

2 認知症の方の気持ちと付き合い方のポイント

(1) 本人の気持ち

認知症と診断されても
その日から
何もできなくなるわけではありません。

認知症という病気は、
私たちの
人生の一部です。

本人は病院に行くことが
怖いのです。
決して拒否しているのでは
ありません。
一番わかっているのは、
本人です。

出典：もしも 気になるようでしたらお読みください

『認知症も診断されたときから始まるものではありません。認知症かそうでないかは
実際には線引きはできません。

あなたの人生を自然に歩むことが大切です。 少しの工夫と助けを使って。
あなたが、病院に行くのは認知症の診断のためではありません。自分らしく生きるための
ヒントを見つけるためです。』

「もしも 気になるようでしたらお読みください」 本文より抜粋



この冊子は下記のQRコードから自由に
ダウンロードすることができます。

もしも気になる方がいればあなたからお渡しください。



パソコンでは、[DC-NET もしも認知症](#) [検索](#) と検索してください。
ダウンロードすることができます。

違和感を覚えている人が、自分で地域包括支援センターに行こうと思えるように、
認知症という言葉をしるだけ使わない絵本のような冊子をつくりました。

認知症介護研究・研修仙台センター

(2) 認知症の方との接し方 10ヶ条

少しずつ進行する認知症の症状に合わせて、介護する側も認知症への理解を深め、「接し方10ヶ条」を基本に、認知症の方の心理や行動を少しずつ受け入れていきましょう。

1 ゆっくり 1つずつ簡潔に

穏やかにゆっくり話すように心掛けると共に、1つずつ簡潔に伝えるようにしましょう。

2 余裕を持って 穏やかな気持ちで対応

雰囲気や感情を敏感に察知しています。介護者のいら立ちは本人に伝わることを理解しておきましょう。

3 思い出させない、 間違いを正さない

無理に思い出させようとせず、言い分をよく聞いて、話を合わせます。

4 がんばり過ぎない、 抱え込まない

悩みは家族だけで抱え込まないこと。また、介護者の健康管理もしっかりしておきましょう。



5 本人の視界に入った ところで声をかける

突然声をかけられるとびっくりします。視界に入ったところで目を見て話すようにします。



6 信頼関係を大切にする

介護に信頼関係は不可欠です。いつも味方、という態度できちんと接しましょう。

7 しかったり、 命令しない

介護者が感情的な物言いをしたり、命令口調だと症状を助長しかねません。

8 自尊心を大切に、 敬意を払う

症状が進んでも恥ずかしい、つらい思いはあります。プライドを傷付けないようにします。

9 受け入れて共感する

無理のない範囲で受け入れることで、双方のイライラや不安が抑えられます。



10 行動パターンを観察し、 早めにフォロー

一日の生活パターンを観察し、転倒や火災といった事故防止策、排泄などの対策を立てます。