

“認知症の人の家族へのメッセージ”

● 認知症と診断された方からのご家族へのメッセージをあつめました ●

- 病気になってから妻は、あたたかく、みまもってくれています。息子も、ぼくの、作ったごはんを、おいしいとゆってくれます。なみだが、ちょちょぎれます。(埼玉40代)
- こんな病気になってしまい、仕事をクビになって家族には申し訳ない気持ちでいっぱいです。いつもありがとう！(徳島)
- 意見や思いを言いたいのに、なんでも先々家族がしてしまうので、なにかさみしい感じがする。(徳島)
- しておいてと言いついて出ていった家族が帰ってきて、できてないと言われるとつらい。(徳島)
- いままでできていたことや、毎日やってきたことを忘れちゃった。でも毎日できること、朝、起きてから、洗濯、物干し、覚えている料理、家の片付け、入浴は自分でやっているよ。起きるのは朝8時と遅いし、夜寝るのは7時と早くて申し訳ないけど、ごはんも私が作る。メニューは毎日同じで限られているけど、少しでも食べてくれると嬉しい。こんな私と結婚して悪かったね。でも、お父さんが毎日車で連れ出して、買い物に連れて行ってくれるので、ありがとう。孫もいないけど、スーパーで小さい子供連れを見かけて、可愛いので思わず声をかけてしまうけど、笑ったり、手を振ってくれるととっても嬉しい。お父さんに迷惑かけることが多いし、一緒に行きたくないと思うけど、これからも連れて行ってほしい。お父さんが優しいからありがたい。(愛知県70代 濱さんの妻)
- 昼下がりのひと時、レイの会ではいろいろな話をします。

今日のテーマは「家族へのメッセージ」一人一人に言葉をいただきました。

「よく働いてくれて、助けてくれて」

「いつも美味しいご飯を作ってくれて、いつも明るく接してくれて」

「何も変わらず、普通にしてくれて」

「以心伝心で気持ちが伝えられて」

「両親も子供たちもみんな元気でいてくれて」

「かわいい孫にも会わせてくれて」



絞りだすように自分の家族に対する思いを吐き出し、最後に「ありがとう」の言葉を添えて、家族へのメッセージを語りました。

そして、そんな思いをぎゅっと詰めた歌詞ができました。(三重県 レイの会の皆さん)

— 家族への思い —

いつも あなたは 怒らずに聞いてくれる わかってくれる
だから 私はあなたといると とても楽でとても楽しい
あなたをとても大切だよと いつも思えるよ
受け止められた私の気持ち いつも「ありがとう」あなたへ

認知症の人からのメッセージを受けとった家族の思い

- いつも何かあるごとに、「あんたがおってくれたんで良かったわ」「あんたがおらんかったら何食べとるんやろ」「あんたがおらんかったらどこにも行けへんかったわ」と感謝してくれている。常に「こんなことくらいができない、こんなこと前はできてくれた、ちゃんとしていた」という葛藤でいらいらしてつい声を荒くしてしまった時でも反省し、また呑み込めるのも、時々そういう感謝とねぎらいを言ってくれているおかげだと思っています。(三重70代)
- 結婚した当時、妻は「〇〇ちゃん(私の事)大好き」と言ってくれていました。仕事や飲み会で私が毎日遅い帰宅でも妻は嫌な顔もせず、子育てもしてくれました。私と知り合って結婚して、妻は本当に幸せになれたのか。若年性アルツハイマー病になって9年が経過しました。もう私のことを夫としてわからず、一人息子もわかりません。若い頃、もっと妻のことを大切にして、妻との時間を大切にすべきだったと後悔ばかりです。私と知り合わなければ、もっと幸せになれたのでは？病気にもならなかったのでは？私は妻に感謝の一念です。私のわがままやストレスを妻の笑顔で助けてもらえました。ありがとうしかありません。(京都50代)
- 妻は「自分では何もできない」と嘆いています。ときとして大変な怒りようで「わたしなんか邪魔なんでしょう」「わたしなんか役に立たないんだから死んだほうがいいんだ」「殺せ、今すぐ殺せ」「そこいらの川にでも捨ててよ」等、慰めるのに一苦労です。敢えてその話題には触れず、別の話題に導いて忘れてさせています。できるだけそばにいてやりたいと思います。(福島80代)
- 寝たきりの母の髪をとかしている場面を妹がビデオに撮っていました。先日そのビデオをみて反省しました。私は一生懸命語りかけていますが、母は私の手を触れようと、拘縮した手を伸ばし、触れたりして、一生懸命でした。私はそのことに気づかずに、更に声をかけながら髪をとき顔を拭いていました。映像からことばより人肌に触れたいという母の思いがいっぱいだったことを感じ(恥ずかしく、申し訳なく)ました。ギュッとハグして触れあいたかった。

たんだなあと。(東京70代)

- 「お父さんは私が見るけど、お母さんが弱ったら老人ホームでいいよ」、認知症の診断を父が受け、母が介護し始めた時、母を助けるため私は遠距離介護を始めました。夜に母と二人でいる時に、母がふと話した言葉です。ふう〜んとその時は黙って聞いてました。その後、母も認知症の診断を受け、私は仕事か、介護かの選択をしなくてはならなくなったとき、この言葉を思い出して仕事も介護もの選択をしました。母の、私の人生を大事にしてくれた言葉でした。

(京都70代)

- 主人がレビー小体型認知症になり、言葉や態度が変わってしまったことで、否定したり口論したりすることが増えました。あるとき診察時に主人が「先生、この病気は夫婦げんかする病気ですね?」と主治医に問いかけ、突然の発言に私はびっくり!そんな風に思っていたのかと自分に反省。主人からの私に「もっとしっかり認知症の勉強をなさい」とのメッセージと受けとめ、勉強し、介護が楽しくなりました。(岐阜70代)
- 「はるみちゃん いろいろ ありがとう」デイサービスから母が持ち帰った、絵手紙に書かれた言葉です。その日は、施設に絵の先生(高齢の画家、男性)がおいでになって、絵手紙の書き方を教えてもらったようで、施設の方が母に持たせて下さり、証拠として、はがきサイズの絵手紙だけでなく、絵を描いている母のスナップ写真も添えられていました。書き添えられた文字もその内容も、母が書いたとは思えないものでしたが、受け取った途端、涙がこみあげ声を出して泣いてしまいました。その後、何度も私を救ってくれた、大切な大切な宝物です。皆さんに感謝です。(岐阜80代)

