

## 周りの人に知ってもらいたいこと

認知症についての正しい理解が、本人へのより良いケアにつながる場合があります。さらに理解を深めたいときには、家族勉強会（⇒12ページ）や、認知症サポーター養成講座、認知症講演会（⇒22ページ）などにご参加ください。

### 本人の行動の背景となる理由や気持ちを考える

認知症の症状は、認知機能障害に加えて、周囲の環境、本人の性格や気持ちなどが影響して現れます。周囲の環境や関わり方を心がけることが大切です。

認知機能障害

周囲の環境

本人の性格・気持ち

など

十人十色！

様々な症状

周りから見たら一見変わっているように見える行動でも、本人には当たり前のことであり、もっともな理由があります。よって、本人の言動を否定せずに、本人の行動の背景にある理由を考えて、気持ちに寄り添った接し方を心がけることが望ましいとされています。

あるAさんの事例では・・・

症状



同じことを  
何度も聞く

》》

背景や理由を考える

背景

障害

- ・記憶障害により話したことを忘れる

環境

- ・雑音がある中での会話
- ・思い出せる手がかりが周りにない

気持ち

- ・純粋に知りたい
- ・コミュニケーションをとりたい
- ・どうして良いかわからず不安

》》

症状への対応方法を考える

対応例



静かな場所で  
ゆっくり話を

メモ

- ・今日は10時に  
デイサービスに行く  
予定です

返事をメモして、  
目に見える場所においておく

症状は十人十色であるため、全ての人に当てはまる「正解のケア」はありません。日々、本人と接する中で、それぞれの正解を模索していきます。

本人の  
言葉

### できることを 先回りして奪わないで



認知症と診断されても、  
すぐに何かが変わるということはありません。

周りの人と、症状に対してどう工夫するかを  
考えれば、困ることはなくなります。

ただ、周りの人の心配や優しさから、  
失敗をさせないように先回りをしてしまって、  
一人で出かけるのを禁止したり、  
財布を取り上げてしまったりすると、  
本人が自信をなくしたり、気持ちを不安定に  
してしまうのではないかと思います。  
「失敗しても怒らないでください」  
「行動を奪わないでください」



丹野 智文 さん

39歳の時に若年性認知症と診断。  
ある一人の認知症の先輩との出  
会いをきっかけに、人との出会い  
の大切さに気づき、現在はおれん  
じドア実行委員会の代表を務める。  
令和5年公開の映画「オレンジ・ラ  
ンプ」の主人公のモデルとなる。



令和7年10月認知症講演会映像

家族の  
言葉

### 自分を大事にしないと、 いいケアはできない

令和4年9月  
認知症講演会映像

前向きに楽しく生きるためには、「介護をサがる」ことも大切だと思います。

私の主人は寝たきりですが、私がめげないのは、自分の時間をとって自由に使えるからです。主人がデイサービスに行く時は、お友達と食事に行ってお喋りをします。ショートステイに預ける時には、日帰り旅行に行くこともあります。主人には悪いと思っていません。

なぜなら、自分を大事にしていると、すごく彼にもいいケアができるからです。

自分を大事にして楽しまないと、いいケアはできないのだと、経験上思います。

