

あなたの周りに認知症の人がいたら

認知症の人とコミュニケーションを図るには、ちょっとした気遣いが必要です。その人の個性や意思などを大切にしたい接し方を心がけましょう。

声をかけるときは一人で

複数で取り囲むと、本人の恐怖心をあおります。
できるだけ1人で声をかけましょう。



目線を合わせる

本人の視界に入って話しかけ、目線の高さをあわせて、顔や目を見ながら優しく話しかけましょう。

話す時は、ゆっくり・はっきりと

できるだけ穏やかな声で、わかりやすい短い言葉で話すようにしましょう。

耳を傾ける

本人の話が要領を得ないものでも耳を傾け、何を言いたいのかを推測、確認しましょう。

本人ができることは本人に

本人が「やろう」としていることをさえぎらずに、見守りましょう。出来ない所をそっと手伝いましょう。

本人の良いところを伝える

本人の出来ているところ、良いところをたくさん伝えましょう。



【 認知症の人への対応4原則 】

- ①否定しない ②驚かせない ③急がせない ④自尊心を傷つけない

ひと足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ

「認知症とともに生きる希望宣言」

1. 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
2. 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
3. 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
4. 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩いていきます。
5. 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを、一緒につくっていきます。

出典：一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ「認知症とともに生きる希望宣言」

- ★「本人は何もわかっていない」は誤りです
- ★「その人らしさ(個性)」を大切にしましょう
- ★「否定よりも肯定」の気持ちで接しましょう

