

2. 認知症の人への接し方

認知症の症状には、本人が最初に気づくことが多いようです。認知症が進むと、段取りがうまくできないため、今までできたのにできなくなることが徐々に増えてきます。

また、認知症特有の、言われても思い出せない「もの忘れ」が重なると、多くの人は何かが起こっているという不安を感じ始めます。「認知症になったのではないか」と誰よりも心配し、苦しみ、悲しんでいるのは本人だということを考えながら、本人の気持ちになって対応することを心がけましょう。



【認知症の人への具体的な対応のポイント】

①まずは見守る	認知症と思われる人に気づいたら、本人や他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しょう。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。
②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ます。自然な笑顔で対応しましょう。
③声をかけるときは一人で	複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけましょう。
④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です。「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」等優しく声をかけましょう。
⑤相手の目線に合わせて	小柄な方には、体を低くして目線を同じ高さにして対応しましょう。
⑥穏やかに、はっきりと	高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくりとはっきりした滑舌を心がけましょう。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。
⑦相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する	認知症の人は急が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・確認していきましょう。