

認知症の人と家族のための

# 安心カード

認知症と診断を受けたご本人、家族をサポートするためのカードです

認知症と診断されたあなたへ

あなたは決して一人ではありません。  
あなたとご家族を支えたい人がいます。

あなたの声を聞かせてください。

ご家族やまわりの人と一緒に  
ご自身の好きなことを楽しんで  
暮らしてください。

大丈夫です。  
みんながあなたを支えます。



不安なこと、困ったことがありましたらご相談ください

配布元

さくらんぼカフェ

山形県認知症相談・交流拠点

やまがた認知症コールセンター

電話相談日：月～金曜日 12時～16時

山形県支部 電話：023-687-0387

FAX：023-687-0397

Eメール：kazokunokai@camel.plala.or.jp



## ご本人へ

- 認知症になっても、自分が自分であることは変わりません。
- 同じ思いを持つ仲間とつながれば勇気がわいてきます。
- 仲間どうしなら遠慮なく泣くこともできます。そうすると、不思議なことに必ず笑いあうことができるようになります。
- 工夫や知恵や情報を持ち寄り、仲間とつながりましょう。

## ご家族・支援者へ

認知症で記憶などに障がいが出て、人としての感情の働きがなくなってしまうわけではありません。認知症の人の気持ちを知って、温かい気持ちで介護することが大切です。そして、あなた自身の気持ちも大切にしてください。



認知症になったとしても、介護する側になったとしても人としての尊厳が守られ、日々の暮らしが安心しておくれるよう力になります。



認知症は決して何も分からなくなる病気ではありません。正しく理解し対応すれば、ご本人もご家族も明るく穏やかに暮らすことができます。