

## 2-3 まわりの私たちにできること

### ご本人の視点に立った関わりを

#### ご本人の気持ちを理解しましょう

もの忘れが増えたり、今までできていたことができなくなったりという変化に、誰よりもご本人が驚き、混乱し、苦しんでいます。まず、その気持ちを理解するように心がけてください。

#### 認知症だから、「何もわからない、できない」は間違い

認知症を患っても、感情、長年の習慣でつちかった経験、能力、その人らしさは残っています。

#### 心のバリアフリーを

自分や家族など、誰でもが認知症になる可能性があります。温かく見守る、声をかけるなど、さりげない関わりが穏やかな暮らしの手助けになります。

### ～認知症の方とコミュニケーションを深めるときに、大切なこと～

周りの接し方で、行動・心理症状の出方が変わります。

認知症の方の思わぬ言動に、戸惑うこともあると思いますが、間違いや失敗を指摘されたり否定されることが続くと、症状の悪化につながります。

症状を和らげる関わり方のポイントを参考にしてください。

#### ポイント 1 自尊心を傷つけない

ちぐはぐな言動がみられても、怒ったり、否定や訂正はしない。こども扱いしない。

#### ポイント 2 笑顔でやさしく

ご本人を緊張させたり、脅かせないように、楽しい雰囲気づくりを心がける。

#### ポイント 3 視野に入って話す

上から見下ろさず、ご本人の目を見て、話す。

#### ポイント 4 話をよく聴く

手出し口出しをせず、まずはご本人の話を聴く。言葉がうまく出なかったり、ちぐはぐな話でも、うなずくなどして、受け止めていることを伝える。

#### ポイント 5 ゆっくり、ひとつずつ話す

ご本人が受け止めて対応するペースに合わせて関わる。長文は理解しにくいいため、短い言葉で、順に伝える。

#### ポイント 6 不安や不快を感じていないか気にかける

ご本人の表情や言動を気にかけて見るようにする。

#### ポイント 7 ご本人にたずねる、確かめる

言葉がうまく出ない場合でも、周りが決めてしまわずに、どうしたいかをたずねて反応を確かめる。



## 認知症を理解し、協力し合える地域に

認知症を患っても、住み慣れた場所で安心して生活できる、そんな暮らしやすいまちをつくらせたい。認知症の人が利用する商店、交通機関、金融機関で働く人など、みんなが認知症を理解してことにつながります。

みんなでつくり、  
認知症になっても  
暮らしやすいまち七尾



迷っている人を見つけたら、お声かけと保護に協力します。

安心して出かけられるよう、お役に立ちたいです。

困っているお客さまには、相談窓口の紹介などしたいです。

お薬のことや認知症のことなど、気軽に相談してください。

日頃からの健康管理をサポートします。

お困りの方がいたら、丁寧にゆっくり対応します。

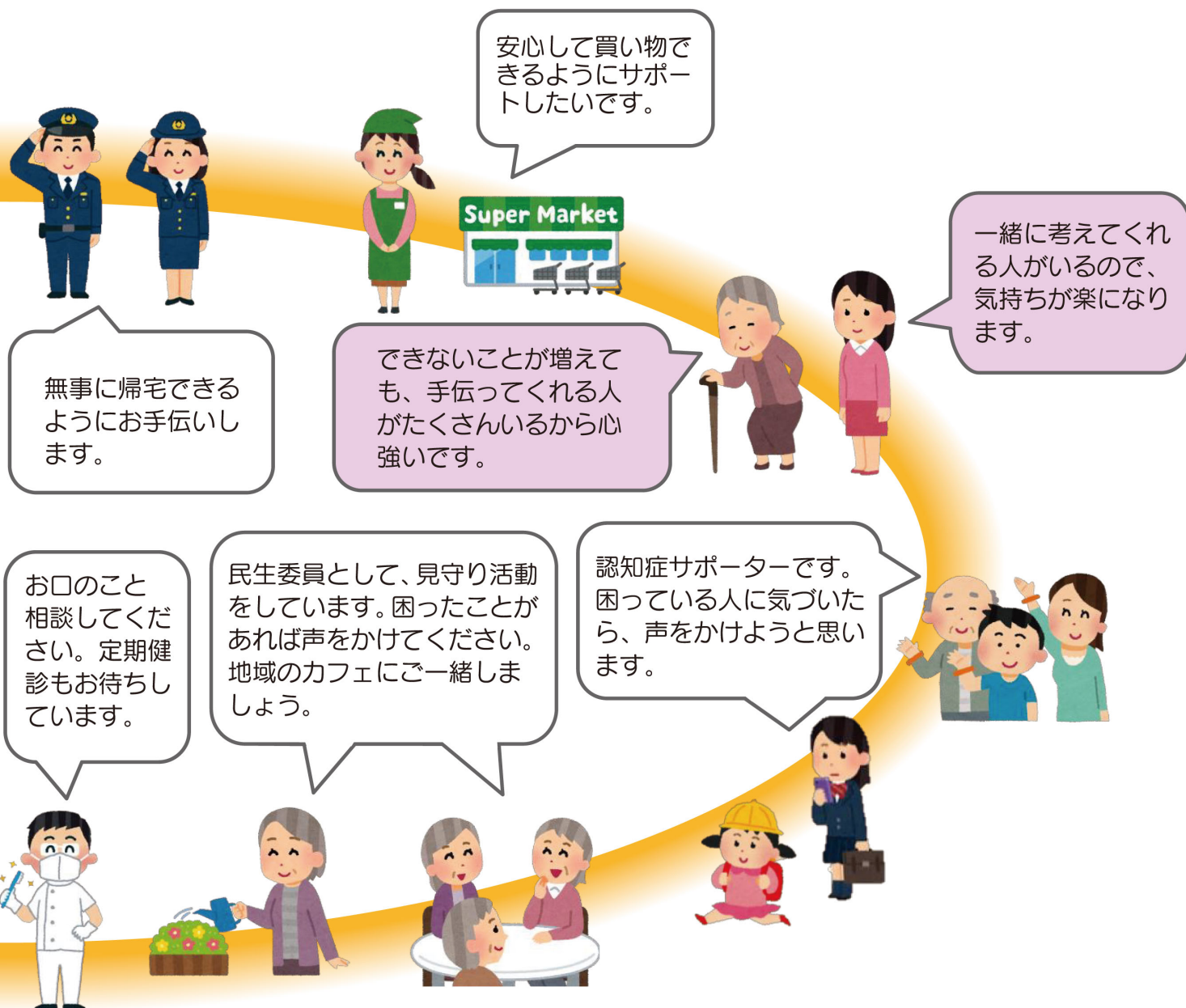


今の暮らしや、これからのことを一緒に考えるために、心配なことはご相談ください。



るためには、地域ぐるみの理解と協力が欠かせません。

できる範囲で手助けすることが、認知症の人が気軽に出かけたり、自分らしい生活を続けられる



## 「認知症サポーター」になる

問い合わせ先 高齢者支援課 ☎53-8463

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解しできる範囲で手助けをする、認知症の人とその家族を温かく見守る応援者です。

認知症サポーター養成講座を受講した人は、誰でも認知症サポーターになれます。

### 【養成講座の申込み】

町会、商店、学校などのグループ単位で、開催希望日のおよそ1カ月前までにお申込みください。

### 認知症サポーターの印



<オレンジバッジ>



<オレンジリング>