

## 認知症の方とご家族のお話 高橋敏章さん Vol.1

若年性認知症の奥様と自宅で過ごされている高橋敏章さんにお話を伺いました。

### 【認知症の始まり】

妻が認知症の疑いで受診したのは55歳の時です。

再三の受診拒否を翻意するに至ったきっかけは、外出先でハンドバッグの保管場所が分からなくなったことです。

初診は、認知症と断定できない軽度との診断でした。

この日から認知症との戦いが始まりました。

### 【認知症の診断を受けてから】

認知症の進行に伴い、仕事(パート)や趣味(ママさんバレーボール)に支障が出て辞めざるを得ませんでした。

運転免許証の返納等、次々とできなくなることが顕在し、その都度落胆かつ自信を失っていきました。

### 【今の暮らし】

発症時から在宅にて介護しています。

単独介護に限界を痛感し、現在以下の3項目を意識しつつ、在宅介護を何とか継続しています。しかし、「言うは易し行うは難し」の状態、最近介護うつ発症直前の感があります。

- ・自助:横須賀在住で介護職に就いている長女の支援(可能な範囲)を得ています。この時は介護疲れから逃れられ、最もホッとできます。
- ・共助:関係家族会、認知症カフェへの積極的な参加、同境遇介護家族との相互訪問による情報交換を通じ、精神的ストレスの軽減に努めています。
- ・公助:障害年金受給等、関係機関等からの経済かつ精神的な支援を得て在宅介護に努めています。

問い合わせ先:健康長寿課 介護予防係 (046-822-8135)