



認知症の姑の介護を一人で頑張っていたまめ子さんが、疲れもとれず眠れなくなり、友達に相談し病院で診てもらおうように勧められ、思い切って受診したところ「軽いうつ病」と言われました。薬を飲んで、しばらくのんびりと過ごすことで体調が回復してきましたが、「治ろうとする気がないから治らんのだ」と叱責され再び気持ちが落ち込むようになりました。

ある日、夫も受診に付き添い、精神科医から「奥さんは自分を責める病気なので、注意したり怒ったりしないように」と指導を受け、それをきっかけに家族がお互いに理解し協力するようになり、徐々に回復していくというお話です。うつ病は、**早期受診と周囲の人の関わり方が大切**という2つのポイントが盛り込まれたお話です！！