

認知症の人を介護しているみなさまへ  
 大和市には、認知症に関して困ったり、迷ったりしたときに相談できる  
 窓口があります。まずは、お電話で結構です。  
 あなたのことや、ご家族のことをご相談ください。

■認知症灯台（大和市人生100年推進課）  
 ☎046-260-5641

■大和市 悩んだときの相談電話・窓口一覧  
 大和市の様々な相談窓口などの情報が掲載されています。  
 相談はすべて無料です。



相談先QRコード

■認知症に関するご相談は、地域包括支援センターへ

	地域包括支援センター名	電話番号 (市外局番 046)	担当エリア
1	下鶴間つきみ野 地域包括支援センター 住所 下鶴間418-2	272-7061	下鶴間・つきみ野
2	中央林間 地域包括支援センター 住所 中央林間8-25-8 LAPLA中央林間2階	271-5572	中央林間西・中央林間
3	南林間 地域包括支援センター 住所 南林間1-4-18 ジュネス南林間2-1	271-5706	南林間・林間
4	鶴間 地域包括支援センター 住所 西鶴間8-1-2	271-2770	鶴間・西鶴間
5	深見大和 地域包括支援センター 住所 大和東3-3-16	264-3192	深見西・深見東・深見・深見台 ・大和東・大和南
6	上草柳・中央 地域包括支援センター 住所 草柳2-15-1	263-1108	上草柳・桜森・中央・草柳・下草柳 ・柳橋(1,4丁目)
7	福田北 地域包括支援センター 住所 柳橋2-11	267-9992	柳橋(2,3,5丁目) 福田(1~8丁目)
8	福田南 地域包括支援センター 住所 福田1551	269-9001	代官・渋谷・福田(1~8丁目、 2339~2617番地、5506~5696番地を除く)
9	桜丘・和田 地域包括支援センター 住所 下和田822-1	268-2621	上和田・下和田 福田(2339~2617番地、5506~5696番地)

■かながわ認知症コールセンター  
 ☎0570-0-78674 月・水10時~20時、土10時~16時  
 ■認知症の人と家族の会：神奈川県支部※  
 ☎045-548-8061(事務局開設日)月・水・金 10時~16時

## かいごのこころ

認知症の家族とわたし  
 ~こころの平和をもとめて~  
 Vol.1  
 相談編



かいごのこころを届けたい……

認知症の人を介護している……  
 そして、これから介護しようとしているみなさまへ……  
 この冊子は、実際に認知症の方を介護しているご家族と一緒に作成しました。

発行：大和市役所人生100年推進課  
 認知症施策推進係  
 令和4年9月

## 認知症の人を介護するご家族が集まり、相談に至った経緯をお話しています

お話す家族：プロフィール

Aさん：70代男性  
アルツハイマー型認知症と診断された妻を介護する



Bさん：70代男性  
58歳で(若年性)アルツハイマー型認知症と診断された妻を介護する



Cさん：70代男性  
大脳基底核変性症を発症し認知機能低下、認知症を併発した妻を介護する

## Q1:いつ頃、ご家族の変化に気がつきましたか？

食事の量が減り、痩せが目立つようになりました。  
はじめは加齢によるものかと  
思っていました。

その後、旅行の準備で部屋中に衣類や旅行用品を何度も並べ、時間がかかっている様子を見て心配になったのを覚えています。



ある日、突然妻が「お金がない」と言い出すのに、自分では銀行に行こうとしません。

結局私が銀行へ行って妻に通帳や現金を渡すのですが翌日、妻がまた「お金がない」と言うので「昨日渡したじゃないか」というと、小声で「お金がない」を繰り返す話すことがあり、今思えば、あの頃が最初だったのかもかもしれません。



## Q2:病院へ受診のきっかけ／工夫したことは？

「最近、僕の頭が痛くて病院に行きたいんだけど、一緒に着いてきてくれないか」と誘うように地域包括支援センターの方からアドバイスをもらい、実践すると、受診できました。



あれ?っと思って、クリニックを受診しましたが、脳に異常はないと言われて、診断がつかせませんでした。2つ目のクリニックでは、ADHD(注意多動性欠陥障害)と言われ、治療が始まりましたが、効果が無く、認知症の可能性もあると思って、別の病院を紹介してもらいました。診断までに6年かかりました。



## Q3:誰かに相談することはできましたか?いつ?誰に?

とにかく知りたくて、必死になってインターネットで検索しました。ある時、「認知症の人と家族の会」※を知って、横浜での集まりに参加しました。そこで医師や専門職から大和市内に地域包括支援センターがあることを教えてもらいました。



義父がアルツハイマー型の認知症で、介護保険やサービスの利用で地域包括支援センターの存在を知っていたので、すぐに相談できました。



## Q4:相談してよかったことはありますか？

相談した地域包括支援センターから、市役所の専用相談窓口や認知症カフェ、介護者交流会などを紹介してもらいました。「ひとりで抱え込まないで」と声をかけてもらい、ひとりだけど独りぼっちではないと感じることができました。



介護保険の申請や訪問医など、必要な情報を的確に紹介してもらえました。症状が進行して妻から家を閉め出された時、どうしたらいいか、困っていることに対して親身に話を聞いてもらえることで、安心することができました。



## Q5:これから認知症の人を介護するかたに伝えたいことは？

相談して、必要なサービスを受けることができ、私自身にも少し余裕ができたと思います。変化を感じたときに、症状や以前の状態との比較を記録しておく役立ちます。



とにかく、ひとりで悩まないでほしい。必ず助けてくれる人が近くにいます。信じましょう。必ず誰か助けてくれる人がいるから。

認知症の人の人生だけでなく、自分の人生もあります。自分の人生をより良くするためにも早く相談することが大切だと思います。