

父に悲しい思いをさせてはならない

(夫に)「二人で死んでしまいませんか」と言ったら、「うん」と簡単に言われ、「一度しかない自分の人生をこんなことで中断してはいけない」と思い直しました。父が生存していますので、父に悲しい思いをさせてはならないという気持ちも働きました。

(69歳・女性 神奈川県)

ふとドイツの旅が頭に浮かんで

ついかなって1階まで包丁を取りに降りて行った。妻を刺し、自分も死のうと思っての行動だった。その時、ふとドイツの街を妻と歩いたときのことが頭に浮かんだ。教会をのぞくと祈る人々の姿があった。「そうだ、日本にもお寺がある」お参りしたお寺のご住職の法話が身にしみた。

(78歳・男性 埼玉県)

この笑顔にどれほど助けられたか

私の殺意が抑えきれなくなった時、姑がいつものように「なにしょんのー」と声をかけてきました。姑はいつになく優しい笑顔で立っていて、「私はこの笑顔にどれほど助けられたことだろう」と思うと涙があふれて、そっと姑を抱きしめました。

(60歳・女性 大分県)

あなたの思いを誰かに伝えてください。

あなたの言葉を聞かせてください。

「家族の会」で思い切り涙し

それが乗り切れたのは、孫の笑顔、解雇された夫に代わって私が仕事を持ったこと。「家族の会」の場で、思い切り涙し、仲間と分かち合えたこと。そして、癒してくれる愛犬がいたからです。

(66歳・女性 埼玉県)

📞 連絡を待っています。

「家族の会」認知症の電話相談110番



0120-294-456

(月～金10時～15時、祝日休み)

🏠 社団法人 認知症の人と家族の会

本部 〒602-8143

京都市上京区堀川通り丸太町下る京都社会福祉会館2F

TEL. 075-811-8195 FAX. 075-811-8188

<http://www.alzheimer.or.jp>

全国の44都道府県に支部があり、
身近な所でつどいや電話相談をしています。

※支部の連絡先などはホームページでも見られます → [家族の会](#) [検索](#)

このリーフレットは「丸紅基金社会福祉助成金」を受けて作成しました。

死なないで！ 殺さないで！

生きようメッセージ

同じ介護者から
今、いちばんつらいあなたへ



社団法人 認知症の人と家族の会

Alzheimer's Association Japan