

👉 冊子を読んで感じたことをみんなで考えてみよう!

✎ 表紙のおじいさんとおばあさんはどんな想いだったのでしょうか?

おじいさん: 帰り道が分からなくなったら、迷惑をかけてしまうかもでも、散歩が徘徊なんて…いかにも悪いことしてるみたいだなぁ

おばあさん: 介護してる私の想い分かる?

残しておきたい想い、伝えておきたい言葉はなんですか?

✎ 3つの事例を見てあなたはどう感じましたか?

認知症のわしの想い…どう感じてるかのお

認知症になったら…

自分だったら…こうしてほしいかなあ

✎ また、あなたなら、どうしたいですか?

自分だったら…こうしてほしいかなあ

あなたが、「もしかして認知症?」と感じたら

私たち専門職にご相談ください

下諏訪町役場 健康福祉課 高齢者係・介護保険係 ☎0266-27-1111

諏訪郡下諏訪町 4613-8

社会医療法人 南信勤労者医療協会 地域連携相談センター ☎0266-28-3986

諏訪郡下諏訪町 214

下諏訪町地域包括支援センター 認知症初期集中支援チーム ☎0266-26-3377

諏訪郡下諏訪町 162-4

あなたの身近にも相談できる方がきっといます



あなたと同じ想いの方同士で語り合いませんか?

社協・生活応援センター ☎0266-27-8886

下諏訪町認知症地域支援・ケア向上事業 諏訪郡下諏訪町 162-4

だれにでも **あんな** **思い** **あんな** **思い** 支えるわたしから伝えたい

編集委員 (敬称略・順不同)

- 社会医療法人 南信勤労者医療協会 諏訪共立病院 小島 より子
- 保科 佑太
- 下諏訪町在宅介護支援センター 笹田 明仁
- 社会福祉法人 サンビジョン 在宅介護支援センターグレイスフル下諏訪 久保田 和江
- 認知症対応型通所介護 株式会社 結 みんなの家紙風船ヶ丘 今井 よし恵
- 中平 沙織
- 株式会社 介護センター花岡 坂戸 保
- 株式会社 ライフサービスオグチ カーサ・デ・ソル諏訪湖 瀬川 陽子

- 下諏訪町地域包括支援センター 日高 希望
- 社会福祉法人 下諏訪町社会福祉協議会 居宅介護支援事業所 菊地 香代子

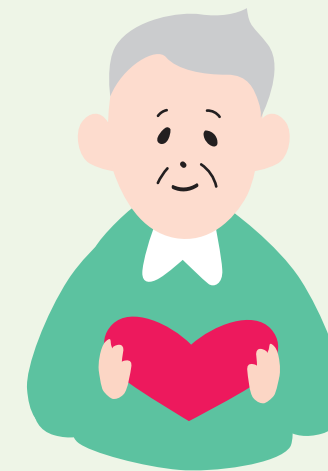
- 協力 特定非営利活動法人 やじろべー 宅老所 もくれん
- 発行 下諏訪町認知症地域支援・ケア向上事業 (事務局: 社会福祉法人 下諏訪町社会福祉協議会) 平林 佑一朗 中村 裕二 森山 理英子 鳴海 朋夏

※本誌掲載の記事、イラストの無断複製・転載を禁じます

下諏訪町認知症地域支援・ケア向上事業 認知症と診断されたあなたへ

だれにでもあるよ

あんな 思い



あんな 思い

何をしても「認知症だから」と思われてしまう

まるで自分じゃない感じがする

「同じ話を何回もする」と言われてしまう



支えるわたしから伝えたい

昔っから気長に散歩してくる人じゃのお

ちょっと出掛けてくるわい

今帰ったよ

おじいさんの気長な散歩も“徘徊”になるのかのお...

ある日おじいさんは“初期の認知症”と診断されいつもの散歩も“徘徊”と言われてしまいました

いってらっしゃい

おかえり…なさい

“初期の認知症”と診断されたおじいさん、昨日と今日で何か変わってしまったのでしょうか?

✎ 一緒に考えてみませんか?

1 つい言い争いになってしまう おたがいに想い合っているのに…

おたがいの想いを語り合きましょう

散歩に行っておれがない方がいいだろ

歳を取りゃみんな物忘れくらいある!!

馬鹿にしてるわけじゃないのに!!

そんな世話やくな!

世話をやかれるのは嫌だ

一人にできないから目が離せないのよ

気が気じゃないわ

本音は…

相手を想う気持ちって伝えているのかなあ

本音は…

出掛けている間にかあちゃんが少しでも休めたらと思ったんだけどなあ

とうちゃんのことを心配でねえ…どうしても気になっちゃうの

もっと気持ちにゆとりが持てるようにできないかなあ

慣れ親しんだ生活や遠慮無く過ごす時間って誰でも必要だよなあ

自由にならないのもお互いを想い合っているからなんだよなあ

二人が想いをゆっくり語り合える時間を作ってみよう

あなたへのメッセージ

自分の想い続けていることが伝わらなかったり、うまく言葉にできず、何も言えなくなってしまうことはありませんか。それでも思ったこと感じたことを、どんな表現でも良いので語ってみてください。だって言葉にしづらい想いを言葉にしようとしているのですから、その気持ちはきっとみんなに伝わります。

支援するわたしたちの宣言

認知症への不安や、気持ちがうまく伝えられなくても、あなたの想いに、私たちは気づいています。諦めそうになってしまうかもしれませんが、あなたの想いも、家族の想いも、お互いの気持ちが伝わり合えるように支えます。

2 デイサービスへ来たけれど… 頼む!! 家に帰らせてくれ!!

ありのままの気持ちを伝えてください

母ちゃんは!? どこ??

思い出せないんだ!!

居心地悪い?

私たちのケアがいけないのかなあ

どうして家に帰りたいんだろう

最初は、どうケアをしたら良いかばかり考えていたけれど、半年の時間をかけて、言葉を紡いでいったら想いが見えてきた…

自分のやりたいことは自分で決めたい

おれの人生はあと少ししかない…だから頼む!!

奥さんの話が多いなあ

奥さんへの想いってどんな想いなんだろう

家事を手伝わない!!

母ちゃんと話したい

うまく言葉にできないけれど…

帰りたいのは、“母ちゃん”に対する想いからだったのかなあ

頭の中から母ちゃんが消えちゃいそう…

母ちゃんがそばにいないと不安だなあ

手伝いしないと出てっちゃう!?

母ちゃんとは長い付き合いで、価値観が同じだから一緒にいて楽なんだよ!ときどき怖えけどね

忘れることが多くなって困ることもあるけどいつも助けてくれるんだ

だからいないと困ることが多いんだよ

あなたへのメッセージ

大切な人を想い続ける気持ち、とても素敵です。相手もきっとあなたのことを想っています。「不安…」「苦しい…」そんなあなたの気持ちを、うまく言葉にできなくても、表情、行動、どんなサインでもいいので、諦めず、ありのままの気持ちを伝えてください。一人ではありません。理解してくれる人、話を聞ってくれる人、きちんと汲み取って味方になってくれる人は、あなたのすぐそばに必ずいます。私たちもそのひとりです!

支援するわたしたちの宣言

言葉だけでなく、気持ちにも心を寄せて、言葉にできないあなたの心の叫びやサインを見逃しません。“聴き続ければ、あなたの想いが見える”と信じています。あなたの言葉をいろいろな視点で考え、言葉にできない気持ちを打ち明けられるよう、ずっと寄り添い続けます。生活や性格は人によって違います。今日のあなたも明日のあなたも、“認知症のあなた”ではなく“あなたはあなた”なのです。私たちがあなたらしさを大切に支えていきます。

3 どうしたんだろう? なんだか落ち着かない様子だなあ

あなたのサインを伝え続けてください

転んで寝たきりになったら…大変だなあ

何かやりたい?

体調が優れない?

トイレが近い?

近くに誰かいないと不安?

自分で動こうとしてるのってなんでだろう?

お散歩は心地良さそう

脳トレは集中してやってたっけ…そういえばスポーツが得意だったって話してくれたなあ

私はやらないわ

何かを作ったりはあまり好きじゃないみたい

試行錯誤しながら色々な事を一緒にやってみたら

自分の足で歩きたいよねえ

歩きたいさあ

これまでの様子や歩きたい本人の想いを家族に伝えて家族が抱える不安な気持ちを受け止めよう

転ばず歩ける場所を家族にみてもらう

家で安定して歩けるように本人と家族と一緒に考えていこう

あなたへのメッセージ

言葉にならなくても…上手に伝えられなくても…あなたなりの表現で、いっぱい語って下さい。それを一つひとつ、繋いでいきますから。繋ぎ合わせていくことが私たちの役目なので、諦めず伝え続けてください。今のあなたと、今まで生きてきたあなたを知ることで、想いに近づきます。

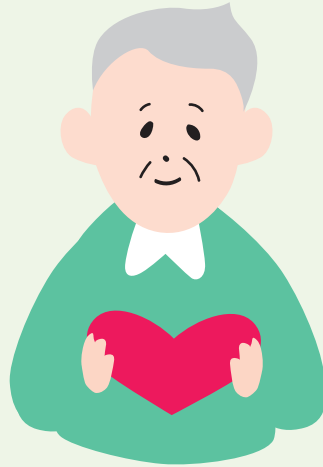
支援するわたしたちの宣言

一つひとつのサインに想いを馳せて、点と点を結んでいけるように、どんなサインも見逃さず、大切にしていきます。私たちは、あなたの想い、頑張る姿を、大切に受け止めて、あなたの大切な人や親しい人、支えとなる人へ、代弁しその想いを届けます。

下諏訪町認知症地域支援・ケア向上事業
認知症と診断されたあなたへ

だれにでもあるよ

あんな
思い



こんな
思い

何をするにも
「認知症だから」と
思われてしまう

まるで自分じゃない
感じがする

「同じ話を
何回もする」と
言われてしまう



支えるわたしから伝えたい

昔っから
気長に散歩して
くる人じゃのお

ちょっと
出掛けて
くるわい



ある日おじいさんは
“初期の認知症”と診断され
いつもの散歩も“徘徊”と
言われてしまいました

今帰ったよ



おじいさんの
気長な散歩も
“徘徊”に
なるのかのお…

いってらっしゃい

おかえり…なさい

“初期の認知症”と診断されたおじいさん、昨日と今日で何か変わってしまったのでしょうか？

一緒に考えてみませんか？

おたがいの想いを語り合いましょう

散歩に行っておれがない方がいいだろ

歳を取りゃみんな物忘れくらいある!!

馬鹿にしてるわけじゃないのに!!

そんな世話やくな!

世話をやかれるのは嫌だ

一人にできないから目が離せないのよ

気が気じゃないわ

本音は…

出掛けている間にかあちゃんが少しでも休めたらと思ったんだけどなあ

相手を想う気持ちって伝えているのかなあ

本音は…

とうちゃんのことを心配でねえ…どうしても気になっちゃうの

もっと気持ちにゆとりが持てるようにできないかなあ

慣れ親しんだ生活や遠慮無く過ごす時間って誰でも必要だよなあ

自由にならないのもお互いを思い合っているからなんだよなあ

二人が想いをゆっくり語り合える時間を作ってみよう

あなたへのメッセージ

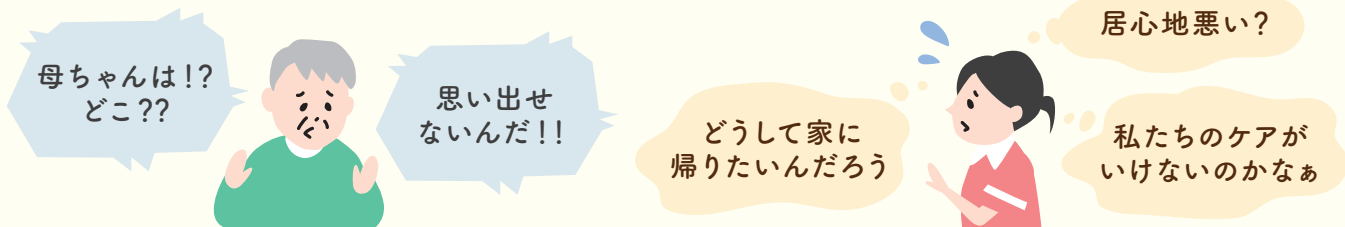
自分の想い続けていることが伝わらなかったり、うまく言葉にできず、何も言えなくなってしまうことはありませんか。それでも思ったこと感じたことを、どんな表現でも良いので語ってみてください。だって言葉にしづらい想いを言葉にしようとしているのですから、その気持ちはきっとみんなに伝わります。



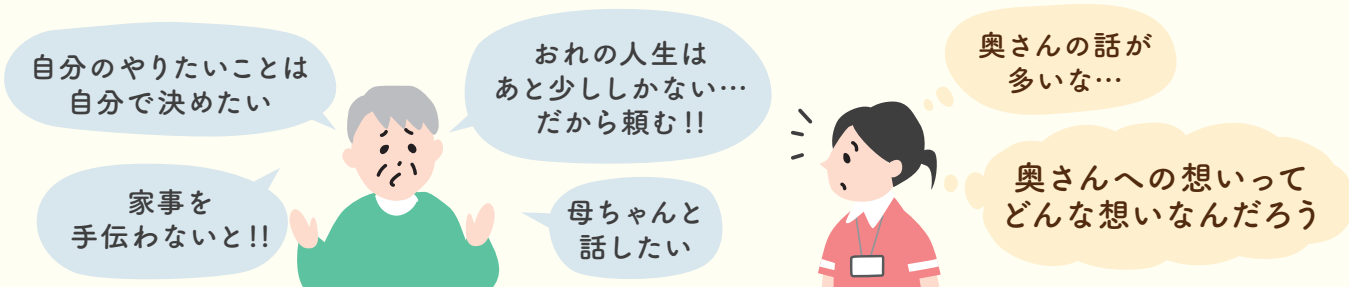
支援するわたしたちの宣言

認知症への不安や、気持ちがうまく伝えられなくても、あなたの想いに、私たちは気づいています。諦めそうになってしまうかもしれませんが、あなたの想いも、家族の想いも、お互いの気持ちが伝わり合えるように支えます。

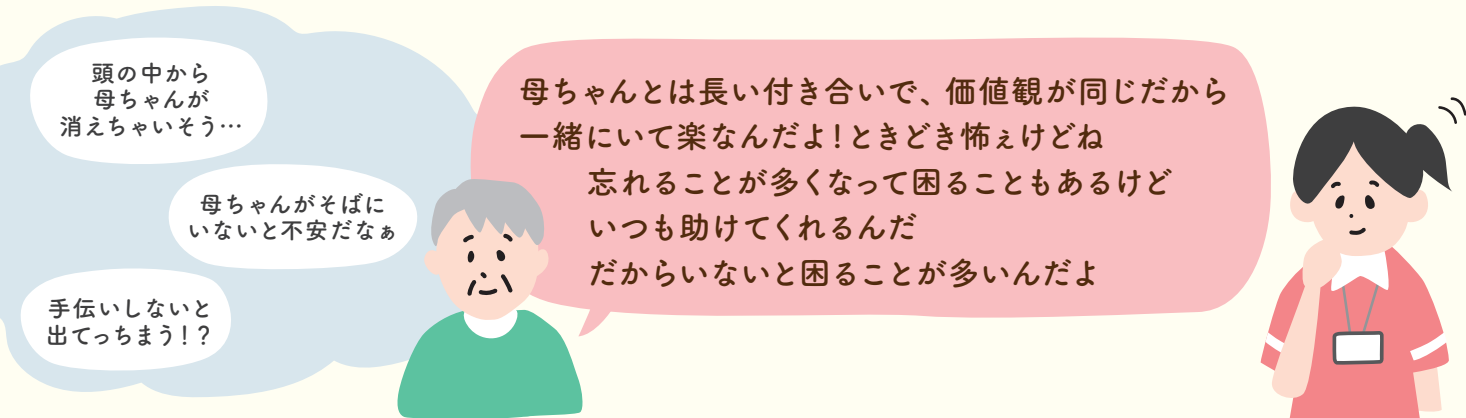
ありのままの気持ちを伝えてください



最初は、どうケアをしたら良いかばかり考えていたけれど、半年の時間をかけて、言葉を紡いでいったら想いが見えてきた…



うまく言葉にできないけれど…
帰りたかったのは、“母ちゃん”に対する想いからだったのかなあ



あなたへのメッセージ

大切な人を思い続ける気持ち、とても素敵です。相手もきっとあなたのことを想っています。「不安…」「苦しい…」そんなあなたの気持ちを、うまく言葉にできなくても、表情、行動、どんなサインでもいいので、諦めず、ありのままの気持ちを伝えてください。一人ではありません。理解してくれる人、話を聞いてくれる人、きちんと汲み取って味方になってくれる人は、あなたのすぐそばに必ずいます。私たちもそのひとりです!

支援するわたしたちの宣言

言葉だけでなく、気持ちにも心を寄せて、言葉にできないあなたの心の叫びやサインを見逃しません。“聴き続ければ、あなたの想いが見える”と信じています。あなたの言葉をいろいろな視点で考え、言葉にできない気持ちを打ち明けられるよう、ずっと寄り添い続けます。生活や性格は人によって違います。今日のあなたも明日のあなたも、“認知症のあなた”ではなく“あなたはあなた”なのです。私たちはあなたらしさを大切に支えていきます。

3 どうしたんだろう？ なんだか落ち着かない様子だなあ

あなたのサインを伝え続けてください

転んで寝たきりになったら…大変だなあ

何かやりたい？

体調が優れない？

トイレが近い？

近くに誰かいないと不安？

自分で動こうとしてるのってなんでだろう？

私はやらないわ

何かを作ったりはあまり好きじゃないみたい

お散歩は心地良さそう

脳トレは集中してやってたっけ…
そういえばスポーツが得意だったって話してくれたなあ

試行錯誤しながら色々な事を一緒にやってみたら

自分の足で歩きたいよねえ

歩きたいさあ

これまでの様子や歩きたい本人の想いを家族に伝えて家族が抱える不安な気持ちを受け止めよう

転ばず歩けるところを家族にみてもらおう

家の中で安定して歩けるように本人と家族と一緒に考えていこう

あなたへのメッセージ

言葉にならなくても…上手に伝えられなくても…あなたなりの表現で、いっぱい語って下さい。それを一つひとつ、繋いでいきますから。繋ぎ合わせていくことが私たちの役目なので、諦めず伝え続けてください。今のあなたと、今まで生きてきたあなたを知ること、想いに近づきます。

支援するわたしたちの宣言

一つひとつのサインに想いを馳せて、点と点を結んでいけるように、どんなサインも見逃さず、大切にしていきます。私たちは、あなたの想い、頑張る姿を、大切に受け止めて、あなたの大切な人や親しい人、支えとなる人へ、代弁しその想いを届けます。

冊子を読んで感じたことをみんなで考えてみよう！

 表紙のおじいさんとおばあさんはどんな思いだったのでしょうか？



帰り道が分からなくなったら、迷惑をかけてしまうかも
でも、散歩が徘徊なんて…いかにも悪いことしてるみたいだなあ



 3つの事例を見てあなたはどう感じましたか？

認知症の
わしの思い…
どう感じて
るかの
お



介護して
る私の
思い
分かる？



残しておきたい思い、伝えておきたい言葉はなんですか？

 また、あなたなら、どうしたいですか？

認知症に
なったら…



自分だったら
…こうして
ほしいかなあ



あなたが、「もしかして認知症？」と感じたら

私たち専門職にご相談ください

下諏訪町役場 健康福祉課 高齢者係・介護保険係

諏訪郡下諏訪町4613-8

☎0266-27-1111

社会医療法人 南信勤労者医療協会 地域連携相談センター

諏訪郡下諏訪町214

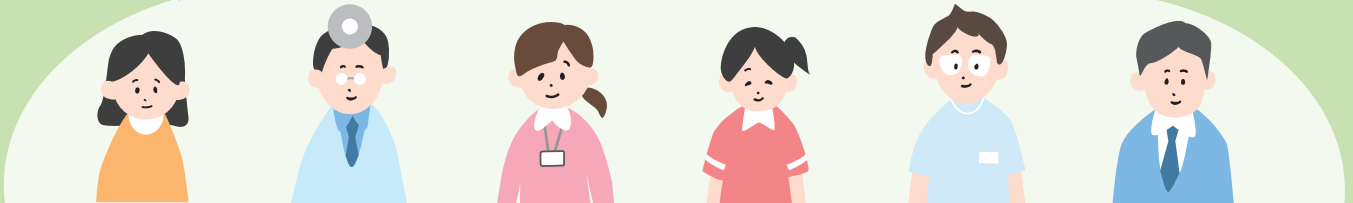
☎0266-28-3986

下諏訪町地域包括支援センター 認知症初期集中支援チーム

諏訪郡下諏訪町162-4

☎0266-26-3377

あなたの身近にも相談できる方がきっといます



あなたと同じ想いの方同士で語り合いませんか？

社協・生活応援センター

下諏訪町認知症地域支援・ケア向上事業

諏訪郡下諏訪町162-4

☎0266-27-8886

だれにでも
あるよ

あんな
思い

こんな
想い

支えるわたしから伝えたい

編集委員（敬称略・順不同）

社会医療法人 南信勤労者医療協会

諏訪共立病院 小島 より子
..... 保科 佑太

下諏訪町在宅介護支援センター 笹田 明仁

社会福祉法人 サンビジョン

在宅介護支援センターグレイスフル下諏訪 久保田 和江

認知症対応型通所介護

株式会社 結 みんなの家紙風船星ヶ丘 今井 よし恵
..... 中平 沙織

株式会社 介護センター花岡 坂戸 保

株式会社 ライフサービスオグチ

カーサ・デ・ソル諏訪湖 瀬川 陽子

下諏訪町地域包括支援センター 日高 希望

社会福祉法人 下諏訪町社会福祉協議会

居宅介護支援事業所 菊地 香代子

協力 特定非営利活動法人 やじろべー 宅老所 もくれん

発行 下諏訪町認知症地域支援・ケア向上事業
（事務局：社会福祉法人 下諏訪町社会福祉協議会）

平林 佑一朗 中村 裕二 森山 理英子 鳴海 朋夏

※本誌掲載の記事、イラストの無断複製・転載を禁じます