

認知症になったらどう生きるか

- 1 できないことが増えるけれど、できないものはできないと割り切りできることに着目して生きる。未来はあまり悲観しない。なるようにしかならないと楽観的に考える。
取り越し苦労はしない。
- 2 失った機能を数えたり、嘆いたりせずに残された機能に感謝して生きる。
- 3 できる事はできる範囲内で行う。できることまで人任せにはしない。
何ができるのかは文章にして残しておく。
- 4 時間がかかっても、自分の事、自分の将来は自分で考えて文章にして残しておく。
判断力があるうちに、自分の将来を考えられるうちに、将来のことを決めておく。
具体的にこうなったら施設に入るとか、具体的に文章に残しておく。
施設の譲れない点を文書に残しておく。
終末期医療、例えば胃瘻はしない、延命処置はしないと言うことを文章にして残しておく。
- 5 認知症になると文字が書けなくなるので ipad または **iphone** の音声入力で文章を書けるように訓練しておく。普段からアンテナを張って情報を集めておいて、いざと言う時に備えておく。
- 6 クレジットカードは利用額に月 **30,000** 円を限度にして、無駄使いをしない。
あまりクレジットカードは使わないようにする。
- 7 余分な出費をしないために、**5000** 円以上の買い物は人に相談してから買う。
決められた限度額以外は、銀行で貯金があっても下ろさない。
買い物をするときには、既にお買い物をしているかを人に確認してから買い物をする。
- 8 貯めるだけでなく、生きたお金を使って豊かに暮らす。
- 9 お金の管理は信頼している人に相談し予算を立ててもらおう。
- 10 認知症になるとできないことが増えるので、できない事はできないと割りきり人に頼む。頼み上手になる。普段から誰に頼むかよく考えて観察して頼む人を決めておく。