

中野区ホームページ ▶ <http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/>

特集

## 認知症に やさしいまち・ なかの

～住み慣れた地域で  
暮らし続けられるように～

この写真は、9月のある日の公園での1枚。散歩中に「トンボが飛んでいるよ」と話し掛け、認知症の妻(60歳)に寄り添う方(左の男性)に話を聞きました。

—どのような状況で認知症と判明したのですか。

「私の妻は、52歳ごろに若年性アルツハイマー病と診断されました。気付いたのは『夕食を作りたくない』『受けた電話の伝言が伝えられない』という事からでした。この時ほど『誤診』を願ったことはありません」

—家族としてどう受け止めましたか。

「世間の誤解の目が気になり、自分の偏見もあってばれるのが恥ずかしく、私を与えたストレスから脳神経が萎縮してしまったのではないかと自責の念に駆られ、どう親戚に伝えたらいいのか等、さまざまな思いが交錯しました。私は時間の融通をつけるために会社を退職し、いろいろ思い描いていた温泉ざんまいもグルメ旅行も諦めました」

—どのように過ごしてこられたのですか。

「若年性認知症専門デイサービスにほぼ毎日通い、そこでの交流を楽しんでいましたが、発病当初は若年性アルツハイマー病に詳しい医師がどこにいるのかも分からず、不安でした。また、『妻より先に死ねない』という精神的圧迫感も相当なものでした。現在は小規模多機能デイサービス(※)に代わり、休日はなるべく公園で散歩するなど運動の機会を補うようにしています」

—安心して暮らすために必要なことは何でしょうか。

「若年性認知症になる方は40～50代が多く、男女とも『社会と家庭から期待された役割ができなくなる』こととなります。高齢者の持つ問題とはまた違う面があるので、ケアは一緒ではなく、『介護を背負う立場の家族が日中、安心して職場や学校に通えるような機能を持った施設と仕組みが必要である』と思います」

(談・ニックネーム 千のリキュールさん 68歳)

※小規模多機能型居宅介護は、「通い」(デイサービス)を中心に、利用者の選択に応じて「訪問」や「泊まり」のサービスを組み合わせて利用でき、少人数の家庭的な雰囲気の中で、日常生活上の介助や機能訓練などのサービスを受けることが可能

5 …… 区からのお知らせ

9 …… 情報スクエア  
(公共機関・民間団体からのお知らせ)

10 …… 秋のおまつり

12 …… 高齢者・介護情報

12 …… 子ども・子育て・教育

15 …… 健康・福祉  
(休日当番医・当番薬局 ほか)

認知症へのみなさんの理解と支えあいの輪を  
広げるためにできることを考えてみましょう

