



(60代)

ものの忘れが気になるようになったきっかけは？	・ 新しくアルバイトをした時に、覚えきれなかったり、段取りが悪くなったと感じた ・ 子どもはそれより数年前から、同じ話の繰り返しなどの異変に気づいていたらしい
症状に気づいてからどうしましたか？	・ すぐにかかりつけ医に相談、専門医を紹介してもらい、1週間も空けないうちに専門医を受診した
診断を受けた当時のことを教えてください	・ 自分でもそうかなと思っていた、素直に受け止めることができた ・ これまで色々病気をしてきたので、また1つ病気が増えたという感じ
現在の生活について教えてください	・ 月間スケジュールのホワイトボードやノート、スマホのアラーム機能を使って予定を管理 ・ 週3回以上は外出し、居心地がいいと感じる場や活動に参加 ・ 昔の知り合いに久しぶりに息子が会わせてくれ、交流が再開した
皆さんに伝えたいことはありますか？	・ 認知症だからと特別扱いせず、普通に接してほしい ・ 普通の会話をしたい

※インタビューから一部抜粋