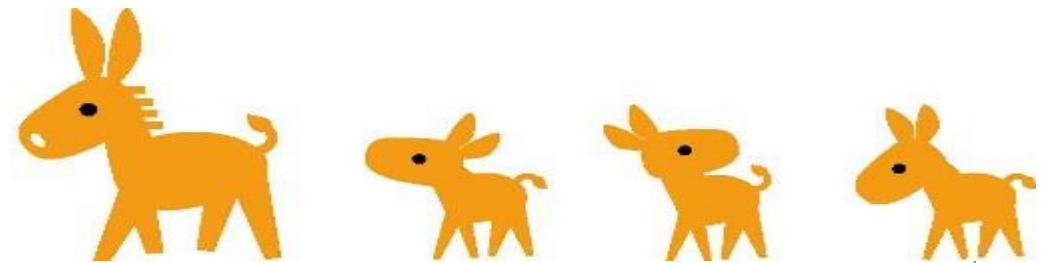


# 認知症の人への 接し方について

上尾市認知症初期集中支援チーム  
江川 聡美



# 認知症初期集中支援チームとは

- **認知症または認知症の疑いのある方で、医療や介護にうまくつながられていない人を支援しています。**

→6カ月のあいだ、支援者のご自宅に訪問し、本人と家族とお話をしながら医療や介護に繋いでいきます。

一般の窓口はありません。  
市、包括、ケアマネジャーより依頼を受け支援していきます。

認知症の相談は病気の事はまずは主治医や病院（P5参照）

介護の事などは、包括支援センター、ケアマネージャ、市の高齢介護課などに相談しましょう。

- **認知症の事を知ってもらう為に認知症の啓発活動しています。**
- →地域での認知症サポーター養成講座などしています。



P3

## 認知症の人への接し方

Point  
1

気持ちに寄り添い自尊心を傷つけない

Point  
2

本人のペースにあわせる

Point  
3

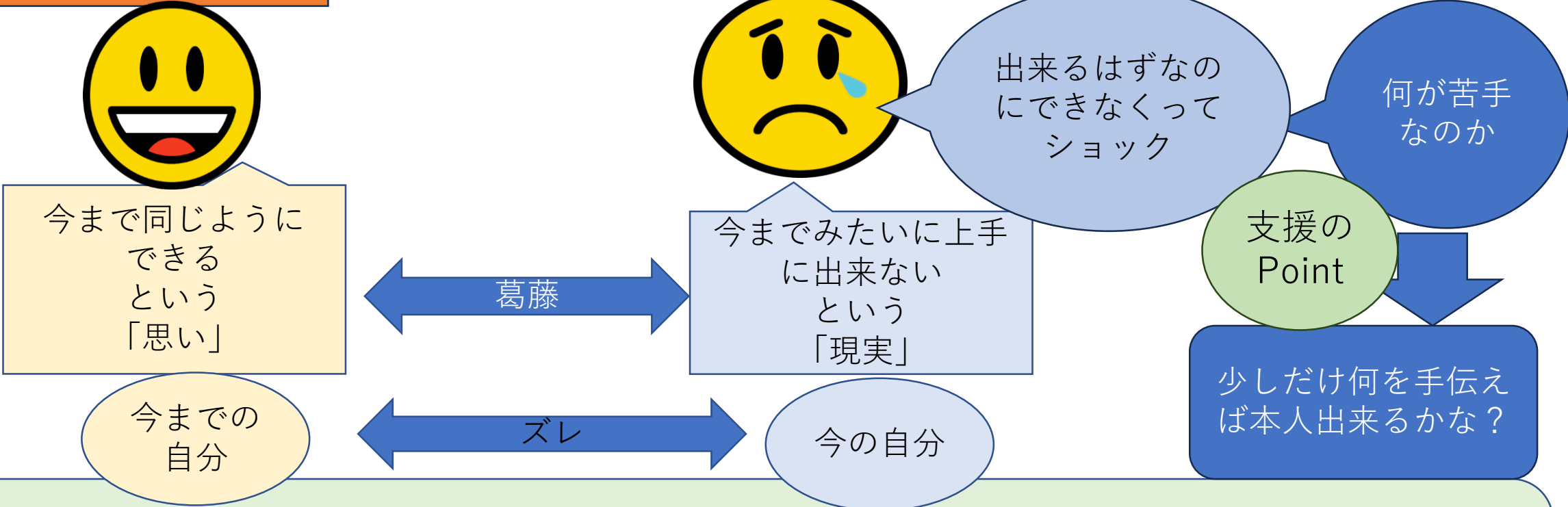
笑顔でにこやかに接する

Point  
1

# 気持ちに寄り添い自尊心を傷つけない

認知症の人の気持ち

認知症の方は病気のせいで、自尊心が**傷つきやすい!!**



- ・今までと同じように出来ると思う気持ちと実際に出来ない現実の中でとても混乱し、不安な気持ちになります。
- ・周りの人たちに知られたくないので、取り繕ったりします。
- ・周りの人に、うまく出来なかった事、忘れてしまう事を指摘されると、今までと同じようにできる「思い」があるので怒りたくなります。

Point  
2

## 本人のペースにあわせる

- 認知症の方はゆっくりであれば出来る事もたくさんあります。

話はシンプルに伝える

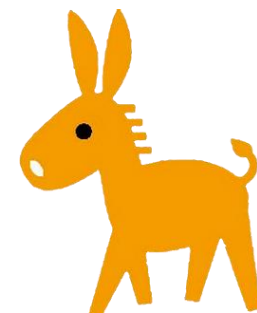
動作を待つ

- 2つの事が重なると覚えていただけません。
- 「寒いから上着を着て散歩に行こう。」



シンプルにすると

- ①寒いね → 本人の返答を待ってみる。「うん寒いね」
- ②上着を着よう → 上着を着たのを確認する
- ③散歩に行こう → 散歩を楽しんで！！



Point  
3

## 笑顔でにこやかに接する

疲れていたら  
無理！！

・笑顔でいる為には・・・

介護者が元気である事が一番大切。

睡眠を十分にとる。しっかり食事をする。自分の楽しみをもつ



そんな余裕ない！！

一人で  
抱えたらダメ！！

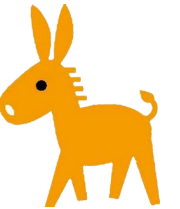
支援の  
ポイント

介護サービス利用：一人で抱えると煮詰まってしまう、共倒れになりやすい  
介護サービスを使う事で専門的な方に相談できる。

仲間づくり：介護している人のつどう**介護家族の会**、**ひとやすみ**などで  
介護の悩みをお互いにお話出来る所に参加してみる。  
一人では抱えないように、自分の話を聞いてくれる友人（仲間）を増やす

# 認知症介護に絶対はありません

- 「こうすべき」「こうしてはいけない」と思い込んで、自分で追い詰めてしまうのはやめましょう。
- ひとりで抱えずに、いろんな方に関わってもらいながら介護していきましょう。



## • **認知症について勉強して欲しいです。**

病気の事が分からないから不安になってしまうかもしれません。本人や家族が書いているSNSや認知症の本もたくさんあります。勉強する事で、認知症の方が病気の症状のせいで行動している事がたくさんあることに気づけると思います

# 認知症の経過と経過に応じて利用できる支援について

P 7

認知症の度合い	気づき～軽度	中等度	重度
認知症の人の様子	<p>物忘れが目立ち始めます (例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・約束が守れなくなる</li> <li>・財布や鍵を失くす</li> <li>・時間を忘れる</li> </ul>	<p>いつ、どこで、何をしたのかの出来事を忘れるようになります。 (例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日にち、曜日、季節が分かりにくくなる。</li> <li>・自宅から離れたところ（不慣れな所）へ出かける</li> </ul>	<p>直近だけではなく古い記憶も曖昧になります。 (例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・近所で道に迷う</li> <li>・自宅内でも迷う</li> <li>・家族を見て名前が思い出せなくなる</li> <li>・物を見ても名前が思い出せなくなる</li> </ul>
暮らしの中で起きやすい例	<ul style="list-style-type: none"> <li>・イライラして怒りっぽくなる</li> <li>・外出を億劫がる</li> <li>・料理の味が変わった</li> <li>・同じものばかりを買い込む</li> <li>・趣味やTVが楽しめなくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鍋を焦らす</li> <li>・薬や水筒を落とす</li> <li>・季節の変わり目に対応できなくなる</li> <li>・毎日の入浴が億劫になる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・服を着替える</li> <li>・トイレに行く</li> <li>・入浴をしなくなる</li> </ul>
本人・家族に向けてのアドバイス	<p>いつもと様子が違う事があれば相談しましょう。 本人が認知症の自覚をし、不安に思っている事もあります。</p>	<p>火の不始末や迷子に備えて安全対策を考えます。介護のしんどさを一人で抱え込まずに周囲に理解してもらいましょう</p>	<p>介護負担が増加するので医療や、介護等の支援を利用しましょう。体調も崩しやすくなるので予防策についても学びましょう。</p>

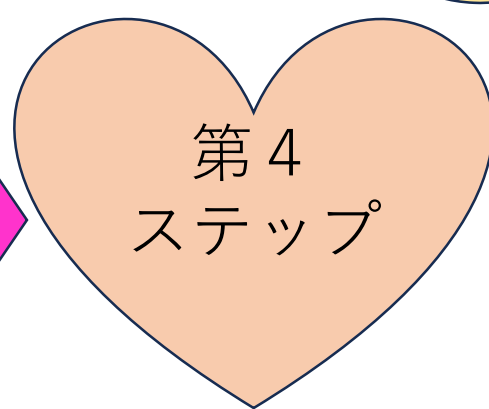
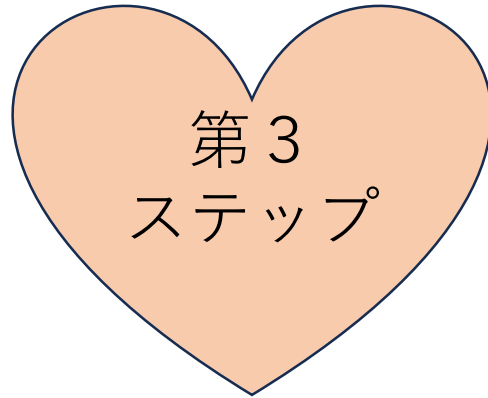
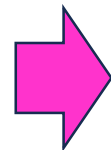
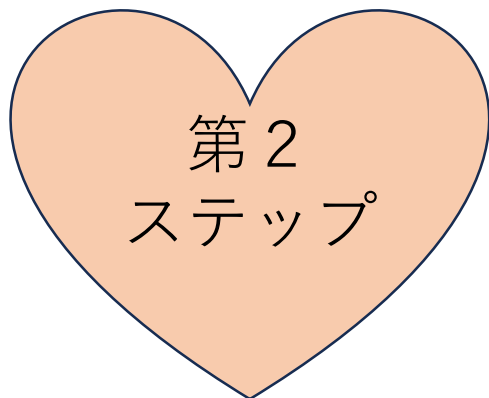
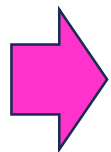
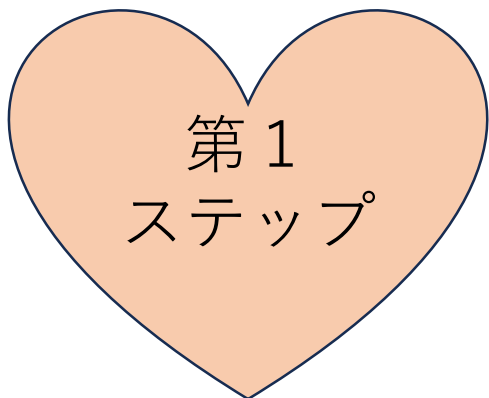
物忘れかな？  
のタイミング  
で受診。認知  
症の病院に早  
く受診しま  
しょう

壁掛けのカレ  
ンダーは読め  
なくなります

介護サービス利  
用しながら、介  
護者の負担が大  
きい時には施設  
の事なども考え  
てもいい時期か  
もしれません

認知症の症状は経過とともに変わります。認知症の度合いや見通しについて確認しましょう





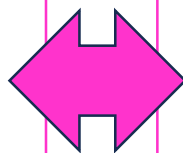
### 戸惑い否定

「うちの母に限って」と家族は戸惑い、認めたくない  
「否定」の気持ちが働き人に相談できない

### 混乱、怒り、拒絶

認知症の理解が不十分なため  
「なぜ? どうして?」と混乱する。振り回されるので怒りが限界に達すると拒絶の気持ちがおこります。

### 最もハードな時期

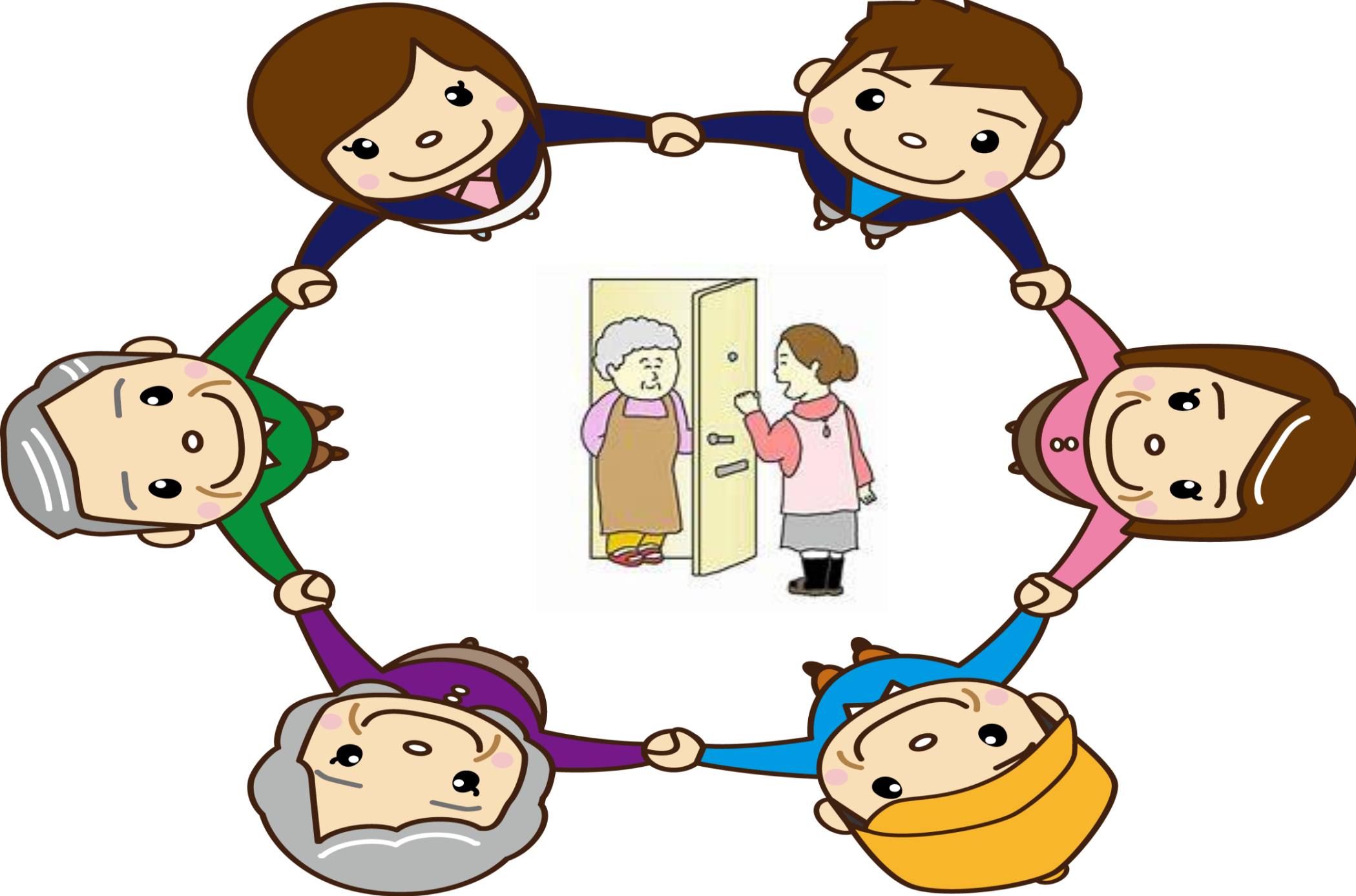


### 割り切り (あきらめ)

ステップ2を繰り返すうちに  
「しかたがない」と割り切り、あきらめる気持ちになる。  
新たな混乱があるとステップ2に戻る事もある

### 受容

認知症の理解が深まり、本人の今をあるがままに受け止める事が出来る時期



認知症の方は  
少しだけ  
手伝ってくれ  
れば、出来る  
事もたくさん  
あります。

家族、友人、  
ボランティア、  
地域の方、  
介護サービ  
スなどで支  
えていける  
と住み慣れ  
た町での生  
活を続ける  
事が出来ま  
す。