役割分担しています。近所の人とおしゃべりや親戚との電話が息抜きになっています。



家族からみなさんに伝えたいこと

デイサービスで本人の趣味や好きなことを聞き、取り入れてくれて、とても感謝しています。困っている人を見かけたときや、声をかけられたときに、話を聞いて対応してもらえたら嬉しいです。地域で見守っていただけるだけでありがたいです。