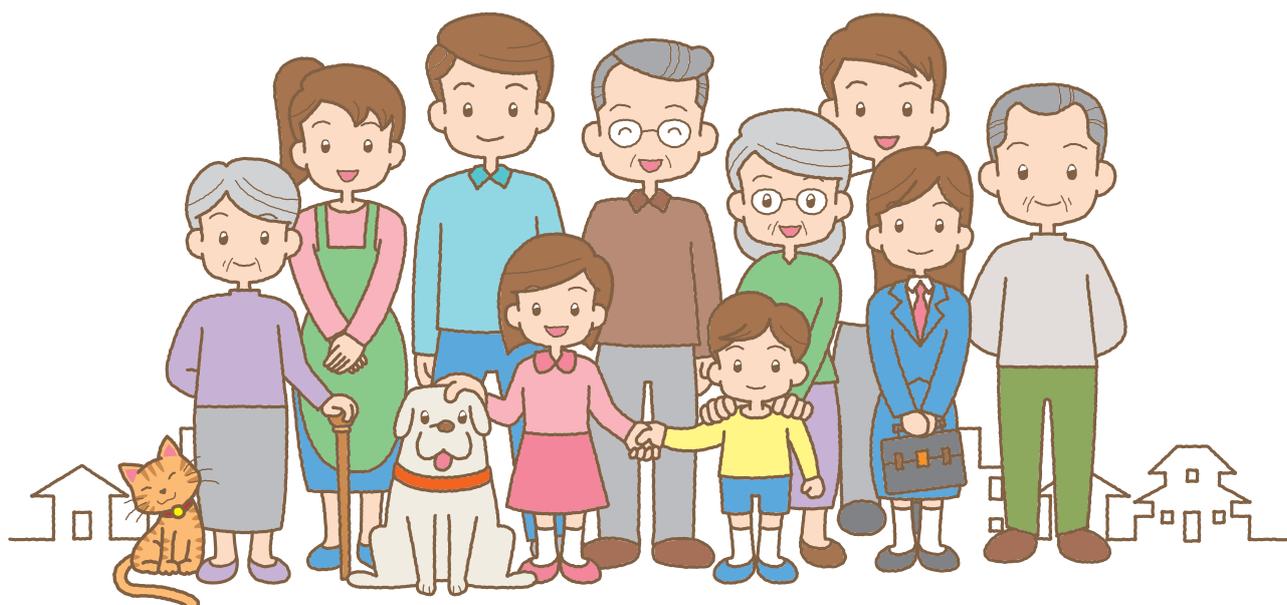


みんなで ささえあうまちづくり

認知症の対応ポイント

このパンフレットは、認知症を正しく理解し、認知症になっても、誰もが住み慣れた地域で暮らし続けることができるように願い、作成しました。



- 1 認知症とは？ その症状は？ …………… 1 ページ
- 2 こんなときはどうする？ 接し方のポイント …… 2 ページ
- 3 早期受診・早期診断・早期治療のすすめ …… 4 ページ
- 4 みんなが笑顔で暮らすポイント …………… 5 ページ

1

認知症とは？その症状は？

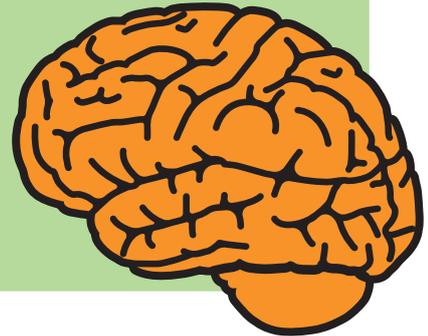


「認知症」は「脳の病気」です。

認知症とは

脳は、人間の活動をコントロールしている司令塔です。いろいろな原因で脳の細胞が壊れてしまったり、脳の司令塔の働きが悪くなって、さまざまな障害が起こり、日常生活が難しくなる状態のことです。

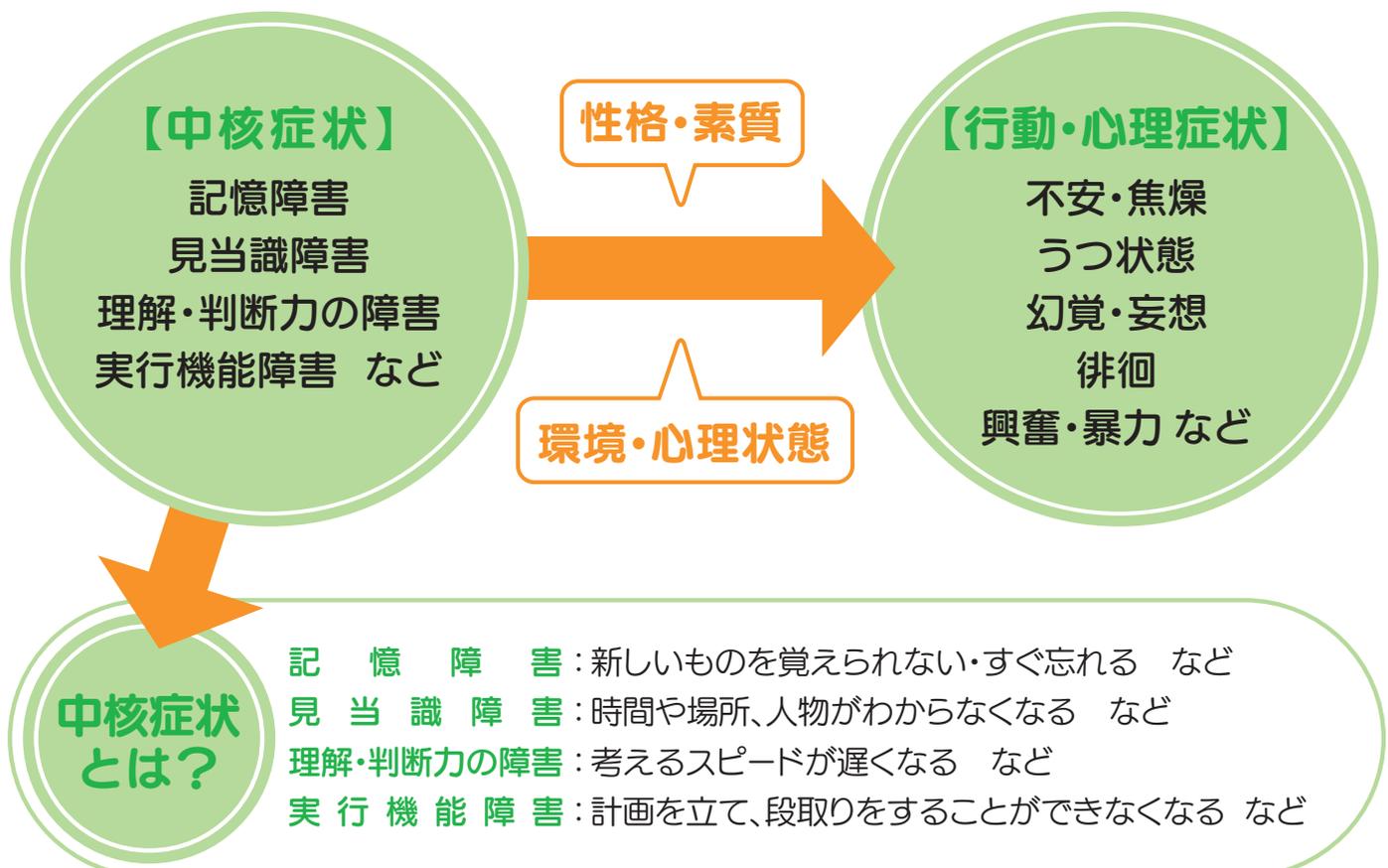
高齢者だけではなく、若い人が発症することもあります。



【認知症の症状とは】

誰にでも生じる「中核症状」と、中核症状に環境などさまざまな要因が加わって生じる「行動・心理症状」があります。

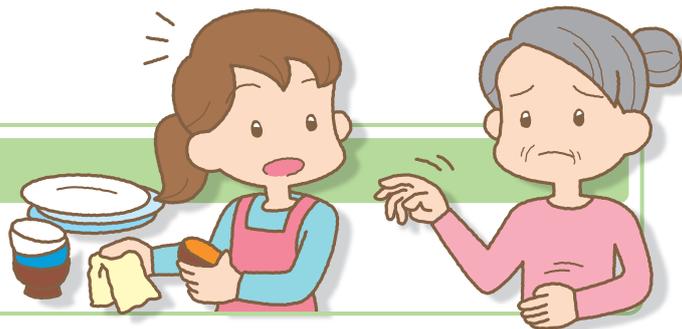
※「認知症の行動・心理症状」は必ずしも生じるものではありません。



2 こんなときはどうする? 接し方のポイント

よくもの忘れをする

「まだ、ごはん食べていない!」、「ご飯まだ?」
食べたばかりなのに食事を催促してくる。



✕ 「さっき、食べたよ!」

○ 「今準備をするから、
お茶を飲んで待っててね」

否定的な対応をすると不安や混乱を招きます。待っている間に忘れてもらうのもひとつの方法です。好きなお菓子などを少量出したり、歌など興味のあることをすすめてみるのもいいかもしれません。

時間や日付がわからない

「今日、何曜日?病院に行く日だっけ?」
何度も同じことを言ったり聞いたりする。



✕ 「何回も同じこと話さないで!」

○ 「明日だよ~」

時間や日付を繰り返し聞くのは不安だからです。本人は、聞いたことを覚えていません。頭ごなしに叱ることは禁物です。

今までできていた日常動作ができない

「あれっ?どのボタンを押すんだっけ?」
今まで出来ていた日常の動作ができなくなる。



✕ 「できないなら、さわらないで!」

○ できないことをとがめず
できることを見つける

日常生活の何がうまくいかないのかということに目を配りながら、一緒に操作する、不要なボタンを隠す、操作順をシールで貼るなど、本人ができるような工夫をしましょう。

認知症の人に接する際には、認知症のことを正しく理解することが必要です。認知症の症状に最初に気づくのは本人であり、誰よりも心配なもの、苦しいもの、悲しいのも本人だと言われています。本人の不安や困惑を受け止め、優しく寄り添うことで、症状の悪化を防ぐことができます。

身近な人を忘れてしまう

「あなた、誰？」

一緒に暮らしている人や身近な人が誰なのか分からなくなる。



✕ 「何を言っているの!しっかりして!」

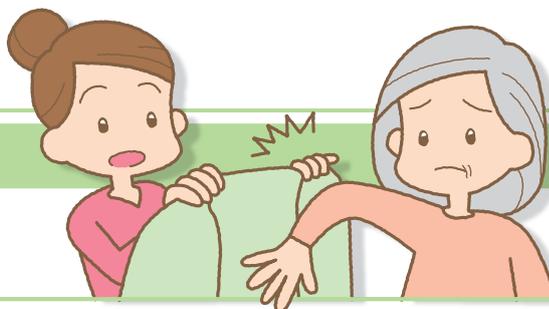
○ 「息子の太郎だよ」

身近な人の名前や自分との関係が分からなくなることがあります。怒ったり、頭ごなしに否定すると本人が混乱してしまいますので、優しく伝えましょう。また、場合によっては、別人になり接する方がよいこともあります。

介護されるのを嫌がる

「触らないで!私にかまわないで!」

入浴や着替えで触られるのを嫌がる。



✕ いきなり服を脱がせる

- 笑顔で話しかけ安心させる
- 拒否の理由に沿って対応する

介護を嫌がる時、本人にとっての理由があります。その理由を理解し、丁寧な対応を心がけましょう。また、身近な人ほど拒否される場合が多いです。不快に感じる状況をできるだけなくし安心させることが大切です。

「見える」「聞こえる」など幻覚がある

「そこに知らない人がいるよ!」

見えないものが見えると言い、騒ぎ立てることがある。



✕ 「そんなものはいない!気持ち悪いわね!」

○ 「人がいるのが見えて怖かったんだね
私がいるから大丈夫」

幻覚を否定されると不安が強まったり混乱したりしてさらに症状が酷くなることがあります。否定したり怒ったりせず安心させることが大切です。

2 こんなときはどうする？ 接し方のポイント

帰り道がわからない

「畑に行ってくる！」
外出すると目的を忘れうろする。



✕ 「危ないから、行くな！」

○ 「じゃあ、一緒に行こうか」

方向感覚が失われたり、道に迷ったりすることは認知症では物忘れとともによくみられる症状です。症状が進行すると外出先から戻れなくなることもあります。外出を無理に押さえ込もうとすると、閉じ込められたなどと感じ、かえって不安を強くします。本人と一緒に出かけるとも有効です。

万が一、行方が分からなくなった場合は、早めに警察署に相談しましょう。秋田市の各警察署が設立した「高齢者さがしてネットワーク」を活用し、地域ぐるみで探します。

各警察署の連絡先

秋田中央警察署：835-1111(代表)
秋田臨港警察署：845-0141(代表)
秋田東警察署：825-5110(代表)



3 早期受診・早期診断・早期治療のすすめ

認知症は、
なによりも早期受診・
早期診断・早期治療が
大切です。

まずは、かかりつけ医に
相談しましょう！



【認知症疾患医療センター】

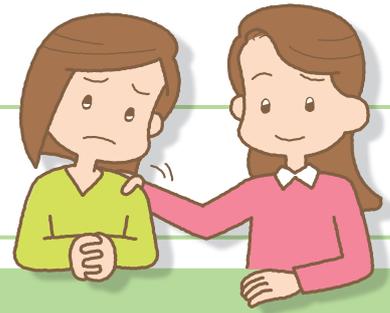
認知症についての相談・診断・認知症に伴う様々な症状への対応を行う認知症の専門医療機関です。

※外来受診の際は、事前に予約が必要です。
詳しくは各病院へ問い合わせください。

名称	住所	電話	受付時間
市立秋田総合病院 (地方独立行政法人 市立秋田総合病院)	秋田市川元 松丘町4番30号	018-866-7123	月～金曜日 9～16時 (祝日・年末年始除く)
秋田緑ヶ丘病院 (医療法人 久盛会)	秋田市飯島字 堀川84	018-845-2228	月～金曜日 9～17時 (祝日・年末年始除く)

4 みんなが笑顔で暮らすポイント

ひとりで、家族だけで抱え込まないことが重要です。



どこに相談すればいいの？

○地域包括支援センター

地域で暮らす高齢のみなさんを、介護・福祉・健康・医療など様々な面から総合的に支援しています。

お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへご相談ください。

地域包括
支援センター一覧



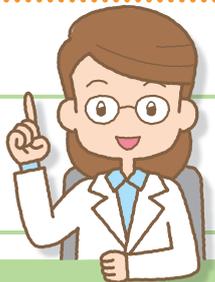
「認知症サポートガイドブック」も併せてご活用ください。認知症症状の進行状況に応じた相談機関、介護や生活支援に関するサポート・サービス、今後の備え等を紹介しています。



市役所長寿福祉課、地域包括支援センター等に設置しています。



人ごとではなく、自分のこととして、ちょっと優しくお互いさまの気持ちを育てていくことが大切です。



…さらに認知症について知りたい方へ
【認知症の方や家族をみんなで応援しましょう!】

『認知症サポーター養成講座』を受講してみませんか？

秋田市では、認知症を正しく理解し、その方とその家族の応援者（認知症サポーター）を養成しています。養成講座は、地域の皆さんの集まりやお店、小中学校など、どこでも開催することができます。

講座を希望される場合は、地域包括支援センターまたは、長寿福祉課にお問い合わせください。



秋田市長寿福祉課

TEL.018-888-5668 FAX.018-888-5667



エッジフレンドリーシティあきた
令和3年 改訂