

※資料について
全ての資料があるわけ
ではありません。画面(スラ
イド)の右上に赤い△印が
あるもののみです。

「認知症の “人の気持ち”」

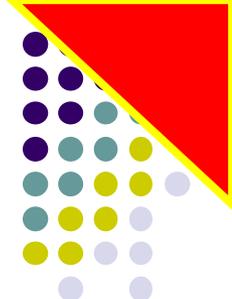
～思いを理解してかかわる～

(地域向け)



竜王町 認知症地域支援推進員 山添明美

じゃんけんと人の気持ち



あとだしで勝つこと = 慣れていること



→ 出来る = 安心

あとだしで負けること = 慣れていないこと



→ 出来ない = 焦り・不安

認知症の基礎知識

- とても数が多い

600万人ぐらい (2020年) ※2014年に厚生労働省試算

2030年には…

800万人ぐらい

5~10年で半分
ぐらいが認知症に!?

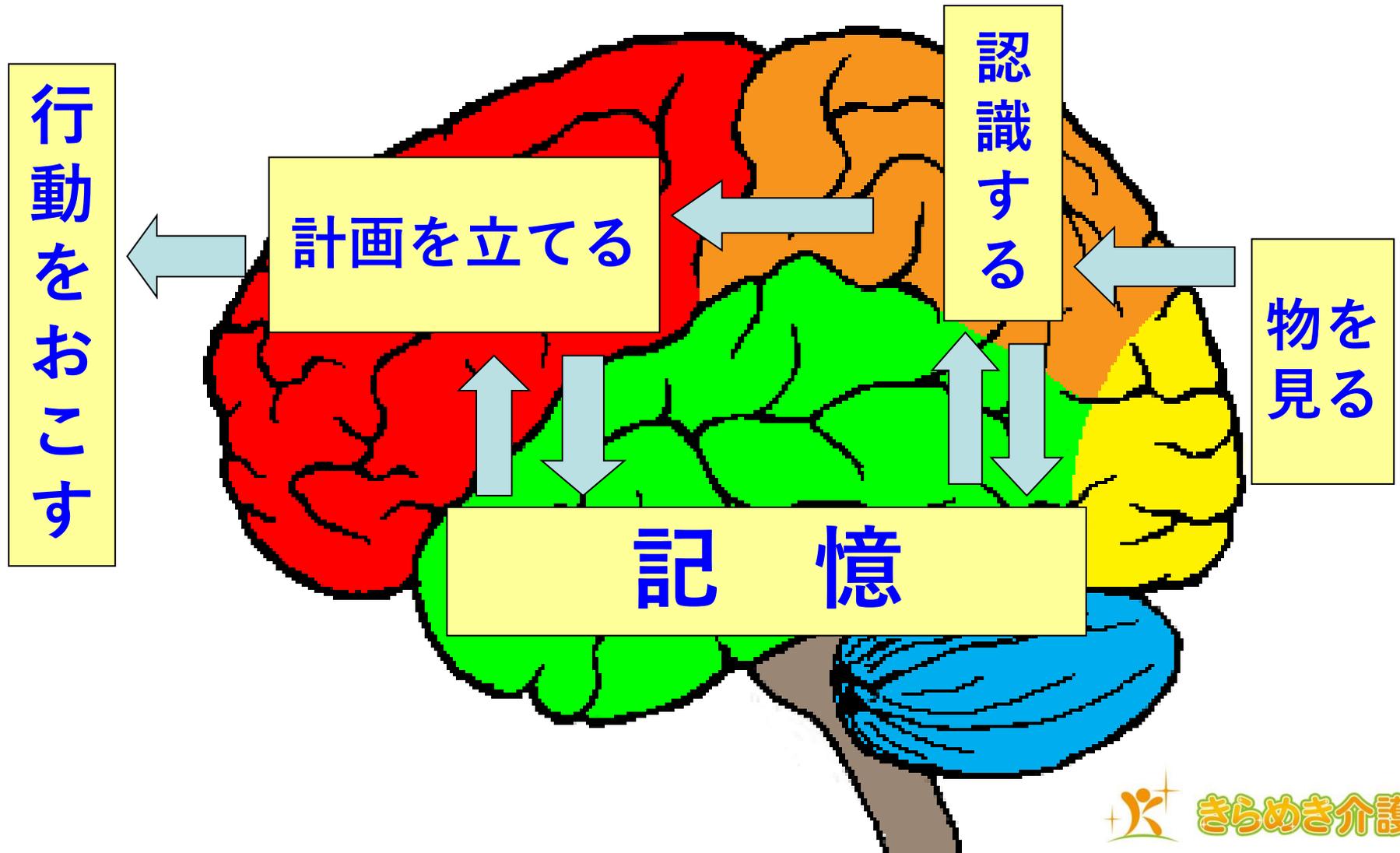
そして予備軍 (※) と呼ばれる人が、500万人ぐらい

※年相応よりも“もの忘れ”があるが、

特に生活に支障がない状態

大脳の働き

～私たちは頭の中でこんな風に考えています～



代表的な4つの認知症

☆脳血管性認知症（1～2割）

→脳の細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり脳細胞が死んでしまう

☆アルツハイマー型認知症（5～6割）

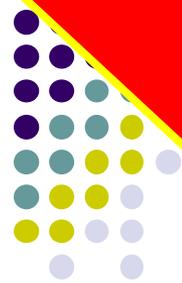
☆レビー小体型認知症（1～2割）

☆前頭側頭型認知症（1割）

→脳の細胞がゆっくり死んでいく変性疾患



認知症（アルツハイマー型） っていったい何？



「認知症は、

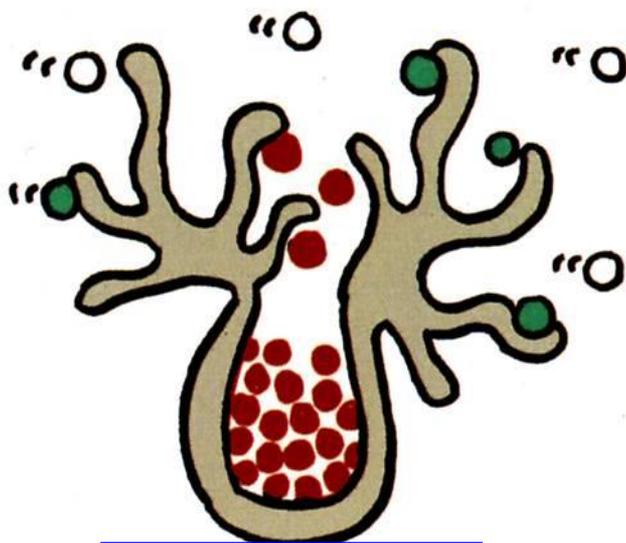
脳に起きた変化によって、

記憶障害（もの忘れ）などがおこり

日常生活をおくることが

困難になっている状態」

記憶障害って！？



若い時

インギンチャク＝記憶の貯蔵庫 (海馬)

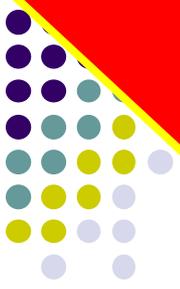
老化すると

認知症になると
(初期)



- 大切な情報
- 関心のある情報
- 無駄な情報

食べたのに、どうして 食べてないなんて言うの？



- 自分が食べたことを**覚えられない**。



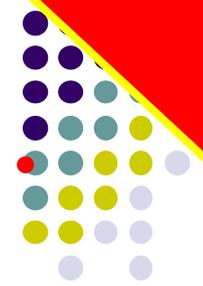
- **覚えていない**から当然、
思い出すこともできない



- **私はまだ食べていない！**



なぜ認知症を理解することが大事なの・・・
～まわりの理解が本人や家族を救う～



認知症の特徴を・・・

「知っている」と「知らない」とでは
介護の大変さに大きな違いが！



学んで理解することが大事！



なぜ認知症を理解することが大事なの・・・
～まわりの理解が本人や家族を救う～

家族の介護は・・・

24時間365日休みなし、

そして

いつまで続くかもわからない不安



ご近所の理解があつてこそ！



認知症の進行を遅らせる二つのポイント

薬

- ①アリセプト ②レミニール ③メマリー
- ④リバスタッチパッチ/イクセロンパッチ

この薬を使うことで進行を止めることは出来ないが、進行をゆるやかにすることが出来ると言われていています…

→だから早期発見・早期治療が大事！

2割

薬と関わり、どっち
がより効果的！？

ストレスを減らす

「焦り」や「不安」などのストレスは
病気を進行させる大きな要素と言われる先生も。

→私たちが「適切な関わり」をすることで
ストレスが減らせる。

8割

見当識の障害

- ここがどこだかわからない？ (場所)
- 今が何時頃かがわからない？ (時間)
- あなたが誰だかわからない？ (人)

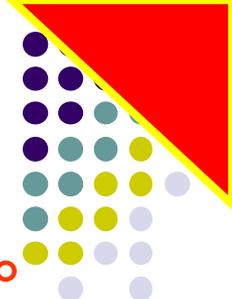
問題です！



①場所 ②時間 (曜日)

③人

最初にわかりにくくなるのは
どれでしょうか？



～アルツハイマー型認知症の初期症状～

- 朝、話したことを、午後になると覚えていない。
- 買い物に行き、冷蔵庫にあるものを買う。
- ゴミ出しの日を間違える。
- 季節に合わない服を着る。
- 財布の中に小銭がたまる。
- 料理の味付けが変わる。
- 好きなことに興味を示さなくなる。

私たちの気づきで大切な家族や友人を救うことができるのです！



アルツハイマー型認知症は、早期に治療していくことで、進行をゆるやかにできます。あれ？っと思ったらすぐに「地域包括支援センター」に...

でも最近では認知症の方がこんな風に言われています



認知症になると・・・

何もわからなくなるのではなく、
わかりにくくなるだけ。

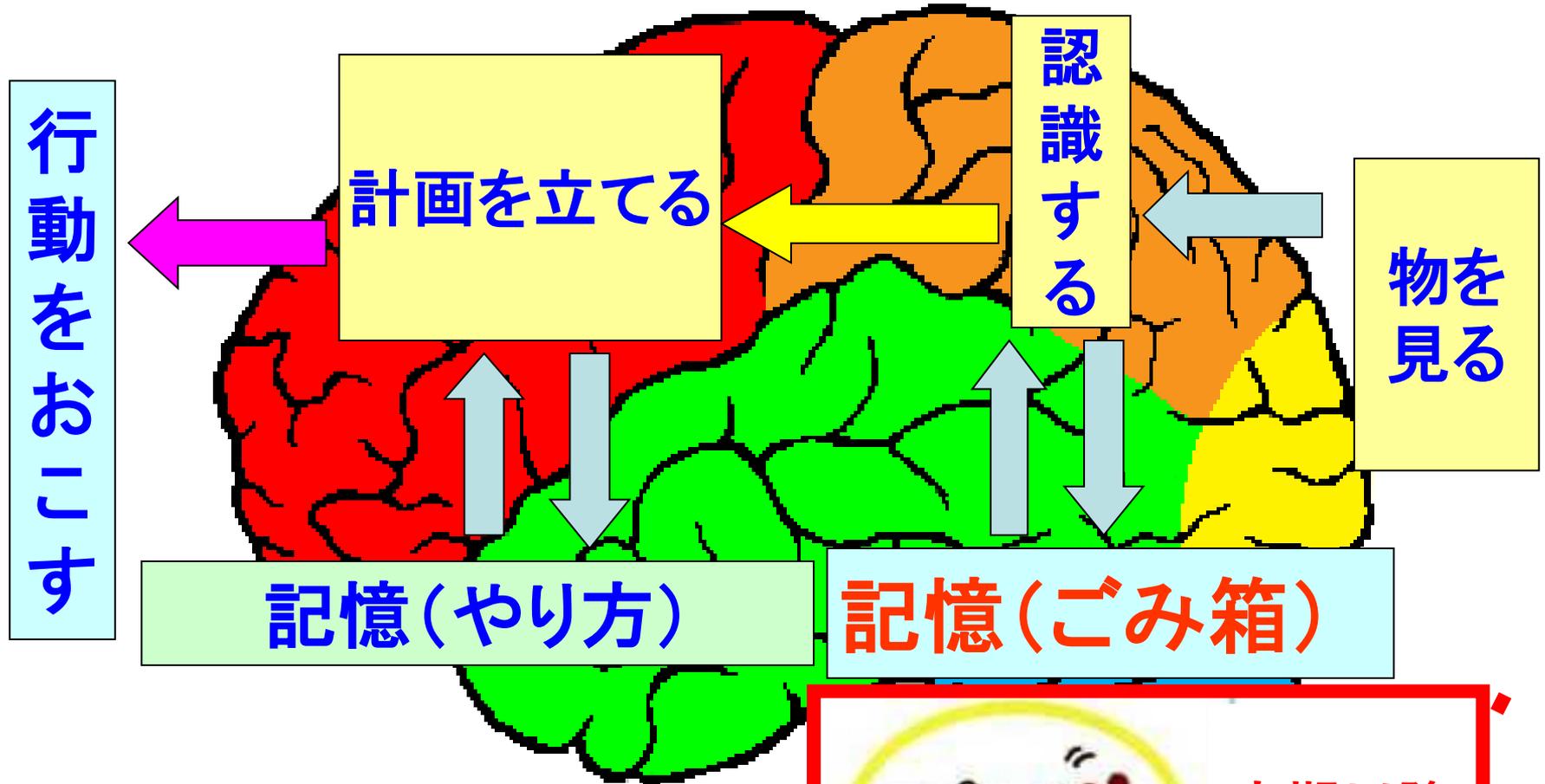
わかることもたくさんあります

・昔（痴呆）：何もわからなくなった人
→だから問題を起こすんだ。

・今（認知症）：わかることもたくさんある人
→だから問題を起こしてしまう。



なぜ、ごみ箱におしっこするの？



中期以降

進行すると、覚えていたことを忘れてしまう

記憶障害って！

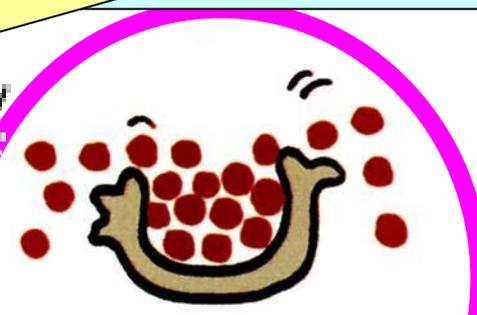
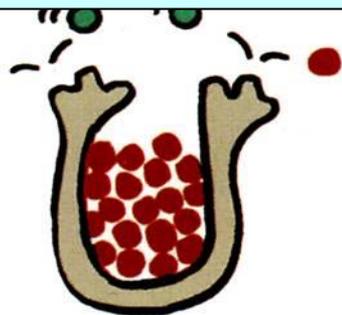
認知症になると・・・

新しいことを忘れてしまう。
でも、昔のことは覚えてるし
まだまだ出来るんです！

●
大切な情報

●
関心のある
情報

○
無駄な情報



認知症になると
覚えられない

進行すると、覚えていた
ことを忘れてしまう

アルツハイマー型認知症になると 記憶障害が原因で…

- ご飯を食べたのに食べてないと言ったり
- 同じことを何回も話したり、聞いたり
- トイレ以外の場所でおしっこをしたり
- 食べられないものを食べたり
- 洗濯機や炊飯器がうまく使えなかったり
- 近所で道に迷って帰れなくなったり



いろいろなことをするかもしれません。

- でも本人は決して「間違っただけをしよう」とか「誰かを困らせてやろう」なんて、思っただけでやっているのではないのです。

「記憶障害」って、単にさっきした事を忘れるだけではないんです。私たちは常に「記憶」を頼りにして生活を送っています。



「わからなくなった」わけではなく、「わかりにくくなった」だけ。その中で、目の前の環境に適応しようと一生懸命考え、自分なりに正しいと思うことをしているのです

覚えていたことを忘れてしまう。でも...

大切な人の
ために
何かしたい

周りの人に
迷惑を
かけたくない

あなたの大切な人の心を
理解できるようになりたいですね...

関わる時、大事にしたいこと

- 病気の特徴を理解して！
→ 記憶障害があると大変なんです。
- プライドを傷つけないで！
→ 自分なりに正しいと思う行動をしているのです。
間違いを指摘されたら悲しくなります。
- 出来ることを大切にしよう！
→ 全部出来なくなっただけじゃないんです。
出来ることをすることで人は安心できます。

よくこんな相談をされる方がいます

おばあちゃん、私の前ではいつもわけのわからないことばかり言って大変なのに、近所の人やヘルパーさん、特にお医者さんの前では、きちんと挨拶して、上手にお話ができるの。

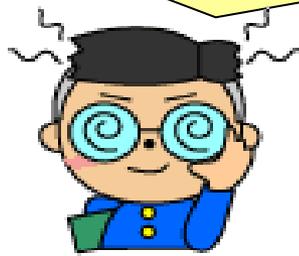
家ではわざとおかしいこと言ってるの？
私がバカにされてるの？



アルツハイマー型認知症では、
社会性は最後まで発揮されます。

認知症になっても、場面に合わせた挨拶や
会話、その場を取り繕うような受け答えは、
上手に出来るんです。

だから一緒に住んでいない人（親類や隣近所
の友人）は、本人の病気に気づきにくく、
家族だけで問題を抱え込んでしまうのです



物盗られ妄想！

最近、うちのおかあさん、通帳とか財布が盗まれた！って、大騒ぎすることが多くて。しかも「あんたが財布盗った」って、私を泥棒扱いするのよ。

何で私が！？私は家族で、誰よりもおかあさんのこと、介護してるのに。

・・・なんのために頑張ってきたのか、悲しくなるわ。



こんな感じで“物盗られ妄想”が出現！？

最近、うちのおかあさん、**通帳とか財布が盗まれた**って、大騒ぎすることが多くて・・・

自分で財布や通帳を片付ける

記憶障害があるから片付けた場所を覚えられない

探しても見つからない

ない・・・盗られた。私の一番近くにいるのは・・・

嫁が盗ったに違いない！（怒）

わかりやすいトイレって？

～脳に訴えかける言葉～

☆W C

☆化粧室

☆トイレ

☆便所

☆手洗い

☆かわや

☆はばかり

☆ご不浄



皆さんは、トイレの扉に
どんな言葉を書きますか？

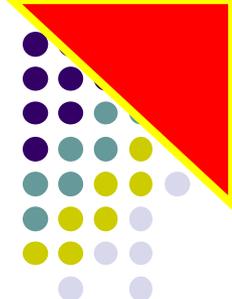


どういふ生活が望ましいか・・・

- ❁ 上げ膳据え膳ではなく、
必ず役割をもってもらおう！
- ❁ ストレスを作らない
出来ないことを無理にさせない
→ そっと援助することが大事です！
- ❁ 自信をもってもらうために
出来ることはどんどんしてもらおう！



認知症の人を支える3つの馴染み！



● なじみの人間関係

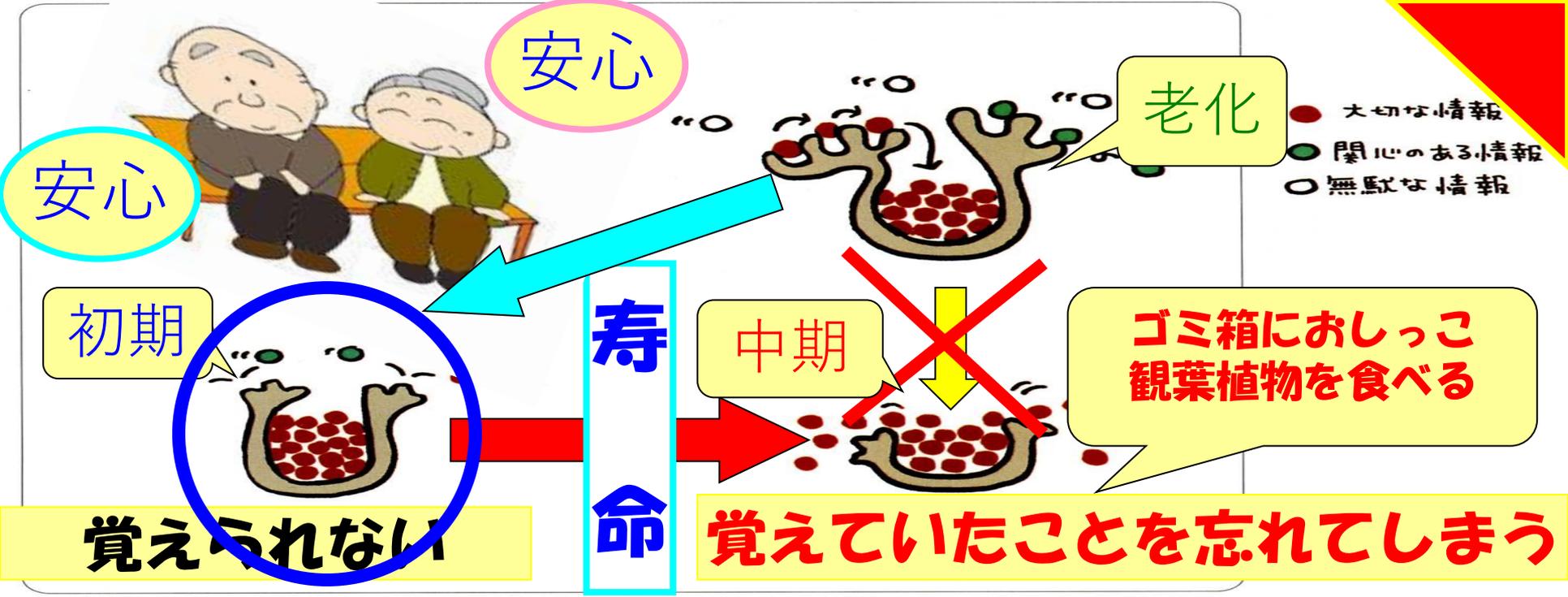
昔から知ってる人 → 知った顔・声で安心！

● なじみの物

昔から使っていた道具や家具
→ 使い方がわかるから安心！

● なじみの行動

昔からしていた仕事や家事
→ 身体が覚えているから安心！



一番大事なことは、
「あなたの大切な人が認知症になっても、かわらないお付き合いを続けていくこと」 なのです！！



～誰だって住み慣れた地域で、人生最後まで
『自分らしく暮らしたい』と願っています～

- 『介護の方法』をアドバイスできるのは
私たち介護の専門職。

でも…

- 『その人』のことを一番よくわかっているのは、
その人の家族や友達、そして、ご近所さん。

だからこそ

《皆さん一人ひとりと介護の専門職が
みんなで助け合っていける地域を》