

認知症みんなの声分析結果

認知症の本人や家族の声 結果報告

(1) 認知症のある人や認知症への理解に関すること

・対話と受容による安心感

「話を否定せずに聴いてもらうこと」や「ありのままを受け入れてもらえる環境」に対する喜びの声が多く寄せられています。認知症になっても、他者とのコミュニケーションを通じて「話すことで気持ちが楽になる」といった精神的な安定を取り戻す様子が見られます。

・能力低下への不安と戸惑い

本人が「忘れてしまう自分がこわい」など、自身の認知機能の変化や思考の整理ができなくなることを自覚し、恐怖や喪失感を抱いている声と周囲に負担をかけることへの申し訳なさが多数あがっています。

(2) 暮らしや生活環境に関すること

・外出・移動に伴う生活の障壁

買い物での支払いの困難さや道迷い、運転免許返納後の移動手段の喪失など、日々の生活に直結する不便さを訴える声が多く見られます。

・家族の日常的な介護負担

何度も同じことを聞かれることへの対応や、先の見えない介護生活に対し、家族が精神的・肉体的な限界やいらだちを感じている実態が浮かんでいます。

・金銭への不安

お金の管理ができなくなる不安や、不要な契約をしてしまうトラブル、銀行口座の凍結など、金銭面にまつわる助けを求める声が本人・家族双方から寄せられています。

(3) 地域での社会参加や、人とのつながり・役割に関すること

・交流の場への肯定的な思い

認知症カフェや地域のサロンなど、他者と交流できる場に対し、「楽しい」「仲間がいる」と生きがいを感じている声が多くあがっています。失敗を許容し合える仲間（ピアサポート）の存在が大きな支えとなっています。

・社会的役割

「まだまだ働きたい」「人の役に立ちたい」といった、社会とのつながりや役割を持ち続けたいというニーズが存在します。

- ・孤立・人間関係の変化

認知症を機に周囲との付き合いが減って、社会から取り残されたように感じる孤立感への不安も聞かれます。

(4) 医療や介護サービスに関すること

- ・医療機関・医師について

本人からの「病院は嫌だ」「難しい説明はわからない」といった医療機関への抵抗感や、家族からの「医師から前向きな情報が得られず不安が募る」といった声があがっています。

- ・サービスについて

デイサービス等へ「行きたくない」という初期の拒否感がある一方で、通い始めて職員の丁寧な配慮を受けることで「自分のペースで穏やかに過ごせる」と安心感につながっているケースもあります。

(5) 相談先や必要な情報を得る方法に関すること

- ・相談できる場所があることの安心感

地域包括支援センターやケアマネジャーなど、困った時に具体的な相談ができ、話を聴いてもらえる専門職の存在が、本人・家族の大きな支えとなっています。

- ・情報不足・相談先が分からない不安

「どこに相談すればよいかわからない」「自分で検索して情報を探さなければならず疲労する」といった、必要な情報へアクセスする難しさを指摘する声もあがっています。

(6) 意思決定支援・本人の権利に関すること

- ・本人の意思

「何でも自分でやりたい」「自分で決めたい」という、これまでの生活習慣や自尊心を保ちたいという本人の強い思いが表れています。過度な支援や先回りした対応への抵抗感も見受けられます。

- ・安全確保と行動制限

一人歩きや金銭管理のリスクから、家族が本人の意思を尊重したいと思いつつも「どこまで行動を制限すべきか」という相反する課題に直面し、対応に苦慮している現状が明らかになっています。