

相手の話が 分かりづらいと 感じるあなたへ



「分かりません」と勇気を出して伝えてください



相手が話す言葉の意味が
理解できない時がないですか？
「私が知っている言葉を使って」
と伝えてください。



早口が雑音のように
聞こえないですか？
「ゆっくり」と伝えてください。



誰に話しているのだろうと
わからなくなる時はありませんか？
「私の顔と目を見て話して」と伝えてください。



話そうと思っているのにたくさん言われると
黙ってしまうことはありませんか？
「まず私の話を聞いて」と伝えてください。



指示や禁止、命令されているように感じて、
感情を害していませんか？
「ゆっくり待って、優しく」と伝えてください。

ご家族の方へ

ちょっと待って! ゆっくりと

目線を合わせましょう

プライドを大切に
優しく話しましょう

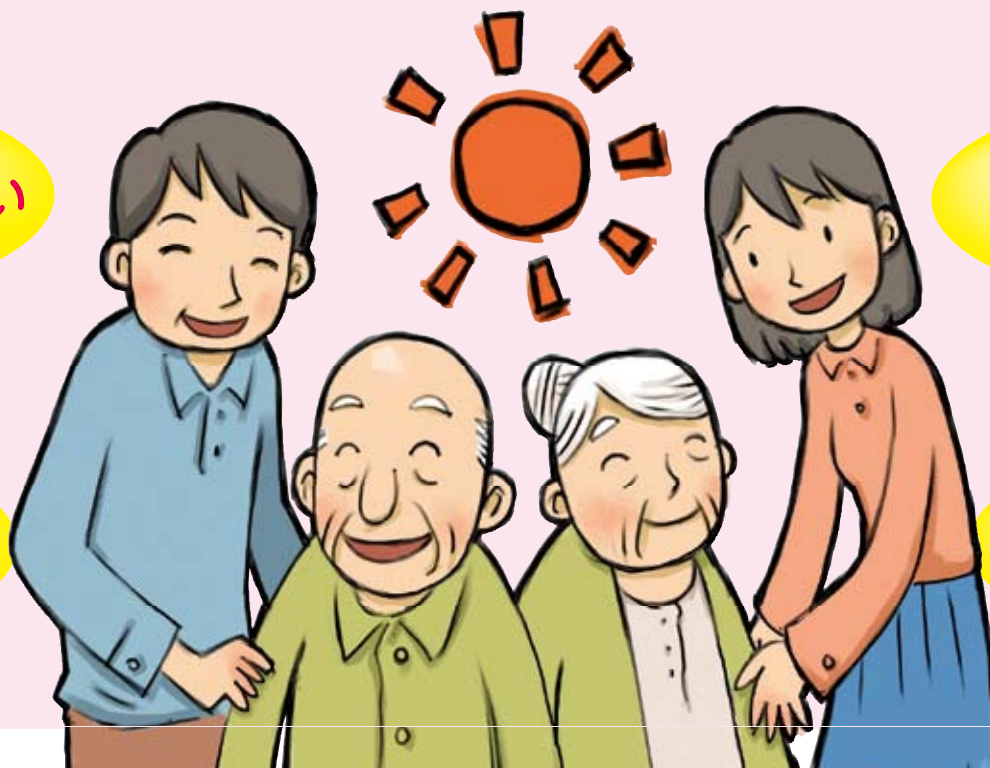
結論から先に伝えましょう

話をしっかり聞いてください

ご本人が分かる言葉
を使ってみましょう

身振り手振りや道具を
使いましょう

1対1で話しましょう





平成22年

7月

文月



日

月

火

水

木

金

土

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 <small>海の日</small>	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

世話を嫌がることはどうして起こるの？

認知症の人は、介護者から言われてすぐに行動したり、理解することが容易にできなくなります。また、判断力の低下に伴って、自分の周りで起きていることが把握できない場合があります。そのため、介護者の行うことが、良かれと思って行うことでも認知症の人が混乱を引き起こしたり、不安や焦燥感を持ち、世話を嫌がる場合があります。

一度にいろいろなことを言われたり、急がされたりするとストレスがたまり、イライラします。このようなときは、「ゆっくり」「はっきり」「分かりやすく」を基本に、時間をかけて、順序立てて、少しずつ認知症の人の気分を変えましょう。介護者の思うような方向に向かわなくても、腹を立てたり、ことを焦って無理強いすると、さらに抵抗が増して思わぬ行動を引き起こす原因になります。他の人に危険が及ばない限り、本人の行動は大目に見てください。日常生活のちょっとした場面、例えば着替えや食事、入浴などで言葉かけを多くすることで、認知症の人に、感情的な温かさや優しさが伝わります。自分に特別な関心を寄せる人の存在を感じることで、認知症の人は安心し、心のよりどころが生まれます。



以前と比べてチェックリストのような変化が続くときは、すぐに最寄りの地域包括支援センター（地域によって名前が違うことがあります）や適切な医療機関に相談してみましょう。

もしかしたら認知症の初期かもしれません。でも心配はいりません。早く診断できれば、あなた自身や

ご家族が認知症についてきちんと理解する時間をもて、十分に対応できます。原因によっては治療法があります。

チェックリスト

- 同じことを何度も言うとか聞くと周りから言われることが多い
- いつも捜し物をしていることが多い
- 財布や通帳など大切なものがなくなる
- 約束を忘れたり、待ち合わせの場所に行き着けなかった
- 片付けや料理、運転などが以前のようにうまくできなくなった
- テレビのドラマは筋を追うのが面倒くさい
- 身だしなみを整えることが億劫になり、構わなくなった
- 趣味や好きなことに関心がなくなった
- 何をするのも億劫になった