

認知症高齢者の介護をとおして良かったことは？

自分しかいないと思ったら
やるしかないと思えたこと。
自分自身が少し強くなった

親切なケアマネさんたちに
出会えてよかった



介護職員が苦労していること
が良く分かった

人間性の充実。気が長くなった

日常生活の中で予定を立てる
ことが困難になってきたこと
に気付いた後も、本人が安心
感をもてるよう心がけたこと

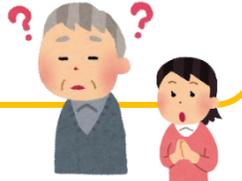
家族が精一杯出来たと思える
介護ができた



制度や社会資源や地域の取り組みなど、介護を して助かったことは？

にどわらして自分の想いが話
せて分かってもらえる人がい
るとのこと

近所の皆さんに知ってもらって
いるので、気付かず家を出て一人で
出歩いているときに
知らせてもらえる



周りには同じような家族が
いて話を聞けただけでも
一時的に安心できた



地域のスタッフ・先生方の
力を借りて大変助かった。
何事も隠すことなく話した



介護保険制度は大変役立った

ヘルパーと一緒にのリハビリ散歩
で気分転換が出来たこと

あったらいいなと思う制度や地域のしくみは？

不安なことがあれば気軽に相談
できる場所が近くにあること

地域の見守りが大事

自治会の公民館を利用して
体操やゲームなどをして
認知症を予防する

自治会単位で認知症相談員
の育成。リハビリ散歩の
協力者となる

介護者を助けるところ、
気軽に行けるところが
あれば助かる



老人会を通して
隣近所のつながりを

認知症の方に声かけをする
ように地域で取り組む



今後介護するであろう方々に伝えておきたいこと

家族が認知症になったら、寄り添って自分の気持ちを変えるしかない

まず受け入れること。不安な言葉を発しても「大丈夫だよ」と安心感を持ってもらう

デイサービス・ショートステイは利用できれば自分の時間が持てる

一人で介護せず、聞ける人の意見は全て聞き、自分の自由な時間を少しでも作りストレスを少なくすること

近所・自治会・老人会などに実情を知ってもらうこと

経済的に、体力に余裕を持つようにしたい

何かあれば地域包括支援センターに相談する



認知症の人と家族の会 にどわらし

開催場所	日時	問い合わせ先
社会福祉会館	毎月 第2水曜日 13:30~15:30	第四地域包括支援センター TEL 51-0700
片桐地区公民館	毎月 第1火曜日 9:30~11:30	第二地域包括支援センター TEL 55-7011
昭和地区公民館	毎月 第4金曜日 10:00~12:00	第三地域包括支援センター TEL 57-2233

悩みは、ひとりで抱えないで！

おかしいと思ったら、「かかりつけ医」や「地域包括支援センター」へご相談ください

認知症の人と家族の会 にどわらし 家族の声

「にどわらし」は『二度（にど）』目に『こども（わらし）』にかえるという意味で名付けられました。参加者どうして思いを語り合ったり、介護保険サービスの最新情報の学習などをとおして、ひとりで悩まず気持ちを楽しんで介護するための集いです。

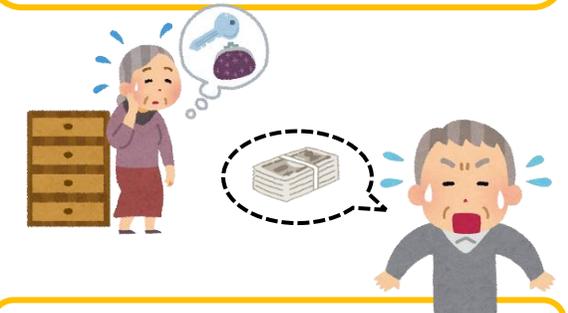
認知症高齢者の介護をとおして困ったことは？

夜と昼の区別がなく、睡眠がとれず、うつ病になり、人に代わってもらうこともなく不安がいっぱいで介護した

初期、なぜ忘れていたのだろう、頼んだことを忘れてしまっている原因・理由が分からない

施設の利用がスムーズに進まない

もの忘れが多く、いつも探し物をしている。何でも他人のせいにする



一定の物事にこだわり、他に向けるのが大変

よく歩いてくれるが、時々夕方遅くなってどこにいるかわからないことがある

お金がなくなると、何回も家に来られて困った



時々、私自身本人に対してストレスがたまってきた時など、どうしたらいいのかと思っている



自分の体力が次第に萎えて、気が焦る