

「共に笑い 共に寄り添う ふれあいセンター」

皆さんお元気ですか

4月に入り、新しい年度が始まりましたね。満開の桜が、じかじかのランドセルを背負った一年生たちを優しく迎えてくれていることでしょう。

ニュースを見ると悲しい出来事も少なくありませんが、子どもたちは穏やかな環境でのびのびと学び、平和の尊さをしっかりと感じ取ってほしいと思います。

さて、今月のセンターだよりは、2月号でお届けした「認知症について」の後半です。

認知症は、誰でも起す身近な病気です。2月号でもお話ししましたが、早めに気づいて治療を始めることがとても大切です。認知症になると「忘れてしまふこと」(記憶力の低下)は増えますが、嬉しい、悲しいといった「感情」はしっかりと残っています。周りの私たちが、その豊かな感情に寄り添っていききたいですね。

※以下、「地域で支える認知症 虎ノ巻」より引用

本人が求めていることを知ってください

- **子供扱いは嫌！一人の大人として自分らしくありたい**
本人はとても傷つきます。本人が好む会話をしながら、大人として普通に接しましょう。
- **強制されたり、指示されたりは嫌！快適に毎日を過ごしたい**
ゆったりと新聞を読んでいるのに、「少しは動かなくちゃ、あっちで体操をしましょう」と手を引っぱっていきこうとすれば、本人は嫌がるだけ。本人のペースを乱さないで。
- **自分の力で生活し、出来ないことだけサポートしてほしい**
「もたもたして遅いから」と取り上げてしまう行為は本人をととても傷つけてしまいます。そっと見守ってサポートしてあげましょう。
- **安全と健康を見守ってもらいながらも、やりたいことは制止されたくない**
外出しようとする時、「転んで骨折したら困るでしょ」と叱りがち。「以前のように鳩に餌をあげたいのに」との希望と一緒に散歩にお付き合いを。
- **長年なじんだ環境や人とのつながりを保ちたい**
出しゃばなしの湯呑みなどは、どんどん片付けてしまいがち。勝手に動かさず、「お友達を呼んでお茶にしようか」と声掛けし、ついでに整理整頓。

「出来ないところ探し」ではなく「いいところ」探しを

- **本人の持っている力を引き出す**
認知症になっても、歳をとっても、まだ自分のできる能力(残存能力)は、たくさんあります。草取り、編み物など、得意なことに目を向けましょう。
- **本人の習慣を生かす**
食事やお茶、トイレ、お掃除の仕方などその人なりの習慣を大切にしながら触れ合うコミュニケーションもたのしくなります。
- **本人の好みや価値観を大切にする**
服や好きな色、音楽、テレビ、健康法など本人の好みを知っておくと良いコミュニケーションがとれます。
また、他人から見たら不必要と思える物も、本人には大切な物かもしれません。品物に対する思いなども聞いておきましょう。

コミュニケーションのコツを知りましょう



挨拶はコミュニケーションの初めの一歩です。笑顔での挨拶は、日頃から不安や心細さを感じている認知症の方に、想像以上の安心感をもたらします。



こんな接し方がコミュニケーションを深めます



認知症ケアは長期間にわたる場合が多く、家族の誰かが支えるのは困難です。

家族—親類—友人—介護職員—ケアマネジャー—医師—歯科医師—包括支援センター—といった連携をとり、チーム一丸で支えましょう。

24時間365日、家族で支えるのは無理です。困ったら「地域包括支援センター」に相談しましょう。

TEL・08833-36-6543

● 主な支援内容

- ① 総合相談支援
- ② 虐待の早期発見・防止などの権利擁護
- ③ 包括的・継続的ケアマネジメント支援
- ④ 介護予防ケアマネジメント