



～いつまでも ころろ豊かに このまちで～



2025 年 8 月 改訂版

河内長野市

はじめに

この「あったか安心マップ」は、認知症とともに生きる方々が、先行きの不安を少しでも解消し、住み慣れた地域で社会に参加し、いきいきと豊かに、**安心**して暮らし続けていただくために作成されたものです。

認知症は脳の病気によるもので、誰もがなる可能性があり、またその家族にも誰かがなる可能性があります。つまり、誰もが「当事者」とも言えます。

認知症のご本人やご家族が尊厳と希望を持って暮らしていけるように、みなさまが他人ごとではなく自分ごととして考え、優しく**あったかい**気持ちで関わりを持ってくださることを願っています。



認知症のご本人を支えるご家族、地域の方々へ

認知症は、ご本人を取り巻く環境によって症状の現れ方や経過が異なってきます。環境を整えることで状態の悪化を防ぎ、進行を遅らせることは可能です。

また、認知症により記憶が途切れがちになっても、心は豊かに生きています。気持ちを言葉でうまく表せないことがありますが、楽しい、うれしい、感謝の気持ち、怒りや悲しみ、悔しさなど、その思いは変わりません。認知症と格闘しているご本人の声を聴き、思いを理解することが、ご本人にとってのよいサポートとなります。そして、介護しているご家族やまわりの人たちの負担を軽くするための鍵となります。



目 次

すべての方に	5
--------	---

I 認知症ケアパス

○認知症ケアパスとは	5
○河内長野市認知症ケアパス（2022 年改訂版）	6・7

II 認知症を正しく理解しましょう

○認知症ってどんな病気？	8
○高齢化と認知症	8
○脳の働き	9
○認知症の原因となる病気	9
○主な認知症の種類	10
○認知症の発症予防・進行予防のために	11
○認知症と加齢によるもの忘れの違い	12
○軽度認知障がい（MCI）	12
○認知症の症状	13

若年性認知症について	14
------------	----

○若年性認知症とは	14
○原因疾患	14

認知症と診断された方・認知症が心配な方に	14
----------------------	----

III 認知症の早期診断・早期治療のために

○認知症チェックシート（ご本人用）	15
○早期受診のメリット	16
○医療機関の受診について	16

IV いつまでも自分らしく暮らすために

○生活の工夫	17
○好きなこと やりたいことを大切に	18
○仲間との出会いを	19

この冊子の中の情報は、2025 年 8 月 1 日時点のものです。

認知症の方を支えるご家族に 20

V 認知症介護のポイント

- 家族が認知症と診断されたら 21
- 家族がたどる4つの心理ステップ 21
- 行動・心理症状の理由 22
- 認知症と穏やかにつきあっていくポイントは？ 23
- 介護の工夫 24
- おすすめストレス解消法 25
- 認知症チェックシート（ご家族用） 26

認知症のご本人・ ご家族をサポートする機関や制度など 27

VI できるだけ早くからつながりを持ちましょう

- 相談場所（地域包括支援センターなど） 27
- 認知症のご本人やご家族の集いの場（まちかどカフェ・ほんわかくらぶなど） ... 30
- 地域のサポート（認知症高齢者SOSネットワーク・認知症サポーターなど） ... 32
- 使える制度 39
- 認知症のご本人とご家族を支援してくれる医療機関 40
- 認知症のご本人とご家族を支援してくれる医療機関（歯科） 42
- 認知症のご本人とご家族を支援してくれる薬局 43



住み慣れた地域で自分らしく 安心して生活するために

河内長野市認知症と共に生きる まちづくり条例を制定

認知症の人やその家族が気軽に相談できる環境を整備しながら、さらなる幅広い支援施策や、まちぐるみで「認知症と共に生きるまちづくり」を推進するために、令和3年6月に条例を制定しました。

- ① 認知症の予防を含めた認知症に関する正しい知識や理解の普及促進に努め、認知症の人やその家族の視点に立った地域づくりを目指します。
- ② 各主体がそれぞれの責務や役割を認識し、相互に連携することにより、認知症の人やその家族が安心して暮らし続けることができる地域づくりを目指します。
- ③ 認知症の人が自らの意思により、その能力を最大限に活かしながら社会参加をすることができる地域づくりを目指します。

市民・事業者のみなさんの役割

認知症への理解、本市が推進する認知症に関する施策や各主体が実施する取り組みへの協力

市の責務

認知症の人の視点を反映したまちづくり施策の総合的な実施、認知症に関する施策の実施については、市民や事業者、関係機関と連携・協働して取り組む



I 認知症ケアパス

認知症ケアパスとは

「認知症ケアパス」とは、認知症の人の状態に応じた適切なケアの流れをまとめたものです。（6・7ページ）

認知症の人と家族が、住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らすために、この認知症ケアパスをご活用ください。

また、この「あったか安心マップ」には、必要な時期に必要な対応ができるよう、下記の5つの分類に分けて様々な情報を掲載しています。

すべての方に

若年性認知症について

認知症と診断された方・認知症が心配な方に

認知症の方を支えるご家族に

認知症のご本人・ご家族をサポートする機関や制度など

認知症ケアパスと合わせて、ぜひご活用ください。



河内長野市 認知症ケアパス (2022年改訂版)

	MC I (認知症の前段階)	認知症軽度
 本人の様子	● 日常生活は自立している ● 何度も同じ話をすることがある ● 日付を間違えてしまう ● もの忘れの自覚がある ● 指摘されると取り繕ったり否定することがある ● 何をするにも億劫になる ● 約束を忘れてしまう	● 数分前の事を忘れてしまう ● 同じ物を購入してしまう ● 薬の飲み忘れが増える ● 財布や保険証など大事なものを失くしてしまう ● 不安や苛立ち、抑うつ ● 趣味や日課が億劫になる ● 地域への参加が減る
 本人・介護をする人へ	● 物忘れが気になり始めたら、早めに病院を受診し、医師へ相談しましょう ● 楽しみを持ち、社会参加できる機会を増やしましょう ● 生活の様々な工夫を自分なりに作ってみましょう ● 家族も勉強会に参加して認知症の正しい知識や接し方を学びましょう	● 身近な人に病気のことを伝え、サポート体制を作りましょう ● 介護サービスの利用を考え、相談機関に相談しましょう ● 進行しても自分が望む生活が送れるように話し合っておきましょう ● 病気の事を安心して話せる仲間を作りましょう ● 火事が起きないように火の始末には注意し対策を練りましょう
 より良い毎日のための生活上のポイント	◆ 本人はむやみに落ち込まず、健康状態を整えましょう ◆ 適度に運動し、外に出て行くことが良い影響を及ぼします ◆ 家族は本人の話を否定せず、失敗を指摘しないようにしましょう。本人の不安が和らぎます	◆ 不安は抱え込まずに相談しましょう ◆ 生活を工夫して不安を少なくしていきましょう ◆ 家族は物忘れや間違いを訂正するより、さりげないサポートを心がけましょう

認知症中等度～重度		ターミナル期
● 話す、聞く、理解する力が段々弱くなる ● 季節に応じた服を選んだり、着方が分からなくなる ● 時間や場所が分からなくなる ● よく通う場所で道に迷う ● トイレの場所を間違える ● 入浴するも洗い忘れや洗い残しが出てくる ● 火の不始末や水の出っぱなしが増える ● 着替えや食事がひとりでは難しい ● 排泄の失敗が増える		● 言葉が減り、話しかけても理解が難しい ● 表情が乏しくなる ● 飲み込みが難しくなり肺炎を起こしやすくなる ● 過去の記憶が残り、現実の自分との区別が難しくなる
● 困ったことは周りの人に伝えましょう ● 身体的な介護が増える時期です。介護のコツや工夫を学んで活用しましょう ● 家族の会や勉強会へ参加し、同じ立場で話せる人をみつけましょう ● 金銭管理や財産管理について考えましょう (成年後見制度の利用) ● 今後の生活の場について話し合っておきましょう ● 本人の状況に合わせた医療や介護サービスを利用しましょう		● 終末期の栄養補給や延命措置、医療をどのように行うか、どこで最期を迎えるか本人の視点にたって相談しましょう
◆ 本人は何もかもわからなくなっているわけではありません。気持ちや意向を聞きサポートしましょう ◆ 日々の介護で感じた不安や心配は溜め込まず、誰かに相談しましょう ◆ 趣味や友人との交流など自分の時間を大切にしましょう	◆ 本人が不安、不快にならない言葉かけや介助方法を見つけると、スムーズな介助が可能になります ◆ 本人が安心できる環境づくりを心がけましょう ◆ 体調不良が症状に影響を与える場合があります。健康管理を十分に行いましょう	◆ 発語がなくなり表情が乏しくなっても、心の中には豊かな感情が残っています。スキンシップや、やさしい言葉かけ、好きな歌などでコミュニケーションをとりましょう

Ⅱ 認知症を正しく理解しましょう

認知症ってどんな病気？

いろいろな病気が原因で脳の細胞が壊れ、働きが悪くなったため、認知機能（記憶・言語・理解力・判断力など）が低下し、生活するうえで支障が出ている状態をいいます。（概ね6か月以上継続）

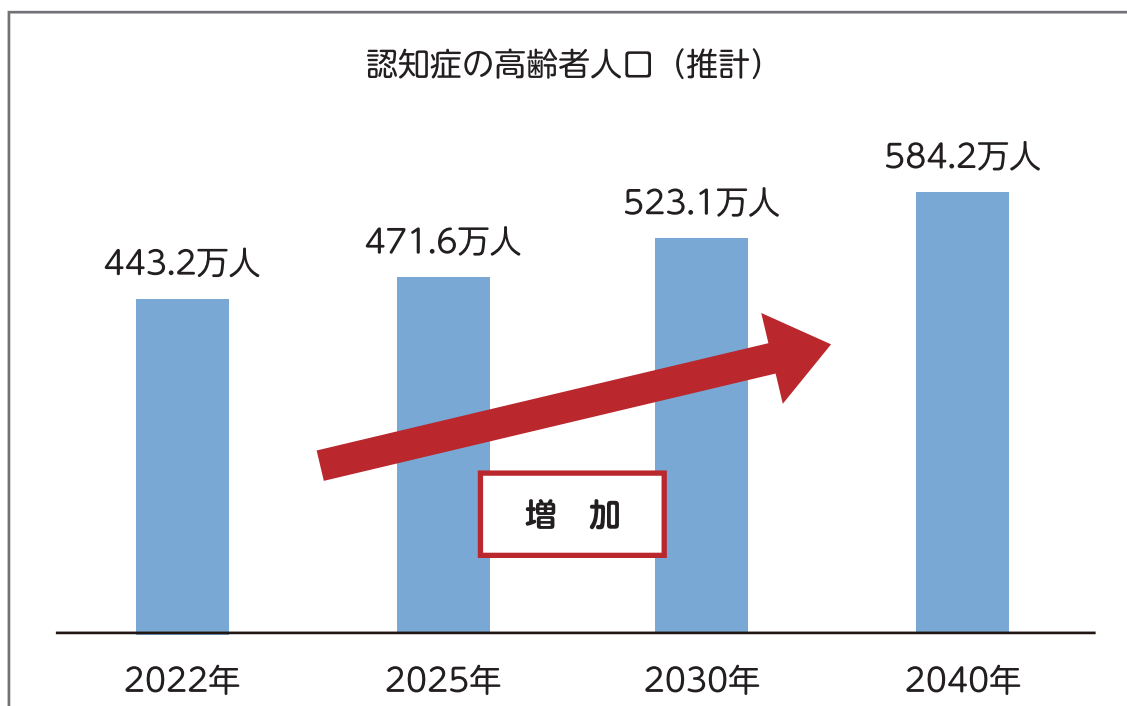


高齢化と認知症

**2050年には認知症患者数は586.6万人
MCI者数は631.2万人と推計**

高齢になればなるほど認知症を患う確率は高くなります。認知症は、特別な病気ではなく、誰にでも起こりうるありふれた病気です。

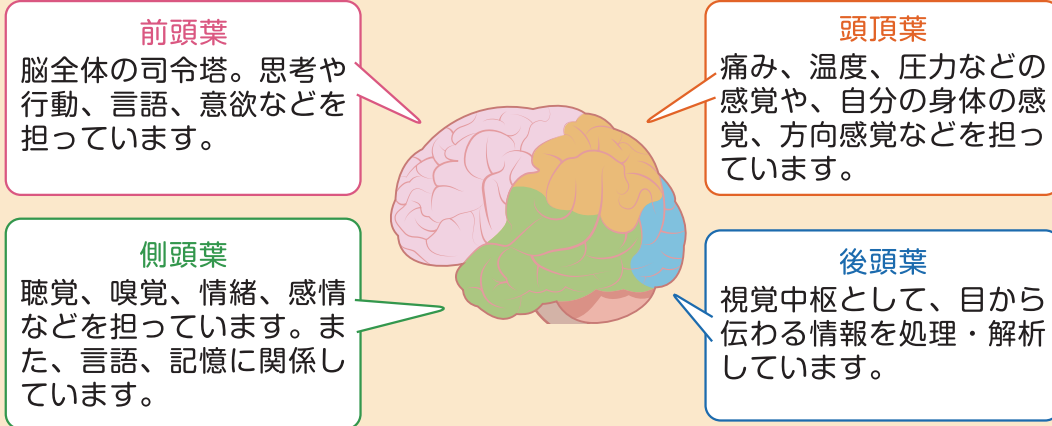
みんなが認知症を正しく理解し、助け合える地域社会を作ることが大切です。



出典：「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究」
（令和5年度老人保健事業推進費等補助金 九州大学 二宮利治教授）より

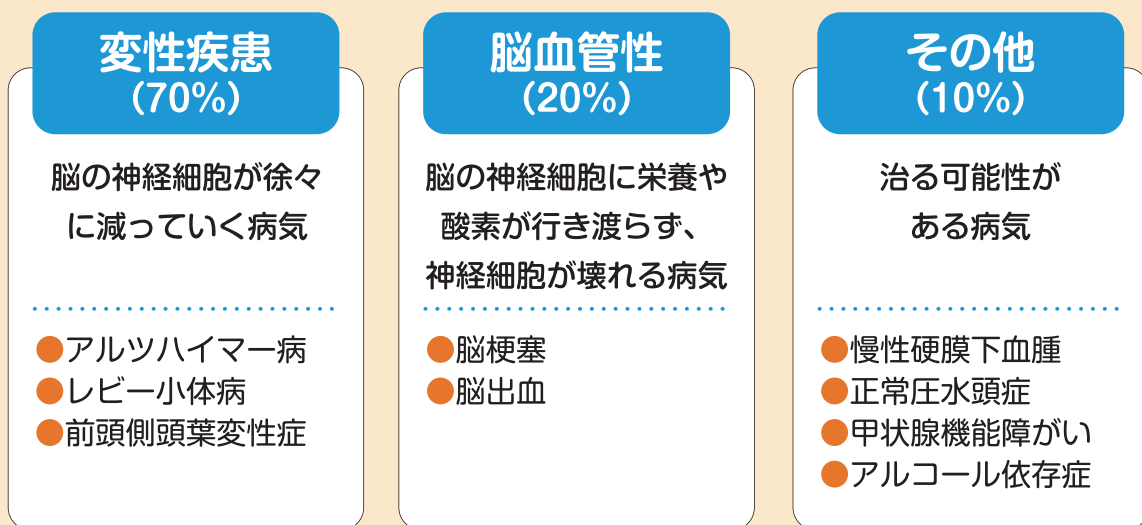
脳の働き

脳は、場所ごとに違う機能を担っています。



脳の障がいは、目で見ることができないため、家族やまわりの人が認知症を正しく理解し、対応することが大切です。

認知症の原因となる病気



治る病気もあるため、早期に受診し診断を受けることが大切です。

主な認知症の種類

● アルツハイマー型認知症

脳の中に異常なたんぱく質が溜まって神経細胞が失われていく進行性の病気です。発症と進行はゆっくりで10～20年の長い経過をたどります。記憶障がいが強くあらわれます。

症 状 意欲の低下、物を頻繁に探す、約束を忘れる、不安、うつ、被害妄想、月日や場所・人の認識が曖昧になる、最近のできごとを記憶できないなど

ポイント 古い記憶や身体で覚えていることは長く保たれます。慣れた家事や作業などは継続して役割や楽しみを持ちましょう。
また不安感が強いため、安心できる環境や言葉かけが重要です。

● 脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血のため、その部分の脳の神経細胞が壊れてしまい後遺症として認知症を発症します。ダメージを受けた部位によって症状は異なり、段階的に進行します。

症 状 身体の麻痺、言語障がい、感情障がい、自発性の低下、抑うつ状態、理解・判断力の低下、記憶障がい、できることできないことの差が大きいなど

ポイント 高血圧や糖尿病、脂質異常症などの基礎疾患の治療を受け、食事や運動など生活習慣を整え、再発防止を心がけましょう。

● レビー小体型認知症

脳の中にレビー小体というたんぱく質が溜まって神経細胞が失われていく進行性の病気です。

症 状 実際にはないものが現実のように見える、一日の中で認知機能の差が大きい、便秘・血圧の変動・たちくらみなどの自律神経機能障がい、手足の震え・身体が硬くなるなどのパーキンソン症状

ポイント 幻視を否定せず、それがどんなものか十分に話を聞きましょう。
環境を整備し、見守りや声かけを心がけ、転倒防止に努めましょう。

● 前頭側頭型認知症

症 状 同じ時間に同じコースを歩く、同じ話ばかりする、家事をしなくなる、周囲や他者への配慮や礼儀に欠けるなどの性格の変化など初期には、ものの忘れは目立たない。

ポイント 安心できるなじみの関係をつくりましょう。
周囲の環境に影響されやすいので騒音などに注意しましょう。
周囲に迷惑が及ばない行動はなるべく見守ってください。

認知症の発症予防・進行予防のために

認知症になることを完全に防ぐことはできません。しかし、認知症を発症するリスクを減らすことは可能であると言われており、生活習慣病の予防が重要であると言われています。

- 糖尿病、高血圧、脂質異常症などの治療を受け、健康管理をしましょう。
- バランスのとれた食事や適度な運動など、生活習慣の見直しも大切です。

ちょっとした工夫で脳を活性化！

役割や楽しみ

ストレスなく楽しめる活動は、脳の活性化につながります。慣れた家事作業や、歌、写真、踊りなどの趣味活動や、動物の世話をやってみるのもよいでしょう。

人との交流

できるだけ外に出て、人と話すこと、笑うことが脳への良い刺激になります。そして、認知症になっても、これまでの交流を続けることは大切です。まわりの人にも理解を求めてみましょう。人とのつながりを実感することで、心も体もよい状態を保つことができます。

生活リズムを整える

- ・三食バランスの良い食事
- ・適度な水分補給
- ・便秘の予防と改善
- ・適度な運動

生活のリズムを整えることで、体調が整いストレスの少ない毎日を送ることができます。

脳に刺激を

- ・囲碁や将棋、ゲームなど
 - ・簡単な料理や家事作業
 - ・新聞を読むことや日記をつける
 - ・散歩しながら、頭を使う（しりとりなど）
 - ・お口の健康管理も重要
- 楽しく脳に刺激を与え、活性化しましょう。

だんご！

ごりら！



認知症と加齢によるもの忘れの違い

加齢によるもの忘れ	認知症の記憶障がい
体験の一部を忘れる (食事の内容を忘れる)	体験の全体を忘れる (食事したこと自体を忘れる)
ヒントを与えられると思い出せる	ヒントを与られても思い出せない (取り繕うことがある)
もの忘れを自覚している	もの忘れの自覚に乏しい (誰かに盗られたということがある)
時間や場所など見当がつく	時間や場所などの見当がつかない
日常生活に支障はない	日常生活に支障がある (大事な約束を忘れる・物をなくすなど)

軽度認知障がい (MCI)

認知症の一手手前と言われる状態で、認知症のような記憶障がいがあるものの、症状はまだ軽く自立した生活ができます。

早期に気づき対策を行うことで改善が見られたり、認知症の発症を遅らせることができる可能性があります。

この段階で
病院へ！

MCIチェック！

- ☐ 約束をよく忘れるようになった
- ☐ 趣味への興味がなくなった
- ☐ 服装に気を使わなくなった
- ☐ 家族や周囲の人との会話が少なくなった
- ☐ 日常生活のことは自分でできる



認知症の症状

大きく分けて2つあります

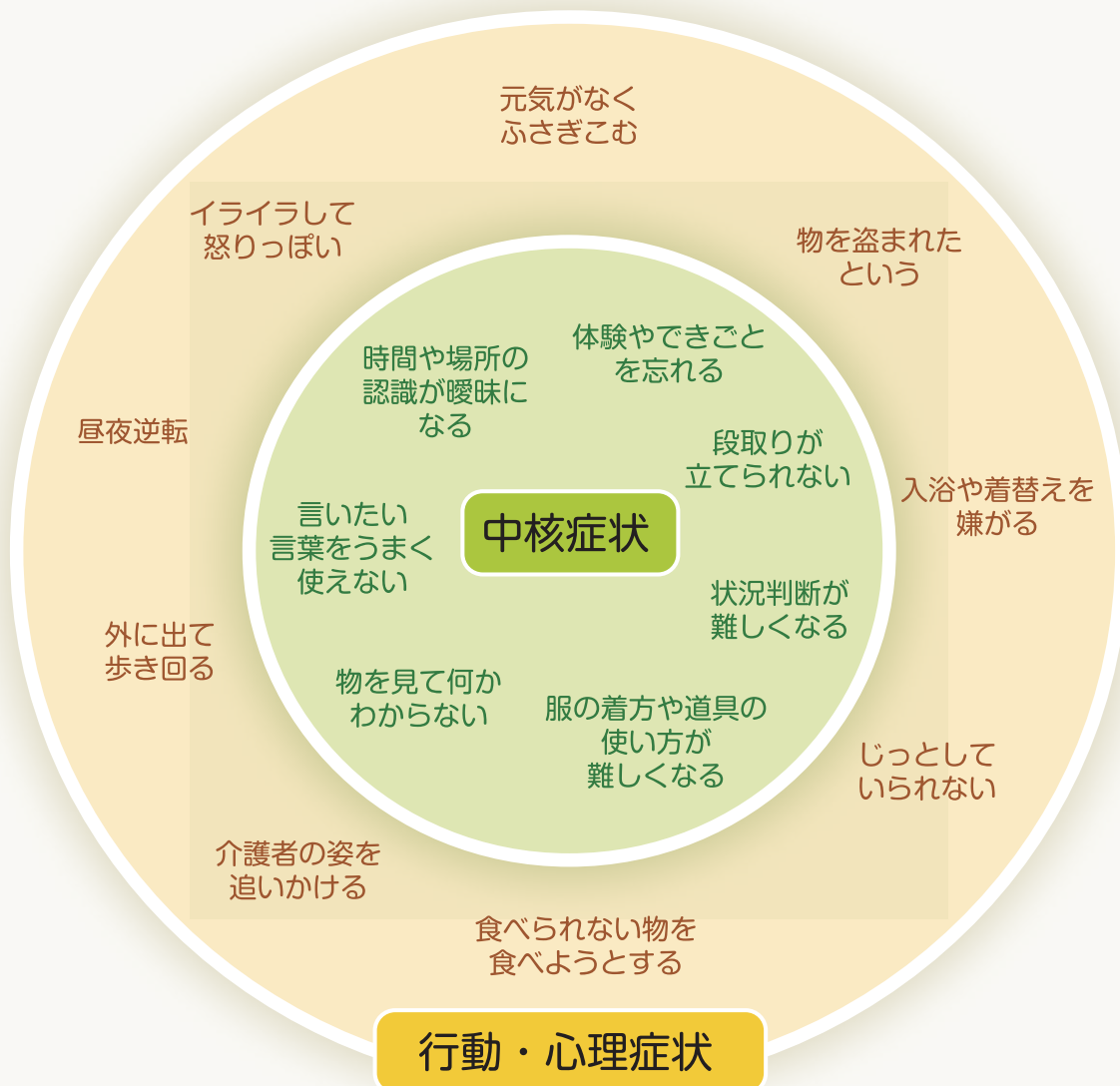
「中核症状」と「行動・心理症状」

中核症状

原因となる病気で脳が障がいされることによって、必ず起きる症状。病気の進行とともに中核症状も進行します。

行動・心理症状

心や健康状態、個人の性格や生活習慣、環境などの影響で現れる症状。必ず現れる症状ではありません。適切な接し方や、心と体の環境を整えることで症状の予防、緩和が可能です。



「行動・心理症状」は SOS のサインです

若年性認知症について

若年性認知症とは

認知症は高齢者に多い病気ですが、年齢が若くとも発症することがあり、65歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りの年代で発症するため、ご本人だけでなく、ご家族の生活にも影響が大きいと考えられ、早期発見・早期対応が必要です。

○全国における若年性認知症者数は、3.57万人（推計）

○18～64歳人口における人口10万人当たり若年性認知症者数（有病率）は、50.9人（推計）

出典：日本医療研究開発機構認知症研究開発事業による「若年性認知症の有病率・生活実態把握と多元的データ共有システムの開発」（令和2年3月）

原因疾患

若年性認知症の原因となる疾患としては、アルツハイマー型認知症、血管性認知症、前頭側頭型認知症、外傷による認知症、レビー小体型認知症などによる認知症などがあります。

認知症と診断された方・認知症が心配な方に



Ⅲ 認知症の早期診断・早期治療のために

認知症チェックシート（ご本人用）

認知症にはいろいろな症状があります。

このチェックシートは認知症の初期によくみられる症状をまとめています。

●以下の質問の該当するところにチェックしてください。

1. ☐ 「もの忘れがひどい」「同じことを何度も話す」とまわりの人に言われることが増えた。
2. ☐ ものを探すことが増えた。
3. ☐ 薬を飲んだかどうか思い出せない。
4. ☐ 約束の時間や場所をよく間違えるようになった。
5. ☐ 必要なものを買い忘れたり、同じものを買ってしまうことが増えた。
6. ☐ 目的地への行き方がわからないことがある。
7. ☐ メモや文章を書くことがわずらわしくなってきた。
8. ☐ 相手の話の内容がわかりづらくなってきた。
9. ☐ 以前と同じように家事・用事を行う気力が出ない。
10. ☐ 趣味や楽しみに対する関心がなくなった。
11. ☐ 人との付き合いがおっくうになってきた。
12. ☐ 家で何もせず、じっとしていることが増えた。
13. ☐ ささいなことでイライラしやすくなった。
14. ☐ 気分が落ち込みやすくなった。
15. ☐ 強い不安におそわれることがある。

2個あてはまれば、相談場所（27ページ）で相談してみましょう！

早期受診のメリット

- 治る病気が原因かもしれません。その場合は、治療すれば改善します。
- アルツハイマー型認知症の場合は、服薬で進行を遅らせることができます。
- 脳血管性認知症の場合、糖尿病や高血圧などの治療をすることによって進行や再発を防ぐことができます。
- 初期の段階であれば、ご本人の理解・判断力は十分あります。今後の生活について自分の意思や意向をまわりに伝えておくことができ、病気の進行に備えておくことができます。
- リハビリで脳の活性化を図ることで、ゆるやかな進行が期待できます。

医療機関の受診について

どこで診察してくれるの？

① 専門の医療機関

精神科・神経内科・心療内科

- 認知症疾患医療センター
- 認知症サポート医



② かかりつけ医

普段の状態をよくわかっているかかりつけ医に相談し、必要な場合は専門医を紹介してもらいましょう。専門医の鑑別診断後、かかりつけ医に通院して治療することもできます。

診察の内容を教えてください

① 問診

本人や家族から症状や日常生活について聴き取ります。これまでの経過や心配ごとをまとめておくともスムーズです。

② 認知機能検査

記憶やその他認知機能に関する検査をします。

③ 血液検査

認知症に似た症状をきたす病気がないか調べます。

④ 頭部画像検査

CTやMRIで脳の状態を調べます。SPECTやPETで脳の血流検査を行う場合もあります。

どんな薬があるの？

アルツハイマー病を根本的に治療するものではありませんが、進行を遅らせたり、症状を緩和させる効果があるといわれています。効果には個人差がありますので主治医とご相談ください。

● 認知症のお薬

- ドネペジル（アリセプト）
- ガランタミン（レミニール）
- リバスチグミン（イクセロン、リバスタッチ）
- メマンチン（メマリー）
- レカネマブ（レケンビ）

● 行動・心理症状のお薬

- 抗精神薬、抗不安薬
- 抗うつ薬、睡眠薬
- 脳循環代謝改善薬
- 漢方薬



Ⅳ いつまでも自分らしく暮らすために

生活の工夫

認知症の方の体験をもとに、いくつか紹介します。

☆まずは、家の中を片付ける

認知症と診断されたら、まず家の中の整理整頓をしましょう。
思い切って不要なものは処分し、棚にはラベルを貼っておくと、どこに何があるのかがすぐに分かります。

☆カレンダーに予定を記入する

予定を忘れてしまう時は、目につくところにカレンダーを貼って、毎日確認できるようにすると安心です。スマホを使用される方は、スマホでスケジュール管理されている方もいます。



おでかけの時は…

☆必要な物をチャック付きの袋にまとめて、決まった場所においておく

透明かメッシュの中が見える袋がおすすめです。

☆困った時のために、住所などが分かるものを持っておく

カードに記入したり、ヘルプマーク（39 ページ）を利用してもいいでしょう。



買い物の時は…

☆同じものを買ってしまわないように、買い物リストを持って行く

☆空いている時間に買い物に行く

☆困ったら、思い切って店員さんに助けを求める

思った以上に親切に対応してもらえますよ。



☆のんびり ゆったり マイペースで

おどろいたり、緊張したり、疲れたり、ストレスがかかると頭が真っ白になってしまい、調子が悪くなることがあります。

頭と体を休めると、すっきりして元気に過ごせます。疲れすぎないように、自分のペースをつかんで、のんびり ゆったり過ごせるように調整しましょう。

☆生活リズムを整える

昼夜逆転しないよう、生活リズムを整えて、毎日のタイムスケジュールを決めましょう。



好きなこと やりたいことを大切に

これまで人生を歩んできて、自分の人生の主人公は自分自身であり、それは認知症になったからといって変わることはありません。

毎日の暮らしの中で、あなたの大切にしたいことは何でしょうか。

「家族にごはんを作ってあげたい。」「書道を続けたい。」「孫の成長を見守りたい。」

「毎年、旅行に行きたい。」「趣味の写真を続けたい。」「愛犬の世話をしたい。」

「畑で野菜を作って、家族にあげるのが楽しみ。」など。

思い切って、今までやりたかったことにチャレンジしてみるのもいいですね。

わたしの大切なこと・やりたいことメモ

今、あなたが思っていることを記入しておきましょう。(年 月 日)



仲間との出会いを

～認知症 M I R A I づくりミーティング～

認知症介護を経験した家族、ボランティア、医師、介護の専門職が集まってスタートした会です。

認知症と上手につきあい、少しでも楽に暮らせるための知恵や工夫を様々な視点から発信しています。

奇数月は、みんなで話し合っってプチ遠足やカラオケ、料理を作ったりしています。偶数月は、本人ミーティングの会『**ほんわかくらぶ**』を開催しています。また、毎月個別相談会を実施したり、認知症を知るための講演会・勉強会を開催したり、家族による体験談を伝えるなど、様々な広がりを持った会を目指しています。

【問い合わせ】 認知症 M I R A I づくりミーティング

原田 宏子さん 090-9693-9080



本人にとってのよりよい暮らしガイド

一足先に認知症になった私たちからあなたへ

認知症になった体験をもとに、診断を受けた後に絶望せずに、自分なりによりよい日々を暮らしていくためのヒントをまとめた冊子です。

一般社団法人

日本認知症本人ワーキンググループ – J D W G
のホームページからダウンロードできます。

<http://www.jdwg.org/>



認知症の方を支えるご家族に

生活の工夫

これ以上進行しないようにするには、どうしたらいい？
⇒ 11 ページへ

歯の治療を受けさせたいけど嫌がったりしないか心配。
⇒ 42 ページへ

受診について

認知症と診断されたけど、これからどうなっていくか心配。
⇒ 21 ページへ

薬の飲み忘れが増えてきた。まとめるなど工夫はできないかしら？
⇒ 43 ページへ

病院はどこへ連れていけばいいのだろう…？
⇒ 40・41 ページへ

早期気づき

なんで何度も同じことを聞くのか…行動の理由が分からない。
⇒ 22 ページへ

接し方にコツはあるの？
⇒ 23 ページへ

認知症かどうか心配。家族が簡単にチェックできる方法は？
⇒ 26 ページへ

集いの場

本人と一緒に気軽に出かけられるところはない？
⇒ まちかどカフェ 30 ページへ

学びの場

同じ体験をしている人の話を聞いてみたい。
⇒ 24・25 ページへ
⇒ まちかどカフェ 30 ページへ
⇒ 家族の会 31 ページへ

相談はどこにすればいいの？
⇒ 27 ページへ

認知症のことを学びたい。
⇒ 認知症サポーター養成講座 36 ページへ
⇒ おれんじくらぶ 31 ページへ



V 認知症介護のポイント

家族が認知症と診断されたら

- ご家族も一緒に、担当医師の説明を聞きましょう。
- 今後の経過や治療方針、生活上の留意点などを聞いておきます。
- 初期のうちから専門家との信頼関係を築きましょう。

また、同じ悩みを持つ仲間や家族の会などつながりを持ち、決して抱え込まないようにしましょう。



家族がたどる4つの心理ステップ

否定する気持ちやとまどいを抱え、家族も混乱します。
まわりの人の理解や思いやりが何より支えになります。

Step
1

とまどい・否定

まさかと行動にとまどい、事実を否定する気持ちになります。

Step
2

混乱・怒り・拒絶

どう対応していいのかわからず、本人を責め、拒絶することもある。家族の疲れも増大する時期です。

Step
3

割り切り

怒っても何もメリットはないと思いはじめ、割り切れるようになる時期です。

Step
4

受容

認知症に対する理解が深まり、あるがままを受け入れられるようになります。

行動・心理症状の理由

まわりの人が理解できない言動にも必ず理由があります。

まずは「なぜ？」と考えることから始めてみましょう。

● 怒る



例：

- ・強い不安感
- ・自尊心が傷つくような対応をされた
- ・便秘などの体調不良

● 頻繁に外に出て行く



例：

- ・することがない
- ・不安を解消するため
- ・過去の役割を求めて

● 被害的になる



例：

先行きの不安から大切な物をしまい込んでなくしてしまい、盗まれたと思い込む。

ご本人の気持ち

本人に「自覚はない」は大きな間違い！

一番苦しんでいるのはご本人です。認知機能が低下しても感情や思いは豊かに残っています。まわりの人に苦しみや悲しみを理解されることで、心が癒され安心することができます。

- いつも不安で緊張する
- 失敗の連続で意欲がなくなる
- 家族に迷惑をかけたくない
- できない人という目で見ないでほしい
- できることは、自分でやりたい
- 自分では頑張っているつもりでも誤解されてしまい悲しい
- 気持ちを聴いてくれると安心する

