

3. 認知症の方への接し方のポイント

認知症について一番不安を感じているのは、認知症になった本人です。本人の自尊心を守りながら優しく接してあげましょう。

本人の不安や混乱を和らげてあげることができれば、症状が落ち着く場合もあり中心となって介護をする人やその家族など、周囲の人がいい関係を保ちながら生活を送ることができます。

◎ 認知症の方への対応の心得 3つの「ない」

- ①驚かせない ②急がせない ③自尊心を傷つけない

◎ 具体的な対応の7つのポイント

● まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人やほかの人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

● 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

● 声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声をかけます。

● 後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

● 相手の目線に合わせて やさしい口調で

小柄な方の場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

● おだやかに、 はっきりした滑舌で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

● 相手の言葉に耳を傾けて ゆっくり対応する

認知症の人は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。

参考：『認知症サポーター養成講座標準教材『認知症を学び地域で支えよう』

全国キャラバン・メイト連絡協議会