

長野市地域包括支援センター コンフォートきたながいけ

令和2年9月発行

秋号



発行責任者：川相 香子

お問い合わせ：026-254-5250

ほっとだより



こんにちは！

朝陽・大豆島地区の
「認知症地域支援推進員」
 中村です。



認知症サポートキャラバン

ロバ隊長



認知症地域支援推進員をご存知ですか？

認知症高齢者等にやさしい地域づくりを推進するため、長野市では各地域包括支援センターに認知症地域支援推進員が配置されています。

認知症の人の状態に応じて必要な支援が適切に提供されるように、医療・介護・地域の支援関係者のネットワーク作りや認知症の人の介護者家族の相談業務などを行っています。



コンフォートきたながいけの主な活動内容

- ・認知症に関する相談業務・支援体制づくり
- ・オレンジカフェ開設支援・運営協力
- ・地域の医療・介護関係者とのネットワークづくり
- ・認知症サポーター養成講座など、認知症を学ぶ講座の開催（無料）
- ・長野市が実施している認知症相談サポート事業等へのつなぎ役



推進員から地域の皆さんへ

自分や家族が認知症かもしれないという不安感を、自分だけ家族だけで抱え込んでいませんか？ 一人で抱え込まず、ぜひ相談できる相手を見つけましょう。

困り事があれば、かかりつけ医や、地域包括支援センターへ相談してください。

長野市地域包括支援センター コンフォートきたながいけ

〒381-0025 長野市大字北長池 935 番地（老健コンフォート岡田内）

☎026-254-5250 営業時間 月～金曜日 8:30～17:30



認知症介護者はどんな気持ちなんだろう…



家族の誰かが認知症になった時、誰しもショックを受け、とまどい、混乱に陥ります。

一緒に暮らしていくのはたいへんなことです。つらくて泣きたくなったり、眠くてフラフラになったりもするでしょう。

でも考えてみて下さい。これが永遠に続くわけではないことを。いずれ、かけがえのない日々になるのです。

ケースファイル

「Aさんの父親は、寡黙で頼りになる町の有名人だったのに…」

～Aさんのプロフィール～

49歳男性。1年前に認知症と診断された82歳の父親と2人で暮らしています。

1

父の介護が始まってAさんは仕事を減らすことにしました。警察官として長年地域で信頼されてきた父。そんな父が日々変わっていく姿を認めたくない…

とまどい・否定



おい、
通帳どこやった

2

仕事を休んで病院に連れて行こうとしたところ急に立ち止まり、「行かない」と怒り出していました。以前とはまるで違う父…。こんな姿を地域の人々に見られたくないとAさんはつい大きな声を出しました。

混乱・怒り・拒絶



しっかりしていた父を思い出すとため息が出る毎日…

3

Aさんは父親との生活に疲れきました。そんなある日のこと…いつものように、父が食べこぼした食事を片付けていると、悲しげな目をした父が背後から近づいてきました。そして、背中に触ってきた時、はっ！としました

割り切り



父の気持ちが背中から伝わってきて、たぶん本人も苦しいのだろう…

4

Aさんは思いました。「親父との関係は変わったんだ」、「いつも守ってくれた親父を今度は自分が守る番だ。」と。

受容

5

Aさんは、自分一人で頑張ろうとするかららしいのだと思いつき、事情を話して近所の人にも協力してもらうことにしました。

地域の協力を得て余裕が生まれたAさん。

父の表情もとても最近穏やかになりました。