

# 認知症の人と接するとき大切にしたいこと

認知症の症状は、周囲の適切な関わりや環境によって、状態が維持・改善する可能性もあります。認知症の人の心を理解しようと接することが大切です。

## ①笑顔でゆっくり

## ②自尊心を傷つけない

### ▶ 認知症の人の声

実際に認知症の人が語った声です。

脅かさないで

皆と話したい！  
歌いたい！  
運動がしたい！

知らないところで話をして、  
私はいつも蚊帳の外…

社会とつながる  
場があると、  
自信が持てる

叱らないで笑って許して

自分も役に立ってると  
思いたい

私たち抜きに  
私たちのことを決  
めないで！

不便だけど、不幸じゃない

「認知症です」  
「あっそうなの」  
それくらい普通に

うまく言えないけど  
話したいことはたくさんある

失敗しないか、  
不安でいっぱい

できないことばかりを  
見られると、立ち上が  
れなくなる

ゆっくり待ってれば、  
できることはたくさんある



### 認知症の誤解④

#### Q. 認知症の人は何も分からない!?

A. 認知症だからといって、何もわからなくなるわけではありません。個性や人間性といったその人らしさを有し、「うれしい」「悲しい」などの感情は豊かです。

## 行動・心理症状（心の状態や環境等によって出る症状）が現れたときの対応例

### 事例1：財布や通帳を盗んだと家族や友人を疑う

財布がないのよ！  
〇〇が盗ったんだわ!!



#### 【認知症の人の気持ち】

自立して生活したい、家族に迷惑をかけたくないという気持ちから、“自分が大事なものをなくすわけがない”という思いが現れていることが考えられます。

#### 【関わり方のヒント】

- ・否定したり説得したりせず、本人の不安な気持ちに沿った声かけをしましょう。
- ・本人と一緒に探し、なるべく自分で見つけられるように誘導しましょう。
- ・なくし物が見つければそれで済みますので、周囲の人はあまり深刻にならず、疑われた人の心理的サポートを心がけましょう。
- ・症状が繰り返されたり、悪化する場合には、かかりつけ医や地域包括支援センター等に相談しましょう。

### 事例2：攻撃的になり、大声をあげる

#### 【認知症の人の気持ち】

周囲への乱暴な言動は、自分自身への憤りや不安、焦り、孤独といった感情の裏返しの場合があります。

#### 【関わり方のヒント】

- ・本人のわがままではないと理解し、否定したり、叱ったりせず、あわてず柔らかな口調で対応しましょう。
- ・話題を変え、本人の注意を別の方向に向けるか、いったん関わるのをやめ、本人が落ち着くのを待ちましょう。
- ・余裕のない本人の気持ちに寄り添い、安心できるように声かけをしましょう。

