

竹の台地域委員会 「高齢」にかかわる勉強会 めざせ！ Happy100年人生
第28回 「認知症を学び地域で支えよう」～認知症サポーター養成講座～ 要旨

1 日 時：令和3年7月17日（土）13：30～15：00

2 場 所：たけのパーク フリースペース

3 参加者：11名

4 講 師：神戸市認知症サポーター養成講座キャラバンメイト 山本美加子氏

5 主な内容

(1) 認知症とは

- ・ 85歳以上の4人に1人が認知症になっている。 → 誰もがなる可能性がある。
- ・ じわじわと脳の細胞が減っていく。
- ・ 中核症状として、①記憶障害、②失語（言葉が出てこない、意味が理解できない）、③失行（服の着方が分からない、時計や図形を描けない）、④失認（目の前にある物が分からない、アナログ時計が読めない）、⑤見当識障害（時間や季節の感覚が分からない）、⑥実行機能障害（料理などの手順が覚えられない、2つ以上のことが同時にできない）
- ・ これらの結果起こる行動・心理状況（BPSD）・・・①精神症状（うつ状態、意欲の低下、妄想、焦燥感）、②行動障害（徘徊、暴力、昼夜逆転）
- ・ 誰にでもある「単なる物忘れ」は、うっかり時間を忘れる、物を置いた場所を忘れるなど、忘れたことを自覚しているのに対し、「認知症による物忘れ」は最近のエピソードをすっかり忘れるなど、忘れていて自覚していない。
→ 進行すると、判断力が低下し、日常生活にも支障が出る。

(2) 認知症の人との接し方

- ・ 認知症の人は、自分の変化にある程度気づいている。「言われたくない」という思いもある。 → 独立した個人として接することが大切
 - ◎ 認知症のことを理解し、できにくくなったことを助けてあげる。
 - 症状の改善、穏やかに過ごせる。
 - × できないことをとがめる、怒る。
 - 症状の悪化が急激に進む。
- ・ 認知症の人への対応の心得・・・3つの「ない」
 - ①驚かせない、②急がせない、③自尊心を傷つけない
- ・ 具体的な対応・・・7つのポイント
 - ①まずは見守る（近づきすぎたり、ジロジロ見たりしない）
 - ②余裕を持って対応する（自然な笑顔で）
 - ③声をかけるときは1人で（複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすい）
 - ④後ろから声をかけない（唐突な声掛けは禁物）
 - ⑤相手に視線を合わせ、優しい口調で（小柄な人の場合は、体を低くして話す）
 - ⑥穏やかに、はっきりした滑舌で（ゆっくり話す。早口・大声・甲高い声は禁物）
 - ⑦相手の言葉に耳を傾け、ゆっくりと対応（急かされたり、複数の問いに答えるのが苦手・・・ゆっくり聞き、相手の言葉を使って確認する）

・ 対応の例

- ①ごみ出しルールが守れていない・・・厳しく言っても無理なので、見守り、優しく声をかけてあげる。
- ②買い物をしたときお金が数えられない・・・小銭を数えてあげる。
- ③近所をうろついている・・・前から声をかけ、家まで一緒に歩いてあげる。

※相談窓口 西神中央あんしんすこやかセンター（西区文化センタービル6階）
TEL 078-996-2376

(3) 喪失体験

- ・ 3枚の紙に自分が大切に思っている人や物を書き出す。
- ・ 一番大切な人や物を書いた紙を捨てる・・・忘れる
- ・ 残りの2枚についても繰り返す。
- ・ これらが無くなったときの気持ちを考える。

(4) 神戸市の制度の概要

①<第1段階> 認知機能検診

65歳以上になる市民が、認知症の疑いの有無を診るための検診。申し込むと、受診券が送られてくるので、近所の医院で無料で受診できる（要予約）。

②<第2段階> 認知機能精密検査

①で認知症の疑いがある場合、病院でCTやMRIなどの検査を受診。後日、費用が神戸市から全額助成される。

③認知症事故救済制度

②で認知症と診断された場合、神戸市が保険料を負担して賠償責任保険に加入（事前の申し込みが必要）

④見舞金（給付金）制度

認知症の人が起こした事故で被害に遭った市民に、市から最高 3,000 万円の見舞金（給付金）が支給される（自動車事故など対象外となる場合あり）。

(参考URL)

- ・ 認知症の人にやさしいまち『神戸モデル』 <https://kobe-ninchisho.jp/>

⑤高齢者安心登録事業

あんしんすこやかセンターで事前登録 → 登録者が行方不明になった場合は、協力支援者に電子メールで情報を配信、警察へも情報提供 → 早期発見と保護

※ 認知症サポーターになれば、協力支援者になれる。

→ t-kobe-sos@soddg.jp へ空メールを発信

(参考URL) <https://www.city.kobe.lg.jp/documents/1188/anshintouroku.pdf>

以上