



自分らしく暮らす 認知症と私

辰川会グループ
社会福祉法人さんよう理事長

辰川 和美さん
京都市出身。広島大学教育学部心理学科卒。大学では学習や記憶のメカニズム・感覚とその認識のシステムなどを学ぶ。その後、医療施設の経営やデイサービス・特別養護老人ホームなど介護事業を運営。認知症の人の生活しづらさや、家族の不安・困惑に対する支援を続け、ライフワークとして取り組んでいる。

かつては「老人性痴ほう症」などと、尊厳を傷つける表現だった認知症。2004年から呼称が統一され、社会全体の課題として取り組むようになり、二〇年が経過しました。

この間、国の施策においてもさまざまな制度改革があり、認知症の人が必要な医療や介護を受けられるようになりまし。また、若い人が関心を持つような映画やドラマ・小説などでもこのテーマについてポジティブに取り上げられることが増え、認知症についての関心が高まったことは大変喜ばしいことです。

◆徘徊による行方不明も

その一方で認知症のために行方不明になる人が増加しており、2022年には一〇年前のほぼ二倍、延べ一万八〇〇〇人を超えたそうです。また、そのうちの四九一人は徘徊中に亡くなったとの報告があり、深刻な課題となっています。

行方不明といっても、認知症の人がいきなり山の中や深い森の中に入るわけではありません。住まいから何時間も何日も歩き続けて、また公共交通機関を何度も乗り継いで、目

的の所へ行こうとされるのです。人の住むエリアにおられるその間に、誰かが声を掛けて保護することができれば、最悪の事態も避けられるわけです。

認知症による徘徊かどうかは、外見からわかるものではありませんが、例えば不安な顔で同じ所を行ったり来たりしている人がおられたら、しばらく様子を見守り、やはり気になるようなら、思い切

って声を掛けてみましょう。「道がわからなくなったん？」「どこへ行くつもりなん？」「お巡りさん、呼んだけようか？」と言いたくなります。が、これらの声かけは認知症の人には禁句です。

それだけでなく不安な気持ちや、どうしてよいか分からずパニックに近い状態ですから、「大丈夫」「ほっといてください」と声を荒げたり、怒ったり。また黙ってその場から逃げ去ろうとされる場合があります。

◆一緒に歩いてみよう

認知症の人に接するには、まず笑顔の準備が大切。声を掛ける人自身が落ち着きましょう。しばらくペースを合わせて横を歩いて、目が合えば「いい天気ですね」など

認知症の人を不安にさせない声掛けを

と声を掛けます。話を続けて、住まいや家族などにつながるヒントが得られ連絡先が分かるかもしれません。問い掛けに答える余裕がないようなら、目を離さずに様子を見守りながらもう一人の応援者を探してください。大勢で取り囲んだりせず、見守る人と連絡する人など役割を分担し、認知症の人が安心できる状況を作りましょう。認知症の人は、恥をかきたくない、失敗を知られたくないという気持ちがあることを頭に入れて対応しましょう。認知症になっても安心して暮らせる街づくりのヒントです。



中高年が集まる 健康クラブ

中高年のカラダづくり

全身のストレッチ体操から始めてみましょう

水中ウォーキング

プールの水温は少し高めです

スマホ教室・ギターサークルもやっています!

1日
無料体験
受付中!

毎日の予定に運動が
1つ増えました!



同年代の仲間が
集まるので
安心して通えます。



サンクスウェルネスクラブ
TEL.084-924-3231

福山市野上町3-16-51 三幸ビル4F
営業時間: [平 日] 10:00~20:00
[木・土・祝] 10:00~19:00
定休日: 日曜