

愛する妻が認知症になった——



堤 憲昭 さん

三木市在住。昨年7月に妻の登美子さんが他界するまで、懸命に介護をされました。現在はご自身の介護経験を活かして、認知症の方やその家族を支える「みどりほっとクラブ」の代表を務めています。

「とまどい」

「私、免許の更新やめとくわ」と妻が突然言い出したのは50代の頃。60歳になると、「一人だと不安だから年金の手続きに付いてきてほしい」と私を頼りました。

そのときに、はつきりとはしない違和感を覚えました。あまり深刻には考えていませんでした。今思えば、この頃から認知症の症状が始まっていたのだらうと思います。

月日が経ち、妻に幻聴のような症状が出てきたので、病院へ連れで行こうとしましたが、「私は大

認知症と ともに生きる

問 (市) 介護保険課 地域包括支援センター



認知症と診断されてからも、夫の憲昭さんや地域で出会った仲間と笑顔の日々を過ごされた堤 登美子さん

丈夫だから行かない」と妻は聞き入れてくれませんでした。結果的に、認知症の専門医にたどりつくまでには、相当の年月を要しました。

「混乱」から「受容」へ

妻が認知症になったことで、私は趣味や仲間との付き合いができなくなっていました。「なぜ自分だけが？自分の人生はなんだったのか」と思い悩む日々が続きました。

ある日、私は「若年性認知症と地域支援について考える基礎講座」を受講しました。そこで、同じ配偶者の介護をしている男性

5人に1人。

この数字は、2025年の日本で「65歳以上の高齢者のうち認知症を発症している人」の将来推計です（2015年時点では7人に1人）。

一般的に、認知症は年齢とともに発症する可能性が高くなると考えられており、長寿大国である我が国では、認知症とともに生きる高齢者の人口は今後も増えることが予測されています。

市内においては、65歳以上の人口が26,120人（2020年7月末時点）となり、高齢化率は34%と全国的にも高く、認知症に関する相談も年々増えています。

「おや？」と思ったときに正しい知識があれば、認知症の方や家族のことを理解できるとともに、自分や周囲の方の認知症の進行をゆるやかにする行動につなげることができます。

私たち誰もがいずれ発症する可能性がある「認知症」という病気を「自分事」としてとらえ、一度向き合ってみませんか。

のお話を聞いて、「自分はこれまで何をしてきたのか」と自責の念に駆られました。

認知症になった妻はどう感じていたでしょうか。子が巣立ち、夫が定年を迎え、自分の時間を楽しみにしていたと思います。「私の人生はなんだったのか」と言いたかったのは、妻のほうではないかと気づかされたのです。

そこから、妻への向き合い方が変わりました。

妻が笑顔になった

前述の講座を一緒に受講した人とともに、認知症の方と家族を支えるグループ「みどりほっとクラブ」を立ち上げました。

その後の通院生活の中で、病院の職員さんの手を煩わせてしまったことがあったため、クラブに相談したところ、メンバーたちが病院に付き添ってくれることになりました。

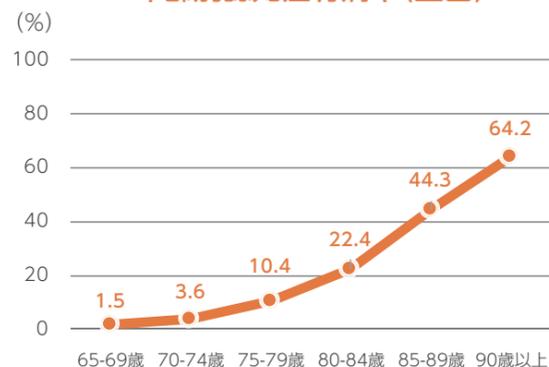
薬の待ち時間にベーカーリーに立ち寄り、「妻はあんぱんが好きだ

認知症発症者の将来推計(全国)

(各年齢層の認知症有病率が上昇する場合)



年齢別認知症有病率(全国)



出典：「認知症施策の総合的な推進について」(厚生労働省老健局)

から」と私が選ぶとすると、メンバーから「結局あんぱんになっても女性は選ぶことが楽しいのよ」と教えられました。メンバーと一緒に妻は、まるで女子会を楽しんでいるように笑顔が溢れていました。

仲間とのつながり

やさしさを教えてくれた人たちとの出会いがあったからこそ、今があります。

介護者は「とまどい」「混乱・怒り」「割り切り」「受容」を経験すると思います。私は中でも「混乱・怒り」から「受容」までをいかに短くするかが大切だと思います。

もしあなたが、誰かの介護をしていて、周囲で同じ介護経験を持つ人に恵まれたら、ぜひ話してみてください。始めはなかなかピンとこないこともあるかと思いますが、同じ経験をした人に相談をできることは大きな支えになると思います。