

## 6. 認知症の人の気持ち



認知症になったからといって、何もわからないわけではありません。

自分が話したり、聞いたりしたこと、行動したことは忘れてしまいますが、感情（気持ち）は長時間保たれるとされています。

できないことを責めるのではなく、できることをほめましょう。認知症の人とその家族が穏やかに過ごせる時間を増やしましょう。

## 7. 認知症介護をしている家族の気持ち



家族の誰かが認知症になると、家族はショックを受けます。

認知症は「誰でもかかる可能性がある病気」だと思っても、落ち込んだり、戸惑ったりします。

また、介護期間が長くなると先が見えないように感じ、気持ちが不安定になることもあります。ひとりで抱え込まないよう気分転換したり、上手に介護サービスを使うことも大切です。相談先がわからない時は、お住まいの地域包括支援センターにご相談ください。

## オレンジカフェを利用しましょう

（地域資源マップ地図番号 11 番）

### オレンジカフェのメリット

1. 認知症介護者同士の情報交換ができる。
2. 介護者同士で励まし合うことができる。
3. 専門家からアドバイスをもらうことができる。

### おぎのオレンジカフェの特徴は・・・

#### 1. 個人面談

希望する活動に参加できます。大勢の中で話すのは苦手という方は、1対1で話せる個人面談をお勧めします。

#### 2. 介護者同士の座談

介護者同士で話したい、介護のコツを知りたいという方は、

#### 3. 創作活動

介護者同士の座談をお勧めします。

### 創作活動作品

