

## 認知症の人の気持ち

### 認知症のご本人の中には自分の変化に気づいている人もいます

認知症の人の気持ちは様々ですが、認知症に影響されていない「健康な部分」もあります。もの忘れを認めたくなくて「忘れていない」と言ってしまう人もいます。

認知機能が低下することでいろいろなことがわからなくなっているようでもその人らしさや感情がなくなるわけではありません。複雑な思いをくんでください。

不安



最近、もの忘れや失敗が増えてきた気がする。  
なにかおかしいな。  
この先どうなるんだろう。  
家族に迷惑かけてないかしら。

趣味や買い物、お風呂に入るのも億劫や。  
外に出たくないし、人に会いたくないな…。

意欲がない



なにをしても上手くいかないなー。  
前はちゃんとできたのに。

気分の落ち込み

失敗してイライラする。  
また家族に怒られないかな。

焦り



怒りっぽい

私の気持ちを聞かずに嫌がることするから、大声出したり、手も出てしまう。  
本当はそんなことしたくないのに…。

何度も同じことを言うからといって怒ったり、できないことを注意したりすると、不安やイライラが強くなってしまうよ。

気持ちを理解することが大切なんだね。

→ 具体的な対応ポイントは 6 ページ を見てね！

