

## 「認知症は特別じゃない」

皆さんは認知症という言葉を目にすると、なんとなく特別な病気だと感じてしまうことはありませんか？

認知症は記憶の障害をはじめ、時間や場所が分からなくなったり、トイレなど生活動作を失敗する、といった症状があります。そのようなことから、認知症はネガティブな印象が強く、「何もできない人・何も分からない人」と特別扱いされてしまいがちです。しかし、実際には、認知症になっても日々の生活を工夫しながら、他の病気を持つ人と同じように、自分らしく生きている方がたくさんいます。

認知症への偏見をなくし希望と尊厳を保つために活動する、認知症当事者による日本認知症本人ワーキンググループという組織があります。その取り組みの一つである【認知症とともに生きる希望宣言】に、「自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます」という言葉があります。この言葉から、認知症の人に必要なのは、その人らしさを尊重した関わりであるといえます。たとえ認知症になっても、その人の価値が下がるわけではありません。そのため、私は、認知症看護認定看護師として、その人にできることを見つけて、お互いにサポートし合える関わりが大切であると考え、日々活動しています。

認知症は決して特別ではなく、とても身近な病気です。ですから、認知症の人を「特別扱い」しないでください。とはいえ、実際にはどうしたらいいのかと戸惑うと思います。そのような時には、その人がどのような症状を抱え、何に困り、何を望んでいるのか、まずは話を聞いてみてください。そうすることで、認知症の人をはじめ、その家族や周囲のみんなが笑顔で自分らしく暮らせる、そんな社会になると考えています。

最後に、桐生市・みどり市による認知症ガイドブック「みちしるべ～認知症になっても自分らしく生きる～」をご存じですか？これは、認知症の基本から、周囲の人たちが心掛けることや接し方の他、認知症の進行状況や症状に合わせた相談窓口などが掲載されています。ご興味がありましたら、各市役所等で、どなたでも手に取る事ができます。また、桐生市・みどり市認知症ガイドブック特設ページよりダウンロードも可能です。迷った時や困った時などの参考に、是非ご活用ください。



【認知症認定看護師 橋本 綾子】

