



これまで、認知症になると何もできなくなると考えられていましたが、周囲の理解や生活の工夫によって、充実した生活を送ることも可能です。また、認知症は誰もがなる可能性があり、高知市では、令和12年には高齢者の5人に1人が認知症になることが予想されています。認知症は特別なものではなく、**私たちの人生の一部**です。



コラム

認知症希望大使が全国に広がっています。認知症希望大使は、認知症の理解を深めるため、自らの経験を発信し、啓発活動を行う認知症の本人です。高知県では高知家希望大使といっています。



厚生労働省HP
希望大使ついて▲

\\ 本人からのメッセージ //

私は2019年に若年性アルツハイマー型認知症と診断されました。認知症だと分かるまでは、大切な友人との約束を忘れてしまい疎遠になったり、体調不良が続いていたので、それらが認知症の症状からくるものだとは分かり安堵しました。しかし、自分の未来を考えると気持ちが落ち込んだのも事実です。家族のみんなにもそれぞれの人生があると思い孤独を感じました。そこから、他の認知症の人も同じ思いをしているかも知れない、誰もが独りだと感じない場所を作りたいとデイサービスを立ち上げました。私も当事者なので、利用者さんとの距離も近いです！私の抱えた絶望や孤独、寂しさをもう誰にも感じてほしくない、あなたは独りじゃないんだって伝えていきたいです。

山中 のぶさん



私はレビー小体型認知症です。嗅覚に違和感を感じたことをきっかけに、頻尿や便秘など体の不調が続き、幻視や幻聴といった症状が現れました。自分で色々調べていくうちに、もしかしたら認知症の症状ではと疑うようになり、検査をしてもらいました。診断が下りると、それまでの不安が消え、ホッとしたのが本音です。偏頭痛や気持ちの落ち込みなど、レビー小体型認知症特有の症状に悩まされることはありませんが、薬でのコントロールなど、対策ができるのも診断を受けたメリットだと捉えています。大切なのは、認知症だと分かっても落ち込まないこと！病気を治したい、ではなく痛みや気持ちの悪さなど症状の一つ一つを解決して、症状と上手に付き合っていきましょう！

伊藤 明さん

