

あなたに 伝えたいこと

ひと足先に 若年性認知症 になった 私たちから



認知症の診断を受けた時は
真っ暗で
何も見えなかったけど
今はこうして
彩りを取り戻すことができた

© 下坂 厚



京都市
CITY OF KYOTO

若年性認知症と診断された

まずは **認知症について知る** ことから始めてみませんか？
⇒詳しくは4～5ページ

働き盛りの年齢で、これまで自分には無関係だった。
認知症になって、最初に戸惑ったのは、認知症について知らなかったせいかも！？



これからの生活を送るうえで、認知症との向き合い方を考えるために、認知症のことを知るの大切！

なかまと出会い・つながる ことで元氣になりました！
⇒詳しくは6～7ページ



最初に出会いに行くときは、正直気が進まなくて…。
でも実際に行ってみて、同じように診断を受けた人と出会うと気分が一変した！

診断を受けた後は、なるべく早くなかに出会って欲しい！



あなたにまずお伝えしたいこと

これからのことについて **一緒に考えてくれる人** がいいます
⇒詳しくは8～9ページ

相談したことがきっかけで、いろんな場所に
つながり、たくさんのなかに出会うことができました！



若年性認知症と診断されたあなたと
一緒にこれからのことを考えます！

この冊子は、「若年性認知症と診断されてすぐのあなたに伝えたいこと」をテーマに、診断直後に必要と思われる情報を中心にまとめました。
若年性認知症と診断を受けたあなたにとって、この冊子が「認知症とともに生きる」生活を考えていくうえでの手がかりとなり、前向きな気持ちで暮らしていただくことにつながればいいなと願っています。

令和6年3月「あなたに伝えたいこと」編集会 ※メンバー 一同

※「あなたに伝えたいこと」編集会とは

冊子の作成にあたり、京都市内にお住まいで、若年性認知症と診断を受けたご本人とご家族等にメンバーになっていただき、冊子の発行に向けての話し合う編集会を実施しました。
冊子のなかには、メンバーの皆さんからお伺いした様々なお話も掲載しています。



芳賀 和則さん



下坂 厚さん



樋口 聖典さん



吉田 哲久さん



吉田 富代さん

編集会メンバーのプロフィールについては、11ページをご参照ください。

認知症と診断されたけれど…

認知症って何だろう？

脳の病気や外傷など、様々な原因で脳がダメージを受け、脳の働きが低下することによって起こる症状が原因で、生活のしづらさを体験するようになる状態です。

若くても認知症になるの？

高齢になるほど認知症になりやすいですが、若い世代で認知症になる場合もあります。65歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」といいます。仕事や家族のことなど、不安に思われる方が多いです。

認知症だとどんな症状があるの？

覚えておくことが苦手になったり、時間や場所がわかりにくくなるなど、さまざまな症状があります。症状の現れ方は人によりさまざまです。

誰でも認知症になる可能性があります

発症の時期はそれぞれですが、誰もが認知症になる可能性を秘めています。今、他の方より少し早く認知症と診断をされて驚かれているかもしれません。これからどうしていいか戸惑っているかもしれません。先に診断を受けた方からのお声を聞いてみましょう。

認知症について詳しく知りたいときは…

きょうと認知症あんしんナビ

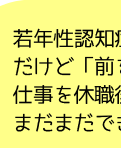


先に若年性認知症の診断を受けた方から聞きました

若年性認知症の診断後、認知症に対して無知ゆえに何も行動しませんでした。認知症を知って、初めは混乱し、怖いと思いました。認知症は積極的に行動することで進行を遅らせる可能性がありますし、早く行動すればよかった。私は若年性認知症でありながら活躍している人の姿を見て、不安がなくなり、気持ちが明るくなりました。



若年性認知症と診断を受けて、気持ちがどん底まで落ち込み、認知症であることを隠したいと思いました。けれど若年性認知症は他の人より少し早く認知症になっただけ。むしろ若年性認知症の診断を受けた自分だからできることもあります。認知症の診断を受けた後、前向きになれた話をたくさんの人に聴いてもらっています。若年性認知症と診断を受けた人の力にもなりたい！



若年性認知症と診断を受けて、わけがわからず混乱しました。だけど「前を向いていくしかないやん！」仕事を退職後、やめたけれど、働きたいと思っています。まだまだできることはたくさんあります。



認知症の診断よりも、車を運転できないと言われたことがショックでした。今は認知症とうまく付き合っていくと思っています。介護施設でお風呂掃除の仕事をしたり、自分の役割があります。物忘れはあるけど、よかったと思うこともあります。

あなたはあなたのままで

生活の不便さがありますが、あなたがあなたであることに変わりありません。これから「認知症とともに」生きることに目をむけてみませんか？あなたのこれからを、一緒に考えてみましょう