

認知症の人との接し方

知っておきたい!

岡地域包括支援センター(Tel64-1516)

接し方を知る

認知症とはさまざまな原因で脳が萎縮したり、働きが低下したために、日常生活に支障をきたす状態のことを言います。主な症状として、もの忘れ、理解力・判断力の低下、家事や仕事がうまくいかないなどがあります。

認知症の人は、周囲の対応方法によって、その症状が悪化したり改善したりする場合があります。自分自身や家族が認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるように、認知症の人との正しい接し方を知ることが大切です。

「否定より肯定」の気持ちで

間違いや失敗を強く否定したり、理論的な説得をしたりすると、認知症の人は罪悪感や孤独感を募らせてしまいます。まずは、本人が感じている不安を受け止めて、失敗しても「大丈夫」と肯定する気持ちで接しましょう。



具体的な対応方法

■被害妄想

例:「誰かにお金をとられた」と訴える。

対応:「それは困りましたね」「一緒に探しましょう」と相手に寄り添う。

本人はとられたと思い込んでいるので、否定すると、余計に訴えが強くなることもあります。本人の話の聴いて不安な気持ちを理解して、一緒に探すことで、安心感を持ってもらいましょう。



■同じ質問や話の繰り返し

例:「今日は何月何日?」と繰り返し質問する。

対応:見やすい場所にカレンダーを掛けておいて、一緒に見ながら「○月△日ですよ」と本人に納得してもらい、不安を和らげる。

本人が同じことを繰り返し聞くのは、不安であったり、「自分で何とかしないと」という責任感の表れであったりします。本人がなぜその質問内容を気にしているのかを考えて、本人の不安を取り除く対応を心がけましょう。

NGな対応例

- ▶「同じ話をしないで!」と怒り、プライドを傷つけるような発言をする
- ▶本人の発言や行動に対して否定的な態度をとる
- ▶独り言を「うるさい!」と怒ったり無理やり黙らせたりする
- ▶繰り返す行動を細かく指摘する
- ▶動き回るから家に閉じ込める

認知症の人にも自覚があります

認知症の人は自分でもどこかおかしいと気づいており、物忘れなどによって不安だったり、つらい思いや悔しい思いをしています。

認知症の人への接し方として最も大切なことは、本人の気持ちに寄り添い、自尊心を傷つけないよう対応することです。介護する側は毎日のことでイライラしてしまいがちですが、余裕のある対応が本人の落ち着きにつながり、結果的に介護がしやすくなる場合もあります。介護保険のサービスの利用などで介護の負担を軽減し、本人が安心して生活できるように、周囲で温かく見守りましょう。

認知症のことや介護についてご心配なことがありましたら、みやま市地域包括支援センター(Tel64-1516)まで相談ください。

まだ間に合います。特定健診・がん検診

岡健康づくり課 健康係(Tel64-1515)、健康づくり課 国保年金係(Tel64-1529)

5大がん(肺・大腸・胃・子宮・乳)は早期発見・治療につながれば、5年後に生存している人の割合が約8~9割といわれています。まずは検診を受けることが重要です。

特定健診は12月末まで、がん検診は11月末まで医療機関で受診できます。特定健診もがん検診も実施期限が迫っています。受診の際は事前に電話予約をお願いします。

対象年齢・実施医療機関などは「令和4年度みやま市住民健診まるわかりガイド」または市ホームページでご確認ください。



市ホームページ

健(検)診の種類	検査内容	実施期間
みやま市国保特定健診	問診・採血・尿検査など	12月28日まで
大腸がん検診	問診・便検査(2日分)	11月30日まで
胃がん検診(内視鏡)	問診・内視鏡検査	
子宮頸がん検診	問診・子宮頸部細胞診	
乳がん検診	問診・マンモグラフィ検査	

ためていますか?健康ポイント

健康ポイントとは、特定健診やがん検診など、市が実施する健康づくり関連事業に参加することでもらえるポイントのことです。7ポイント以上ためて、健康づくり課健康係または各支所で申請すると、1,000円分のお買い物券などをめれなくプレゼントします。詳しくは市ホームページをご覧ください。



健康ポイント

きれいな歯のぼくたち・わたしたち

3歳児健診で虫歯がゼロだったお子さんです。



浅山 叶人 くん (瀬高町)



工藤 中 くん (瀬高町)



須崎 紉登 くん (高田町)



永江 陽莉 ちゃん (高田町)



長嶺 匡夏 くん (高田町)



藤丸 慎二郎 くん (瀬高町)



松藤 未依 ちゃん (瀬高町)



龍頭 衣稀 ちゃん (瀬高町)

掲載希望者は、写真を3歳児健診時または市役所(本庁)子ども子育て課へお持ちください。

岡子ども子育て課 子育て世代包括支援センター係 (Tel 64-1520)