

# 認知症の人にやさしいまちづくりのために

超高齢社会を迎え、ニュースでも認知症の話題が増えています。「認知症は誰にでも訪れる可能性のある病気で、他人事ではない」という意識を持って、**さりげない手助け・見守りを心がけていくことが認知症の人や家族を支えます。**

地域のみなさんの理解と支えがあれば、認知症など何らかの病気や障害がある人も介護する家族も、安心してまちに出て、自分らしい暮らしを続けることができます。

必要なのは専門的な知識や技術だけではなく、さりげない手助けや見守り、声かけなど。ちょっとした勇気ややさしさこそが、多久を安心して安全なまちにする力になります。



## ☆認知症の人の視点に立ったかかわりを☆

現在、認知症の人のとらえ方も含めて、認知症の人へのかかわり方の変革が求められつつあります。認知症の人を支援するときに大切なポイントは、本人とのかかわり方です。

その基本は「**本人の視点に立つ**」ことです。

認知症の人の状態は、適切な医療につながることはもちろんですが、周囲の支援のしかたやかかわり方によって、良くも悪くも大きく変化します。周りの人の認知症に対する理解や適切な支援で、進行を遅らせたり、地域で安心して暮らせる可能性が広がります。

「認知症の本人が主人公」ととらえ、「本人中心」のかかわり方で認知症の人の不安・混乱・ストレスを軽減し、認知症の状態や支援者との関係の維持・改善、負担の最小化につながります。

### 本人の視点に立った認知症の人のとらえ方やかかわり方



#### ☆周りの人の認知症のとらえ方

- 認知症になると何もわからなくなる、できなくなるではなく、わかること、できることがある。
- 認知症になっても個性や人間性は有している。
- 周囲の理解、適切なかかわり、環境によって状態の悪化を予防したり、状態が維持・改善したりする可能性がある。
- 本人が主人公。本人がよりよく暮らしていくことを支える。

#### ☆周りの人の認知症の人とのかかわり方

- 周囲がとらえた本人の表面的な問題に対して一律に対処するのではなく、問題の要因を探り、その時々に応じたかかわりを心がける。
- 周囲の意向や都合ではなく、できる限り、本人の気持ちや意向、状態に応じて支援する。
- “してあげる支援”から“本人の力を生かす支援”、“本人の力を借りる支援”へ。
- ひとりでの支援ではなく、地域の多様な人とつながり、共に支え合う気持ちで周囲へ頼る。

直接認知症の人と接する機会がない時も、話題がでたりしたら、日々介護する家族や近隣の人へ友人や知人として、ねぎらいの声かけや相談先をアドバイスするなどさりげない見守りをお願いします。

見守りや声かけでちょっと相談してみようかと思われたらお気軽にご相談ください。

【問い合わせ】 多久市地域包括支援センター ☎75-6033