

知ってほしい 認知症のこと

【発行】令和3年9月20日

草加市健康福祉部 長寿支援課地域支援係
〒340-8550
草加市高砂一丁目1番1号
☎048-922-2862

「認知症になると、何もわからなくなる」
「何もできなくなる」と思っていないですか？

認知症になったからといって、全てを忘れてたり、できなくなったりするわけでは
ありません。認知症になっても、できることはたくさんあります。

認知症の人ご本人について、家族や周囲の人が理解し、ご本人の気持ちを
尊重しながらサポートすることで、認知症の進行を遅らせたり、認知症があっ
ても自分らしく暮らすことができます。

ここでは、皆さまに知ってほしい認知症の人の気持ちについてご紹介します。

毎年9月21日は

「世界アルツハイマーデー」、
9月は「世界アルツハイマー月間」です。

認知症は、誰にでも起こりうる身近な病気です。
この機会に、認知症について理解を深めましょう！

～良い例～

～悪い例～



出典：埼玉県地域包括ケアまんが
『みんないつかは年をとる⑥』
※埼玉県のホームページ(下記QR
コード)から、全巻ご覧になれます。



料理などできること・得意
なことは自分でやります。
また、趣味などでストレス
を発散できると、更に心が
いきいきしてきます。

知ってほしい 認知症の私の気持ち



自分の変化に戸惑いがあり
ます。悲しかったり、申し
訳なく思ったり、イライラ
してしまうこともあります。



長年やってきた料理は、大得意！
役に立てると嬉しい

おしゃべりできて楽しい！

ゆっくり優しく接してくれて
安心するなあ



以前は料理が得意だったのに
やる気がなくなってきた…

家族に迷惑をかけて申し訳ない

身の周りのことがうまくできなくて
イライラしてしまう

認知症で記憶力が低下しても、「うれしい」「悲しい」といった感情はそのまま残っています。

自らの体調の変化に不安や戸惑いを感じていたり、認知症であることを認めたくないと思ったり、周囲の人に理解してもらえなくて悲しい気持ちを抱いている場合があります。また、自分の気持ちをわかってほしい、こんなふうに生活したいという希望も持ちながらも、うまく表現できずにいる場合もあります。次のページのポイントを参考に、認知症の人をサポートしていきましょう。