

# 認知症の人と接するときに大切なこと



認知症の人への対応には、偏見をもたず、「認知症は自分たちの問題である」という認識をもち、認知症の人を支援する姿勢が重要になります。

認知症の人だからといって、つきあい方を基本的には変える必要はありませんが、認知症の人には、認知症への正しい理解に基づく対応が必要です。

## 基本姿勢

### 認知症の人への対応の心得 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。

出典：全国キャラバンメイト連絡協議会出版

### ■余裕を持って対応する

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。自然な笑顔で接しましょう。

### ■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」「どうなさいましたか」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

### ■相手に目線を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、はっきりした話し方で

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。相手の反応をうかが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。

## あなたも認知症サポーターになりませんか？

認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、地域に暮らす認知症の人やその家族を温かく見守る応援者のことです。

松山市では認知症やその家族にとって住みやすいまちづくりを目指すため、認知症サポーター養成講座を開催しております。講座の受講を希望する「10名以上の企業・団体等」に講師を派遣していますので、各地域包括支援センター（裏表紙を参照）または松山市長寿福祉課（☎089-948-6949）へお問い合わせください。（※個人対象の認知症サポーター養成講座を年1回開催しています。開催日時などは、市長寿福祉課までお問い合わせください。）



（一般用）



（キッズ用）

受講者には、「認知症サポーターカード」を差し上げます。