



オレンジガイド



～認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して～

今回は認知症の人がどのような感情を抱えているのかをお伝えします。

認知症と診断されたときの本人の気持ち

認知症と診断された際に抱く感情は、人によってさまざまです。物忘れに気付き、自覚を持ってかかりつけ医に相談する人もいれば、認知症という病名を受け入れられない人もいるでしょう。また、認知機能の低下に対する戸惑いや将来への不安があり、自分の病気によって家族に迷惑がかかることを「申し訳ない」と感じる人もいます。認知症であるという事実に対して大きなショックを受けるのは、当然で無理のないことです。

認知症の症状による本人の気持ち

記憶障害による 焦燥感

物事を覚えることや覚えておくこと、思い出すことが難しくなることから、不安や焦りを感じ、自信を失う場合もある

判断力や決断力の 低下による不安感

仕事や家事など、普段何気なく行ってきたことに失敗がみられるようになることから、「自分は何もできない」「周囲の期待に応えられない」など、不安や戸惑いを感じることも少なくない

コミュニケーションの 困難による孤独感

言葉や文章を理解したり、自分の考えや気持ちを表現したりすることが難しくなることから人との会話に対して恐怖心やストレスを抱き、コミュニケーションそのものが嫌になってしまう場合もある

周囲の対応のポイント ～本人の立場に立って考える姿勢～

不安や戸惑いを感じやすいとされているため、本人の気持ちに寄り添うことはとても大切です。気持ちを知ることが適切なコミュニケーションにつながり、一緒に生活をする方にも良い影響を与えます。

本人の気持ちをできるだけ理解することで、コミュニケーションの取り方や、生活をともにする方の気持ちも良い方向へ変化する可能性があります。本人の思いやつらさを完璧には理解できなくても、本人の立場に立って考える姿勢が大切です。

自宅に閉じこもるような状況になると、認知機能の低下が進んでしまうおそれがあります。そのため、認知症と診断された際には、周囲の協力を得ながらこれからの生活について考えることが大切です。

次回、コミュニケーションにおいてのポイントをお伝えしていきます。

相談窓口

湯沢町地域包括支援センター（福祉介護課） ☎ 025 - 784 - 3000

認知症疾患医療センター（旧ゆきぐに大和病院） ☎ 025 - 788 - 1277



苗場カフェ「ゆきわりそう」

7月15日（火）午後2時～

場所・問 健康倶楽部ゆざわ

☎ 025 - 787 - 1101

地域で暮らす認知症の人やその家族を応援する『認知症サポーター』養成講座を行っています！
希望の方は湯沢町地域包括支援センターへお問い合わせください。

