

このページを読んでクイズにチャレンジしよう

認知症ってなんだろう？

ヒントが
かくれているよ



認知症は脳の病気です。

記憶力や判断力などの能力が低下することによって日常生活がしづらくなります。

高齢化が進み、認知症の人の数が増えています。年をとるにつれ、だれもがなる可能性があり、身近な病気となってきています。

認知症になるとどうなるの？



道に迷う

昼と夜がわからない

何度も同じことを聞く

日にちがわからない

ごはんを食べたことを忘れる

少し前のことを忘れる

料理や旅行の計画など、できていたことができなくなる

うまくしゃべれない

一度にたくさんのことを言われるとわからない

でも、すべてを忘れてしまうわけでも、何もわからなくなってしまうわけでもありません。



大切なこと

認知症の人にどう接したらいいの？

おどろかせない

いそがせない

相手がいやだと
思うことを言わない

例えば・・・

急に後ろから話しかけられると、だれだかわからなくてびっくりします。
正面からゆっくりと話しかけましょう。

元気がなくなったり、とつぜんおこりだしても、やさしいことばをかけてあげましょう。
うまくしゃべれないだけで、もしかしたら何か言いたいことがあるのかも！
日ごろのあいさつも大切です。

Q1

がくげいかい
学芸会？
聞いてないよ

おばあちゃん、
きょう
今日、
がくげいかい
学芸会が
あったんだけど

がくげいかい み き
学芸会を見に来てくれる
やくそく
約束をしたことを
わす
忘れていました。



Q2

ゆう
夕ぐれに、
きんじょ にんちしょう ひと
近所の認知症の人が、
いえ はんたい ほうこう
家とは反対の方向に、
こまったようす
こまった様子でふらふらと
ある
歩いています。



Q3

ごはんを^た食べたことを^{わす}忘れて、
なんど
何度も「ごはんはまだ？」と
い
言います。



→よく^{かんが}考えてから開^{ひら}いてみよう→

やさしい気持ちで接すると笑顔になるんだね



おどろかせないようにやさしく「こんにちは、となりの家の〇〇だよ。」とあいさつし、「おばあちゃんの家はこちだけど、どこに行くの」などと声をかけます。

こま ひとり
たいおう ひとりで
たいおう 一人で
たいおう 一人で
たいおう 一人で
たいおう 一人で

困った時には、一人で
対応しようとせず、家族、学校の先生など信頼できる大人に、助けてもらいましょう。



こたえは1つではないよ。ほかにはどんな接し方があるかな？

認知症になると、新しいことが覚えられなくなったり、少し前のことを思いだせなくなります。

でも認知症になっても「うれしい」「楽しい」「かなしい」「こわい」

という気持ちはみんなと同じです。

約束を忘れたことを責めずに、楽しい時間を過ごしましょう。



認知症になると、散歩や買い物などに出かけ、そのまま道に迷って、家に帰れなくなることがあります。身近にふだんから見守り、こまっている時に声をかけてくれる人たちが増えれば、安心して外出することができます。

<道に迷っている認知症の人の様子>

- ・ 落ち着きがなく、こまった様子がある
- ・ 季節に合わない服そうや、ちぐはぐなはき物をはいていることがある
- ・ バス停や公園のいすにぼんやりと座り続けている

<見守りネットワーク>

地域ぐるみで認知症の人を見守り、行方不明になった人をさがす仕組みがあります。心配な時には、警察（110番）や地域包括支援センターに連らくをしましょう。



食べたことをすべて忘れてしまっているので、本人へ食べた物を伝え説得しても

わかりません。

また、食べても満腹感がなく

「自分は食べていない」と思っていることもあります。

本人の言うことを否定したりしからせたりせず、

本人の気持ちを受け入れながら、寄りそいましょう。



わたしができること

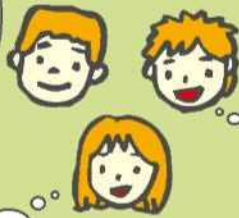
まずは認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守ることがから始めましょう。

認知症の人の気持ちを考え、やさしく声をかけたり、できるはんいでちょっとした手助けをすることが、認知症の人の不安な気持ちをやわらげることにつながります。

みんなが認知症について正しく理解して助け合うことができれば、認知症の人とその家族も安心してくらすことができます。

小学5年生の声

周りに認知症の人がいたら、温かい目で見守り、やさしく対応しようと思いました。



もし認知症の人がイライラしていたら、その人の気持ちになって接すれば仲が深まるということが分かり、これから活用していきたいと思いました。

認知症になると物忘れをするということは知っていたけど、ほかにもイライラしたり、不安になったりすることは初めて知りました。認知症の人にはやさしく話したり、安心できるように話そうと思いました。

認知症サポーター養成講座受講生（半田市）

※認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者のことです。

愛知県では、認知症の人やその家族が安心してくらすことのできるまちをめざして、条例をつくりました。

次の考え方を大切にしていましよう。

認知症の人やその家族の思いを大切にしましよう。

認知症の人がくらしやすいまちづくりにみんなで協力しましよう。