

# 認知症とともに生きる 皆さんの言葉



なんでもかんでも知っている人はいないんだ、  
忘れたってそれでいい。



人はひとりでは生きていけないから、誰かから知恵や喜びを授かって生きたい。



おしゃべりを通じて、悩んでいる人に安堵してほしい。  
一緒に荷を軽くしたい。



認知症は誰にでも起こり得る。自分ひとりだけじゃない。



認知症は、恥ずかしいことではない。



診断を受けて、「いよいよ私の番、頑張らなくちゃ」と思った。



だいじだ、心が覚えてっから

## 4 地域で認知症に寄り添う

認知症の人やその家族が、安心して自分らしく暮らせるまちであるように。困ったとき、気軽に「手を貸して」と言えるまちであるように。皆さんも、できることから協力してみませんか。

### —想像してみましょう—

ふと気づくと、あなたは全く知らない場所において、見知らぬ人に話しかけられました。

1人目は大きな声で怒っているようですが、何を言っているのか理解できません。

2人目は目線を合わせてゆっくり話してくれて、あなたの知っている場所まで案内してくれました。

それぞれの人の対応を、あなたはどうか感じただろうか。それが、認知症を「自分ごと」として考えるヒントです。

足の不自由な人がつえや車いすを使って行動するように、認知症の人には、障害を理解し手を貸してくれる「人のつえ」が必要です。温かく見守り、手を貸してくれる人がまちのあちこちにいれば、自分でできることが増え、生きがいや自信につながります。いつか自分や家族が認知症になったとしても自分らしく生きられるように、「お互いさま」の気持ちを大切にしてみましょう。

見守りの心をまち全体に



## 地域で広がる助け合いの輪 皆さんの支えが必要です

認知症の人の中には、突然家から出て行ってしまい、家に帰れなくなる人もいます。本人にとっては「今いる場所が自分の家ではないと感じる」「仕事に出かける」など目的のある行動です。しかし、家族にとっては行方不明や事故の心配など、精神的な負担が大きくなります。地域での見守り活動に、ぜひ協力をお願いします。

### 認知症高齢者等SOSネットワーク事業

地域の協力者と連携しながら、行方不明の人が一刻も早く自宅・家族の元に帰れるよう支援するための仕組みです。

#### 〈見守ってほしい〉

☑高齢福祉課に申請書を提出し、行方不明になる可能性がある人の氏名や特徴などを登録してください。

市・警察・地域包括支援センター・社会福祉協議会

#### 〈見守りに協力したい〉

○機関・事業所の場合  
☑高齢福祉課に協力機関登録申請書を提出してください。

○個人の場合  
みるメールに登録し、配信種別の「防犯・事件事故(その他)」を選択してください。

### みまもりあいプロジェクト事業



みまもりあいプロジェクト

「みまもりあいアプリ」を使うと、認知症の人の家族から地域の協力者に、検索依頼と探している人の情報を送ることができます。

見守りを依頼したい人や見守りに協力したい人は、登録をお願いします。



iPhoneの人はこちら



Androidの人はこちら

#### ▶問い合わせ

☑高齢福祉課 ☎0287(62)7327