

認知症とともに幸せに生きる —互恵社会を目指して—

認知症の支援で大切なのは、
“自分が認知症になった時に
どうしてほしいのか”
を想像することです。



手助けが必要であることを、隠したいと思うかもしれません。

人に不手際を指摘されてしまうと、もう、そこには来たくないと思うかもしれません。

人に迷惑をかけたくないと思って、外出しなくなってしまうかもしれません。

とまどっている時に、挨拶をしてもらうと、ほっとするかもしれません。

考えがまとまらない時に楽しく話しかけてくれると、嬉しくなるかもしれません。

おそらく、社会で普通に暮らしていくことを望むと思います。

外出をして、いろいろな人と話をして、今日も一日楽しく暮らした、ということを嬉しいと思うのではないか。

買い物も、生活に必要な物を買いに行くだけが目的ではなく、そこで人と交流することを楽しみにしていると思います。

認知症があるなしではなく、“高齢の方とその場で楽しい時を共有する工夫”を考えてください。

そのお店や施設を、本人も他の人も気持ち良く利用し、

そこで働く人も気持ち良く応対していくために、相手の立場に立って、

話を丁寧に聞くという当たり前のことが、認知症の知識以前に大切なのだと思います。

認知症とともに幸せに生きる —互恵社会を目指して—

2016年3月30日発行

編集・発行 国立長寿医療研究センター

認知症支援ボランティア養成事業(愛知県委託事業)

©禁無断転載 本書の著作権は国立長寿医療研究センターに属する

編集:(有)編集企画室 群 / デザイン・イラスト:design anone / 印刷:安藤印刷株式会社

私も、毎日の生活を楽しんで、人と笑って過ごしたいです。

困った人にはなりたくありません。

自分のことは、自分で決めて、行動をしたいと思っています。

ですので、向き合って、わかる言葉で説明してください。

自分のできることは自分でしたいと思っていますが、

困っている時には少し、手を貸してください。

皆さんに守られている安心感があると、

毎日楽しく過ごすことができます。

社会生活障害としての認知症

社会生活では、状況に応じて言動・感情をコントロールし、周囲との関係性を維持していくことが求められますが、認知症ではこのことが徐々に難しくなっていきます。たとえば、もの忘れの症状のある場合は、自分の言動を忘れてしましますので、自己反省することが難しくなります。状況を理解すること、手際よく行動することも難しくなり、困っていても、人に言葉で伝えることも難しくなっていきます。

しかし、周囲の配慮によって、周囲の人も、認知症の人とともに、社会生活を楽しんでいくことができます。

社会では、認知症のみを特別視し、周囲が我慢を強いられるようであっては、双方のメリットにはなりません。認知症の人も参加者・消費者・利用者として受け入れ、日常生活・業務で無理のない範囲での支援をすることで、お互いに感謝をしあう関係性を持続できるのではないかでしょうか。

“この人は認知症かどうか”ではなく、“何を困っているのか”を想像してください。特に困っている様子がなければ、見守ってください。困っているかどうか、わからなければ、声を掛けてください。ご本人に聞かずには、自分の思いを押し通すことはひかえてください。困っていることを周囲に知られたくないと思う人もいますので、できるだけ、さりげなく声を掛けてください。

認知症の人は個人個人、違う人格ですし、状況もそれぞれ異なります。したがって、対応もその時々で変わってきます。このパンフレットは、ハウツーではなく、支援のヒントとして活用してください。実際の支援は、その人と向き合って対話の中で、その人と一緒に考えてください。

