

## 認知症と向きあう家族の声

9年前に妻が認知症と診断されてから、献身的に介護をされてきたAさん。取材を通して、実際に家族が認知症になった当事者だからこそ話せる経験や想いを伺いました。

### 気づきから介護へ

妻の異変を感じたのは12年前。聞いたばかりのスケジュールをすぐに忘れることに違和感を抱いたそうです。その後、認知症と診断され、Aさんはショックを受けました。しかし「今の自分があるのは、これまで支えてくれた妻のおかげ。辛いことがあっても、笑顔を忘れず愛情を持って介護をしていこう」と心に決めました。

### 一人で抱え込まないことが大切

妻が突然怒り出すなどの対応で苦労も多かったというAさん。認知症介護家族交流会や認知症カフェに顔を出し、周りに支えられながら介護をされてきたそうです。

「一人で抱え込むとネガティブになりがち。同じ境遇の方に悩みを話すことで、気持ちが楽になった。」と話してくれました。

半田駅前商店街の一角にある「カフェ安昌堂」。

昨年6月に「まちかど保健室」としてオープンしました。市のプラチナカフェの認定を受け、今年1月から第2、第4土曜日に認知症カフェを開いています。

### 誰もが集える「居場所」

「おはようございます」三元気にしとった「カフェ」が10時にオープンすると続々とお客さんが訪れ、店主の田窪裕子さんが笑顔で出迎えます。認知症の方以外にも、一人暮らしの高齢者の方や身体に障がいを抱える方、小さなお子さんを連れのお父さんなど様々な方が集い、あちこちから楽しそうな話し声が聞こえ、笑顔が溢れていました。



▲多くのお客さんでにぎわうカフェ安昌堂

### 認知症カフェとの出会い

認知症の母を連れ、よくカフェ安昌堂を訪れるという娘さん(以下、仮称Bさん)とします。市が開催している認知症家族交流会に参加した際、参加者からカフェ安昌堂の話を聞き、認知症カフェの存在を知りました。初めは、母を連れていくことに不安がありましたが、田窪さんに話をしたところ「ぜひ連れてきてほしい」と言われ、今では常連となっています。カフェに集まる様々な方と関わることで、Bさん自身の大切な居場所にもなっているようです。

### 「普通にみんなと同じように接してくれるのが嬉しい」

しゃべる人形を自分の子のように可愛がり、離れると不安に感じてしまつというBさんの母。他の飲食店では思つようにしてあげることが難しいそうですが、カフェ安昌堂では、ぬいぐるみ達を並べても誰一人気にせず、温かく受け入れてくれます。このように、認知症の母が自分らしく過ごせることができることが、このカフェの良さだと話してくれました。

### 小さなことでも気軽に相談を

「心配事は、人に話す気持ちが軽くなり、解決することもある。病院や包括支援センターより手前で、地域のおせつかいおばちゃんとして、悩んでいる人の話し相手になりたい。」田窪さんは、そんな想いを持ってカフェ安昌堂を立ち上げました。

### 認知症は、特別じゃない

「正しく理解し、周りに相談しながら適切に関われば、認知症は特別な病気じゃない。家族や自身が認知症になつても、まあ何とかなる。」と思ってもらえるようなお手伝いができるといいな。」と田窪さんは最後に話しました。

カフェ安昌堂には、そんな田窪さんの優しさが溢れていました。



▲カフェ安昌堂のスタッフのみなさん(左端が田窪裕子さん)