



オレンジガイド

～認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して～



コミュニケーションのポイント 気持ちを理解して対応することが大切

本人の気持ちを聞いて共感する

相手の言葉をゆっくりと聞く

急かされたり同時に複数の問いに答えたりすることを苦手とする傾向があります。

簡単な言葉でゆっくりと伝える

「何を言っているのかわからない」という不安を軽減する

周囲の会話は2倍速以上の速さを感じるため、理解しにくいといわれています。言葉を伝える際の工夫として、できる限り簡単な言葉を選んでゆっくり話すことが大切です。さらに、手ぶりなどのジェスチャーを交えると、言葉だけでは伝わりにくいニュアンスも表現できます。



感情に訴えるような言葉を選ぶ

「嬉しい」「楽しい」といった感情に訴えかける言葉選びを心がける

例えば、「デイサービスは明日ですよ」と伝えるだけでなく、「みなさんとお話しもできるから楽しみです」というようにポジティブな言葉を足すとよいでしょう。

本人の様子や周囲の状況を観察する

理解できない言動をしたときには、本人や周囲の状況などを注意深く観察

脳の機能が低下し、思考力や判断力が衰えると、物事を道筋立てて考えるのが苦手になります。そのため、一般的常識とは食い違う言動をする場合もあるでしょう。表面的な言動だけでなく、その背後にある意図や状況を理解しようとすることで、適切な支援につながるヒントを得られる可能性があります。

本人ができることは見守る

本人がいま持っている能力をできる限り使う、「できること」の継続がリハビリや自尊心を守る

認知症になったからといって、すべてのことが突然できなくなるわけではありません。認知症の進行とともに少しずつできないことは増えていきますが、苦手なことは人それぞれ異なります。

相談窓口 湯沢町地域包括支援センター（健康増進課） ☎ 025 - 784 - 3000
認知症疾患医療センター（旧ゆきぐに大和病院） ☎ 025 - 788 - 1277

苗場カフェ「ゆきわりそう」

日時 9月15日（月）午後2時～ **場所・問** 健康クラブゆざわ ☎ 025 - 787 - 1101