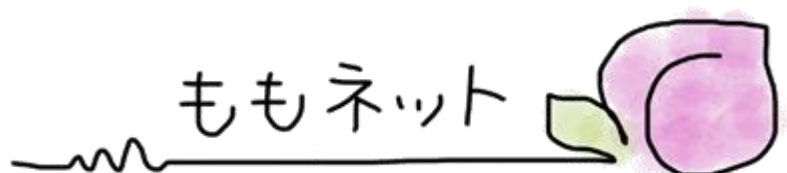


やさしく寄り添い
安心を

認知症の方への 声かけハンドブック



ももネットSOSネットワーク

声をかける前に知っておきたいこと

**徘徊・行方不明になる認知症の人は、
目的なく、歩いているわけではありません。**



「～がない」と探している。探して歩き回っているうちに本人も何のために歩き回っているのかわからなくなることもある。

数年来住んでいる今の家が自宅であることがわからなくなり、保たれている遠い過去の記憶にしたがって昔の家に帰ろうとしているかもしれない。

以前は簡単にできたことができていたことも失敗するようになり精神的余裕をなくして落ち着いていられない。

身体の調子が悪いが判断できず、訴えることもできず、苦痛を感じたままおろおろと歩き回っている。

冠婚葬祭などで家の中がバタバタと普段と違った様子になり、混乱をもたらした。

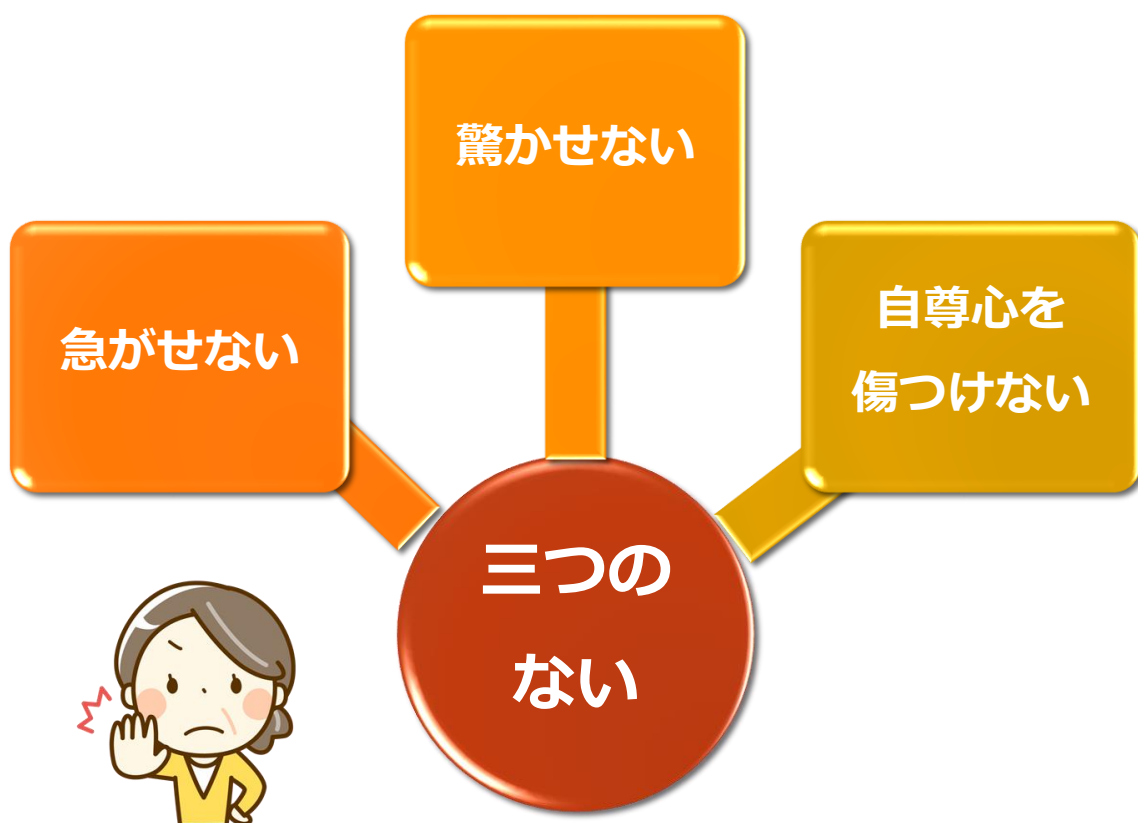
見捨てられ妄想や幻視が本人を混乱させ不安を助長し、落ち着かない。

ふと「～をしなくていけない」と用件を思いつき、出かけたが、行き先や行き方がわからなかった。

現在いる場所が「居心地が悪い」と感じている。

認知症の人への対応の心得

認知症のある方とのかかわりは、理解してもらおうとあれこれ説明するよりも、やんわりと優しく接することが大切です。難しい説明をされるよりも、きちんと自分の話を聞いてくれる方のほうが、接しやすいのは、誰でも同じだと思います。



徘徊かな？困っているのかな？ と気になる人への声かけの方法



急に後ろから声を掛けたり、大声で話しかける。

返事がないからといって、矢継ぎ早に質問をしたり、一方的に話す。

突拍子もない、不可解な言動や拒絶をされて、慌てる。

厳しい顔、困った顔、腕組みや上から見下すような目線、数人で取り囲む、急に腕を掴んだり、身体に触れる。

このような行動は不安を与え警戒心を生む！

こんな風に声かけ出来るといいですね

ゆっくり近づいて、相手の視野に入ってから話しかける。

近づきすぎず、しかし、目を合わせ、ゆっくり穏やかな口調で話しかける。

声かけは「こんにちは」「暑いですね」など、ごく普通のあいさつから。（笑顔で話しかける）

「どちらまで？」とか「どこに行かれますか？」とやさしく声をかける。

「何かお困りですか？」「大丈夫ですか？」「何か、お手伝いしましょうか？」と聞いてみる。

わかりやすい簡潔な言葉で、一つずつ話し掛ける。

少し一緒に歩きながら、「少し休んでいかれませんか？」

「ちょっと腰を掛けてひと休みしませんか？」などと声をかけてみる。

本人情報をもっていたら、その情報（子どもや配偶者の

こと、近所のお店や馴染みの場所など）をうまく使って、

話しかける。

声をかけてもうまくいかない場合は、いったん離れて

間をおく。または近所の人や周りに助けを求める。



声かけチェックリスト

「できなかったこと」や「できにくかったこと」が回数を重ねる毎に、少しずつ出来るようになります。焦らないで、自分の対応を振り返ってみましょう。

ゆっくり近づいて、相手の視野に入ってから、話しかけることができましたか。	
ごく普通の挨拶から始め、自然な会話を心掛けることができましたか。	
声の大きさやトーンに気を付け、やさしく声を掛けることができましたか。	
わかりやすい簡潔な言葉で話しかけることができましたか。	
矢継ぎ早に質問せず、相手の反応を見て話しかけることができましたか。	
うまくいかない場合に近所の人等に連絡して、助けを求めるようにしましたか。	
土地の言葉を使う等、安心できる雰囲気作りや関わりができましたか。	

このハンドブックを 手にとってくださった方へ

認知症の症状の一つである「徘徊」は、近所の人や警察を巻き込む可能性があるため、介護する側にとって大きなストレスの原因になります。

家族や周囲の人にとって大切なことは「忘れてしまうのは、病気である」ということを理解して、本人の気持ちに寄り添った対応を心がけることが必要です。「正しいこと・失敗しないこと」というよりも、「どうしたら円滑・円満に事が運ぶか」を優先して対応することが基本です。円満な解決により、安心・一体感が生まれ、よりよい強い信頼関係を築けるでしょう。もちろん、一人で頑張りすぎないことも大切です。



徘徊という言葉の意味は「何もすることなく、あてもなくうろうろと歩き回ること」です。冒頭にあるように、目的がなく歩いているわけではありません。認知症の方が外出したが、途中で行き先を忘れた、自宅が分からなくなった、結果迷子になった場合、**徘徊**という言葉を使うことが不適切だという意見もあります。しかし、問題とすべきは、表現ではなく、起こっている問題であると考えています。皆様の一言が、ほんの少しの行動が、安心して歩ける地域になるための第一歩、大きな力となるのです。

緊急連絡先

▷ 110番

▷ 伏見警察署
602-0110

▷ 桃山地域包括支援センター
605-4707

認知症の方だけでなく、介護をされている方、障がいのある方、子供たち…すべての人が住み慣れた地域で安心して暮らすことができる理想のまち。そんなまちづくりの主役である地域の方を、ももネットはお手伝いしています。

ももネット 

発行：平成30年9月

発行者：ももネット SOSネットワーク

京都市伏見区桃山町立売1-6

(桃山地域包括支援センター内)