

## しんまちだよりネットワーク版

## 🍊オレンジサロン(認知症家族介護者教室・懇談会) 報告

11月26日に認知症の家族を介護されている方や、認知症に関心のある方たちの交流の場として、第4回目のオレンジサロンが開催されました。その一部をご紹介します。

## 🍊よりそいクリニック 青柳医師のミニ講話

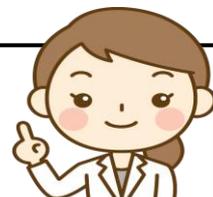
## 今回のテーマは「症状への対応」

「同じことを何度も聞かれたり、当たり前のことできていないのを見ると、ついイライラしてきつくあたってしまう」「物盗られ妄想があり困っている。」「興奮して手が出てしまうこともある。」など、対応に困っているとの相談が多数ある。

そのような言動がある時の、認知症の方への接し方の基本は“**相手を人間として尊重する**”こと。本人は物忘れをしていくこと、いろいろなことが分からなくなっていくことに不安を持っている。すでに不安に思っている中で、強く叱られたりすると、よけいに不安が強くなり、うまく言葉で説明することもできずに、望ましくない言動で表現されてしまう。

望ましい対応方法は・・・

- 🍊できないことを責めない、叱らない。
- 🍊同じことを何度も言っても、本人は毎回、初めて話しているつもりでいる。  
⇒答える側も毎回、同じ答えで良い。
- 🍊軽い興奮や怒りに関しては、「お茶が入りましたよ。」「おやつにしましょうか。」など、本人の注意を逸らせる。興奮が強い場合には、「ちょっとトイレに行ってきます。」など、その場をいったん離れるのも良い。
- 🍊本人の主張していることに話をあわせて、気持ちを落ち着かせ、納得させる方法もある。  
すべて本当のことを伝えないといけないことはありません。
- 🍊食事をしたことを忘れて、ずっと食事を要求する場合。⇒「さっき食べたでしょ。」ではなく未来の予定を伝えて、安心させる。例えば「次のごはんは〇時だから、ちょっと待っててね。」と伝えたり、小さな菓子や果物を切ったものを用意して「それまで、これを食べて待っててね。」とその都度お渡しする、という方法もある。



青柳先生



## 🍊懇談会

後半の時間は4名の参加者の方たちで懇談。本人への対応に迷いがあったので、青柳先生の話を聞いて“安心した”“参考になった”との意見が出された。一方で、本人を尊重する対応が大事なことは分かっているが、自分に余裕がないと「分かっているけどできない。」こともある、と介護の悩みや辛さなどの意見も出された。同じ立場の人たちだからこそ、様々な思いを率直に話し、共有することができたのではないかと感じました。

今回のオレンジサロンでは、しんまち包括より『認知症マフ』についてのPRを行いました。認知症マフは筒状の防寒具で、マフの中外にはボタンやリボンなどのアクセサリが縫い付けられていて、認知症の方がマフに手を通してアクセサリを触ることで、落ち着き安心感が得られるものです。しんまち包括の手芸クラブやボランティアの方たちが手作りして、施設や家族の方への譲渡を行っています。朝日新聞さんから毛糸の寄付もありました。「マフを見てみたい」「ほしい!」「作ってみたい」等のご要望がある場合は、しんまち包括までご連絡ください!

次回のオレンジサロンは1/28(土) 14:00から、会場は新町文化センター会議室で実施予定です。青柳先生のミニ講話のテーマは「症状への対応②」です。“認知症の情報が知りたい”“同じ立場の人と話したい”方は、ぜひご参加ください。申し込み窓口は包括しんまちです。チラシの裏面をご確認ください◎

