

大阪市人権啓発推進員の育成事業

平成30（2018）年度

大阪市人権啓発推進員全体研修 講座Ⅱ

認知症を考える
～大切な人を理解する～

大阪市淀川区民センター

大阪市阿倍野区民センター

～講師プロフィール～

渡辺 哲弘さん

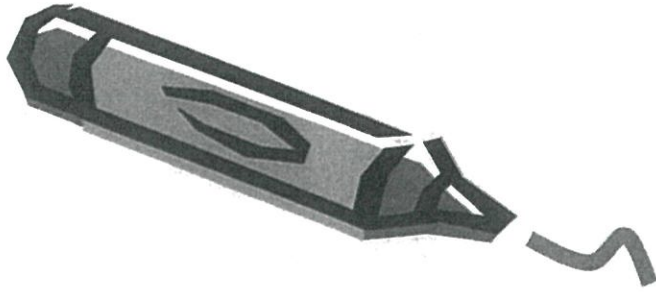
一般社団法人きらめき認知症トレーナー協会
代表理事

株式会社きらめき介護塾
代表取締役会長CEO

認知症の人と家族の会 滋賀県専門委員



滋賀県内の高齢者施設（一般デイサービス・特別養護老人ホーム等）の介護現場で介護福祉士、介護支援専門員、管理者として勤務。平成25年「株式会社きらめき介護塾」を設立。現在、認知症介護指導や認知症ケアを中心とした研修講師として活動されています。



大阪市人権啓発推進員 全体研修

「認知症を考える」

～大切な人を理解する～

(株) きらめき介護塾 代表取締役

(社団) きらめき認知症トレーナー協会 代表理事 渡辺哲弘

はじめまして！渡辺哲弘です(^)



- 名古屋生まれ、現在は滋賀県の野洲市に在住。
- 障害者施設や高齢者施設（特別養護老人ホーム・老人保健施設・デイサービス・認知症対応型デイサービス・グループホーム・居宅介護支援事業所）で、17年間、介護職員や相談員、ケアマネジャー、また管理者として介護現場で勤務しました。
- 平成25年7月に「(株) きらめき介護塾」、平成27年4月に「(社団) きらめき認知症トレーナー協会」を設立。
- 日本・ハワイの介護・医療現場で職員さん向けの認知症研修
- 地域の自治会・老人会・婦人会・小中学校・企業などで認知症の啓発や認知症予防についての講演などしてます

認知症の基礎知識



- とても数が多い

現在: **462万人** (平成25年6月に厚生労働省研究班)

平成28年1月 厚生労働省発表

2025年(平成37年)

700万人 予想

5~10年で
半分以上が認知症に

そして「予備軍(※)」と呼ばれる人が**400万人**

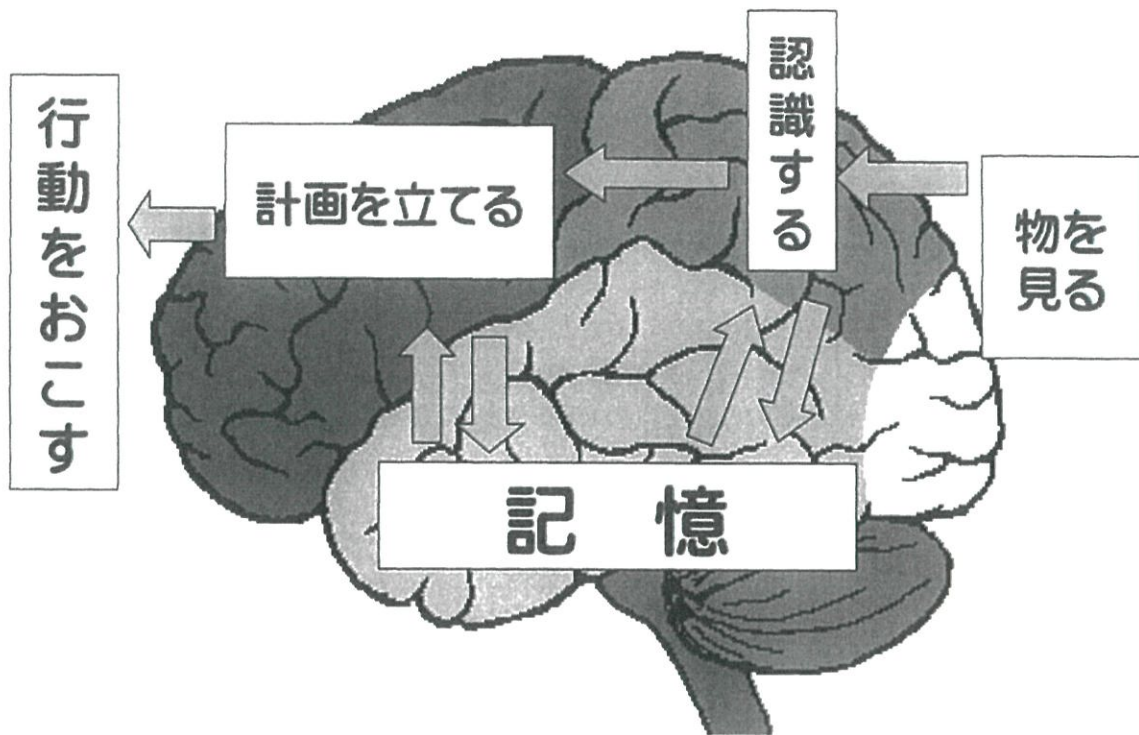
※年相応よりも物忘れがあるが、
特に生活に支障がない状態

予備軍のうち、4割が改善するという報告も!?

なぜ人権研修で認知症を学ぶの？

- 誰もがなりうる病気であるにもかかわらず、まだまだ正しく理解されていない現実がある。
- 病気に対する誤解や偏見が、差別や人権侵害につながりやすい。
- 大切な人が認知症になったとしても、その人が“望んだ生活を生き生きと送れること”、その為に、あなたただから出来ることがあります。
- 大切な人の尊厳を守る為に学びましょう。

大脳の働き



認知症の種類

☆脳血管性認知症（1～2割）

→脳の細胞に栄養や酸素が行き渡ら
なくなり脳細胞が死んでしまう

☆アルツハイマー型認知症（5～6割）

☆レビー小体型認知症（1～2割）

☆前頭側頭型認知症（1割）

→脳の細胞がゆっくり死んでいく
変性疾患



認知症 (アルツハイマー型) っていったい何？



「認知症は、
脳に起きた変化によって、
記憶障害 (もの忘れ) などがおこり
日常生活をおくることが
困難になっている状態」

老化による
もの忘れ！



認知症による
もの忘れ！



ふたつのもの忘れって、
何がどう違うの??

なぜ認知症を理解することが大事なの・・・
～まわりの理解が本人や家族を救う～



認知症の特徴を・・・
「知っている」と「知らない」のとは
介護の大変さに大きな違いが！



早めに専門職に相談を！



家族の介護は24時間365日休みなし、
そしていつまで続くかもわからない不安
→ご近所の助け合いが大事！

認知症の進行を遅らせる二つのポイント

- 薬 ①アリセプト・②レミニール
③リバスタッチパッチ/イクセロンパッチ・④メマリー
- この薬を使うことで進行を止めることは出来ないが、進行を緩やかにすることが出来ると言われています・・・
- だから早期発見・早期治療が大事！
- ストレスを減らす
- 「焦り」や「不安」などのストレスは病気を進行させる大きな要素と言われる先生も。
- 私たちが「適切な関わり」をすることでストレスが減らせる。



だから、私たちは関わり方を学ぶのです



認知症になると何も出来なくなる！？



- 回覧板を渡して「これを〇〇さんの家に回してください」と声をかけると持って行けたり
- ふきんを渡して「これでテーブルを拭いてください」と声をかけると拭くことが出来たり
- 料理は一人では作れないが、誰かがひとつひとつ声をかけると一緒に作ることが出来たりなどなど。



認知症だから出来ない！ やらない！
ではなく、声をかけたら出来る
人がたくさんいるのです！

認知症の人への大事なかわりは・・・

- 最後まで
「ちゃんと話を聞くこと」と
もうひとつは・・・
- 何をしたらいいのか ひとつひとつ
- 「声をかけてあげること」



見当識の障害



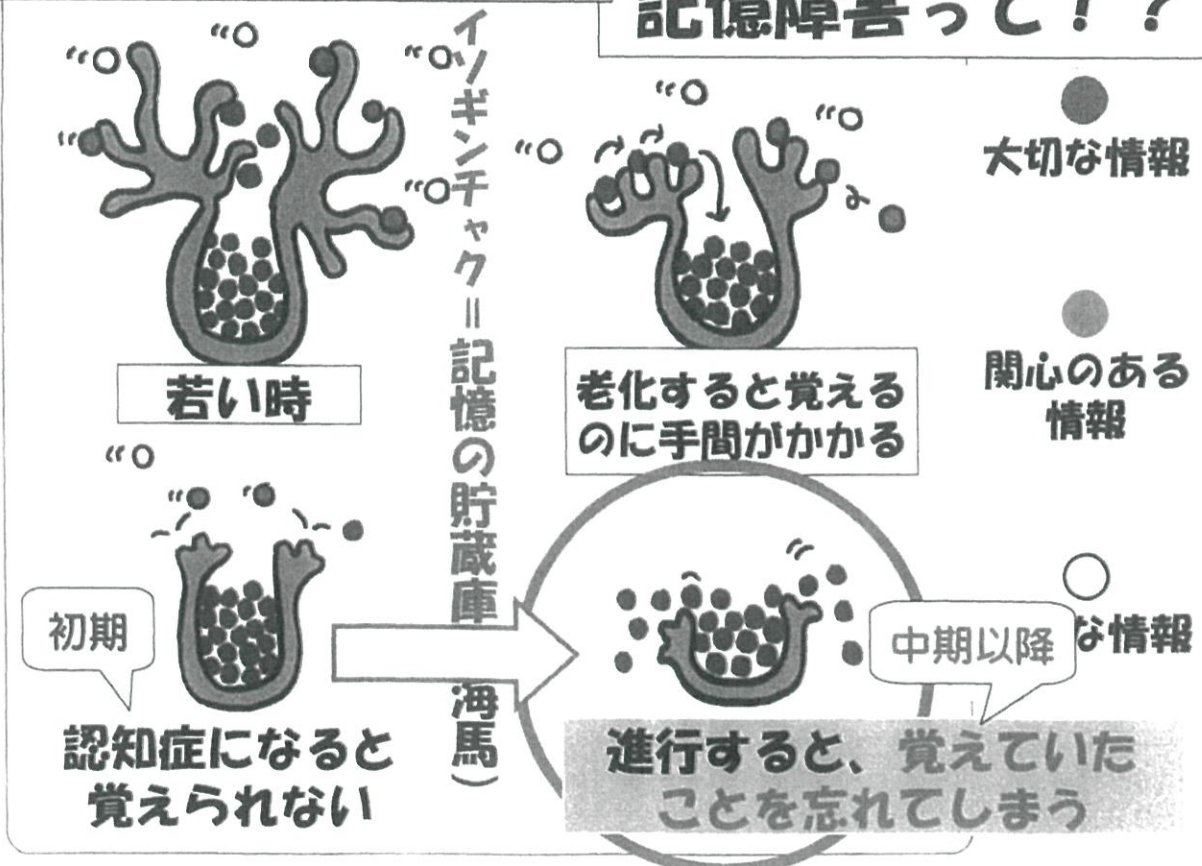
- ここがどこだかわからない？
- 今が何時ごろなのかかわからない？
- あなたが誰だかわからない？

クイズです。

- ①場所 ②時間(曜日) ③人
最初にわかりにくくなるのはどれでしょう？

参考資料: 認知症サポーター養成講座標準教材

記憶障害って!?



でも最近では認知症の方がこんな風に言われています

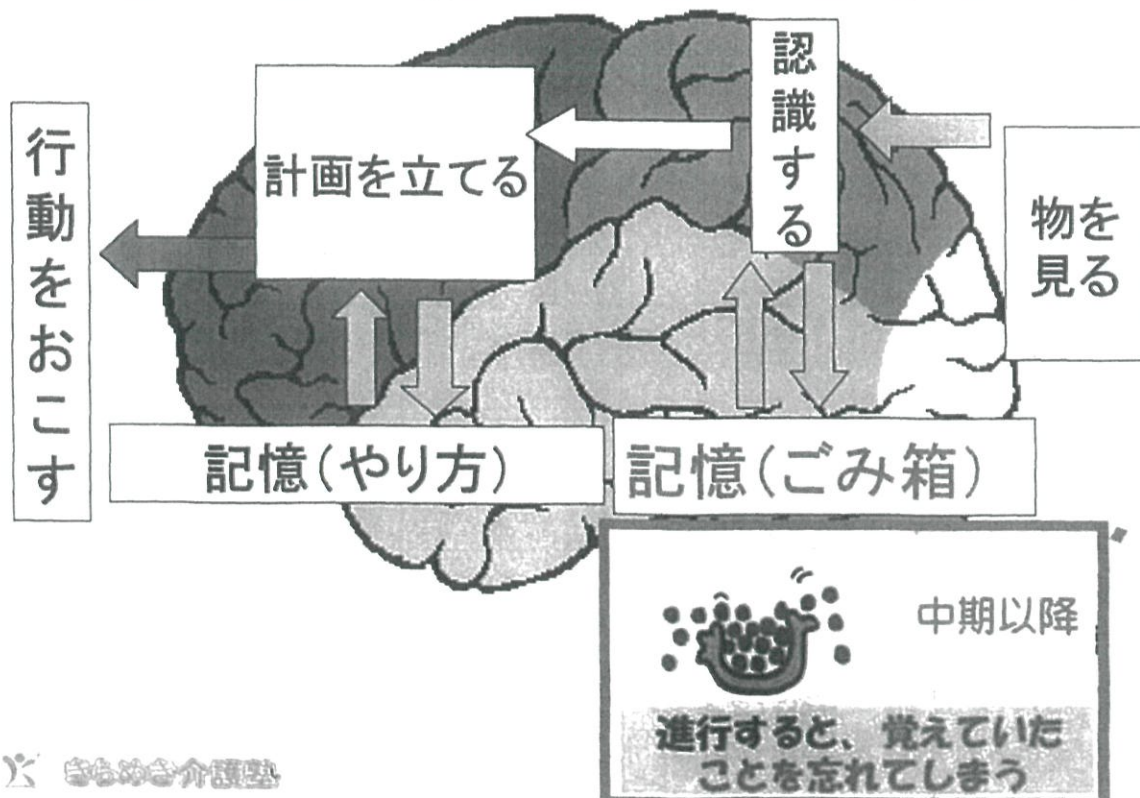


認知症になると・・・
何もわからなくなるのではなく、
わかりにくくなるだけ。
わかることもたくさんある。

- ・昔(痴呆)：何もわからなくなった人
→だから問題を起こすんだ。

- ・今(認知症)：わかることもたくさんある人
→だから問題を起こしてしまう。

なぜ、ごみ箱におしっこするの？



記憶障害って!?

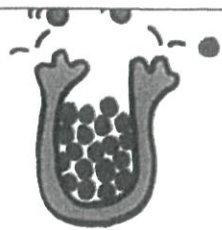
新しいことは忘れるけど、昔からやってたことは覚えてるし、まだまだ出来るんだね (^ ^)



● 大切な情報

● 関心のある情報

○ 無駄な情報



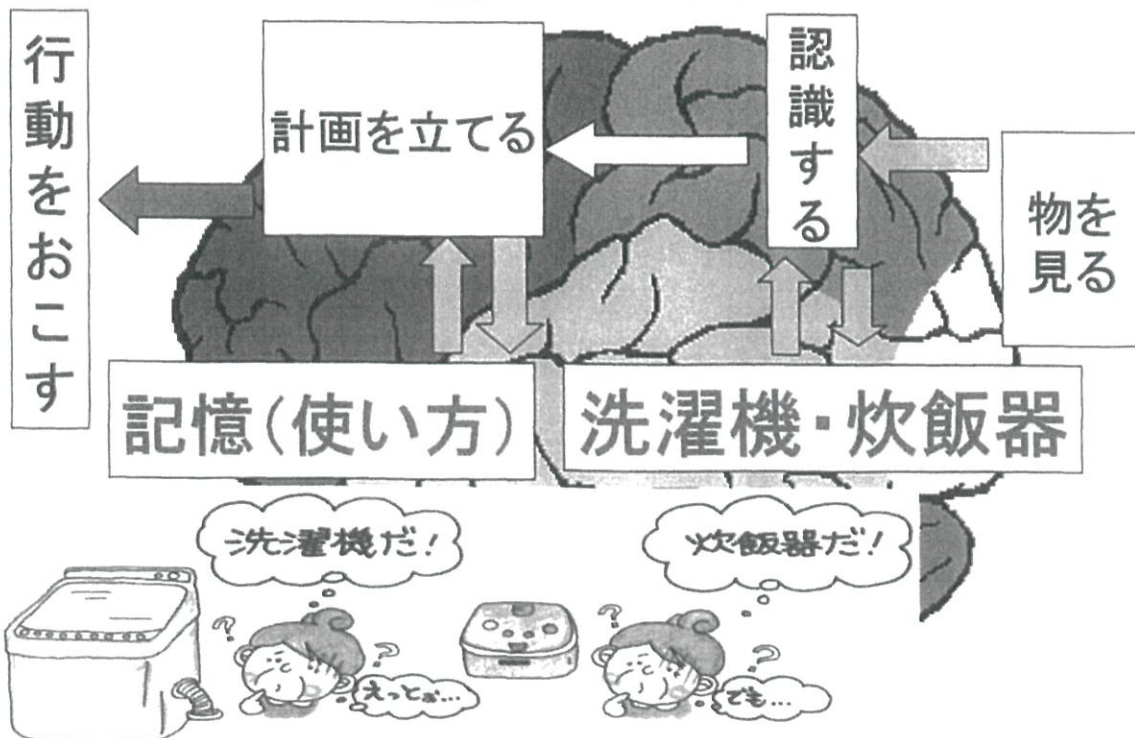
認知症になると覚えられない

記憶の貯蔵庫



進行すると、覚えていたことを忘れてしまう

どうして洗濯機や炊飯器がうまく使えなくなるの?



アルツハイマー型認知症になると 記憶障害が原因で…

- ご飯を食べたのに食べてないと言ったり
- 同じことを何回も話したり、聞いたり
- トイレ以外の場所でおしっこをしたり
- 食べられないものを食べたり
- 洗濯機や炊飯器がうまく使えなかったり
- 近所で道に迷って帰れなくなったり

いろいろなことをするかもしれません。

- でも本人は決して「間違っただけをしよう」とか「誰かを困らせてやろう」なんて、思ってやっているのではないのです。

 忘れぬ介護塾

「記憶障害」って、単にさっき
した事を忘れるだけではないんです。
私たちは常に「記憶」を頼りにして
生活を送っています。



「わからなくなった」わけではなく、
「わかりにくくなった」だけ。
その中で、目の前の環境に適応
しようと一生懸命考え、自分なりに
正しいと思うことをしているのです

覚えていたことを忘れてしまう。でも...

大切な人の
ために
何かしたい

周りの人に
迷惑を
かけたくない

あなたの大切な人の心を
理解できるようになりたいですね...

＊ せらみき介護塾

関わり方の大切なポイント

- 病気の特徴を理解して！
→記憶障害があると大変なんです。
- プライドを傷つけないで！
→自分なりに正しいと思う行動をしているのです。
間違いを指摘されたら悲しくなります。
- 出来ることを大切にしよう！
→全部出来なくなったわけじゃないんです。
出来ることをすることで安心できます。

よくこんな相談をされる方がいます

おばあちゃん、私の前ではいつもわけのわからないことばかり言って大変なのに、近所の人やヘルパーさん、特にお医者さんの前では、きちんと挨拶して上手に話ができるの。

家ではわざとおかしいこと言ってるの？
私がバカにされてるの？



※ ともゆき介護塾

アルツハイマー型認知症では、
社会性は最後まで発揮されます。

認知症になっても、場面に合わせた挨拶や会話、その場を取り繕うような受け答えは、上手にできます。

だから一緒に住んでいない人（親類や隣近所の友人）は、本人の病気に気づきにくく、家族だけで問題を抱え込んでしまうのです



※ ともゆき介護塾

わかりやすいトイレって？

～脳に訴えかける言葉～

☆WC

☆化粧室

☆トイレ

☆便所

☆手洗い

☆かわや

☆はばかり

☆ご不浄

〇〇は…
どこや？



皆さんは、トイレの扉に
どんな言葉を書きますか？



「認知症の人を自宅で介護する時の
家族の不安ってなんだろう」



一人にしとくと、何をするか、どこに
行くかわからないから目が離せない。

私も家事とかやることがあるから、
ずっと見てるわけにいかないのよね

認知症の人への関わりで
大切なことは出来ること探し！



どういう生活が望ましいか



- 上げ膳据え膳でなく、
必ず役割をもってもらおう
- ストレスを作らない
出来ないことを無理にさせない
プライドを損なわせない→そっと援助
- 自信をもってもらうために
出来ることはどんどんしてもらおう

認知症の人を支える3つの馴染み！



- なじみの人間関係
昔から知ってる人 → 知った顔・声で安心！
- なじみの物
昔から使っていた道具・家具に囲まれる
→ 使い方がわかるって嬉しい！
- なじみの行動
昔からしていた仕事や家事などは身体が覚えてる！
→ まだ出来るんだ！自信回復！

最後のポイント

認知症になることは残念なことかもしれませんが、その人が不幸になるかどうかは周りの人のかかわり次第なのです。



一番大事なことは、
『あなたの大切な人が認知症になっても、かわらないお付き合いを続けていくこと』なのです！！

～誰だって住み慣れた地域で、人生最後まで
『自分らしく暮らしたい』と願っています～

- 『介護の方法』をアドバイスできるのは
介護の専門職。
- でも…
- 『その人』のことを一番よくわかっているのは、
その人の家族や友達、そして、ご近所さん。

• だからこそ

《皆さん一人ひとりと介護の専門職が
みんなで助け合っていける地域を》