



こんにちは！認知症地域支援推進員の竹内です。
今回は、ほっとカフェ（認知症の方やその家族等の通いの場）に参加されているご家族にお話を伺いました。



ご主人の病気に気が付いた
きっかけは？

最初に気づいたのは数年前。うつ病から始まり、すっかりとした人だったのに、頭がおかしいと言いはじめ、物忘れやおかしなことを言うようになりました。

介護者（ご家族）の思い……

私自身常に葛藤しています。朝起きてから寝るまで気の休まる日はありません。できないことが増え、認知症という病気だと頭ではわかっているけど、認めたくない気持ちもあります。出かけるとすぐ疲れたと言うので、遠出はできませんし、一人で出かけるのは不安なようで、いつも出かけるときは私と一緒にです。夫は気力を無くし、昔と比べるとどうしてなのと責めたくなり、夫も私が大きな声を出すと怒られていると思うようです。頭がもやもやする、病院に連れて行ってほしいと言つので夫の中で思い出せないことが増えて

混乱しているのだと思います。正直なところ、声掛けの仕方もこれでもいいのかわかりませんが、できないことが多くても、そのままでもいいよと認めてあげると安心した表情になるので、本人ができることはしてもらおうようにしています。これからも今の状態のまま夫と長く生活していきたいです。

「ほっとカフェ」に参加してよかったところ

ほっとカフェに参加して、夫が瞬間的にもニコニコしているので、周りの方々の接し方が心地よいのだと思います。私も同じ思いを共有できる方々に話を聞いてもらい、息抜きができています。家族の胸の内を伝える場が少ないので、こうして話を聞いてもらいとてもいい機会になっています。



笑顔が素敵なお夫婦にご協力をいただきました。
「生まれ変わってもまた妻と結婚します」と満面の笑みで言われる姿に私も笑顔になりました。



「最近、物忘れが気になる」など、心配や不安があったらお気軽にご相談ください。



相談窓口・活動内容のお問い合わせ

【福祉介護課 地域・高齢者支援係】

☎ 0986-76-8807

【曾於市地域包括支援センター】

☎ 0986-76-8824