

おじいちゃん おばあちゃん どうしたの？

にん ち し ゆう
認知症
について
し 知ろう



こうえきしゃだんほうじん
公益社団法人
ふくおかけんいしかい
福岡県医師会



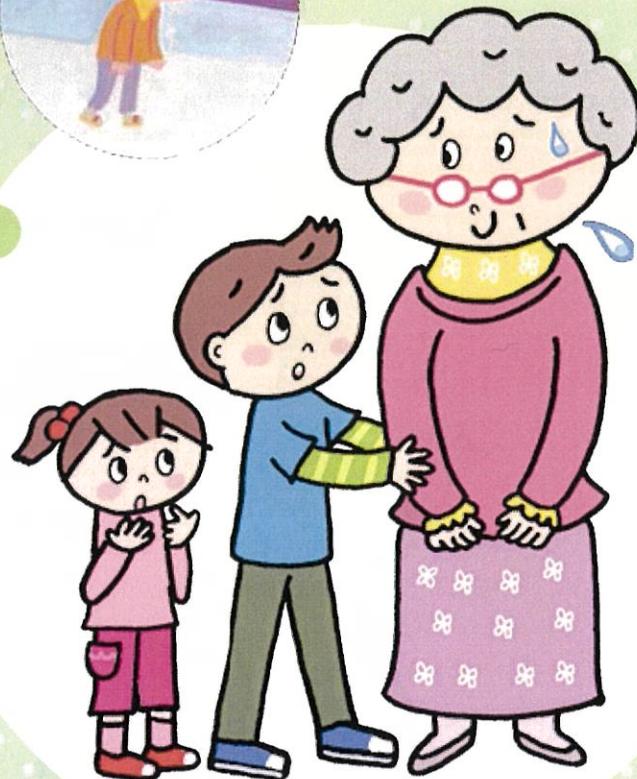
おじいちゃんおばあちゃんのことをもっと知りたい

認知症について学ぶ

福岡県医師会

おじいちゃん おばあちゃん どうしたの?

にんすいじょう
認知症
について
知ろう



もくじ

はじめに

- みんなは知ってる？ 認知症
- どうして認知症になるの？
- 老化と認知症はどう違うの？
- 認知症になるとこんな症状が出てくるよ
- どんな気持ちなのかな？
- 接し方でこんなに変わるよ

14 12 10 9 8 6



こんなときはどうする?①
ごはんを食べたのに「『はんはまだ?』」と聞つ

こんなときはどうする?②
家にいるのに「『家に帰らなくちゃ』」と言い出す

こんなときはどうする?③
財布がなくなり「『盗んだでしょー』」と怒り出す

笑顔で暮らそう
みんなが安心して暮らせるまちへ

32

30 28

おわりに～福岡県医師会からのメッセージ～

32

20 16



はじめに

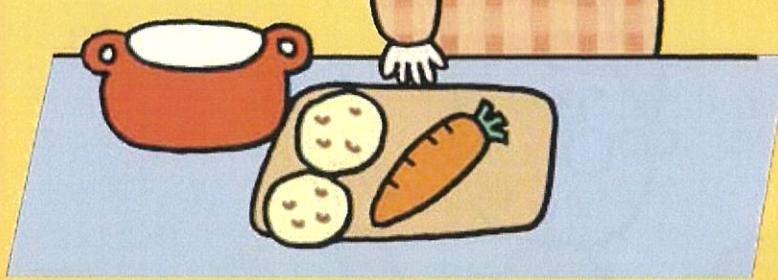
おじいちゃん
おばあちゃん



カレーって
どうやって
作るんだった
かしら…

カレーは
おばあちゃんの
得意料理
だったのに

がな…
ぎりじたの



最近
な
ん
だ
が
お
か
し
い



なぜ?
ど、
して?



盗
ぬ
んだ
だ
ろ
う!
の
俺
お
れ
財
さい
布
ふ

怖
よじ
りよ
前
まえ
は
め
った
に
お
怒
り
な
か
つ
た
の
に
最
さい
近
あ
る
怒
り
つ
ぱ
く
て



な
に
何
が
起
こ
っ
て
い
る
の
か
し
ら
う!

みんなは知ってる？

認知症



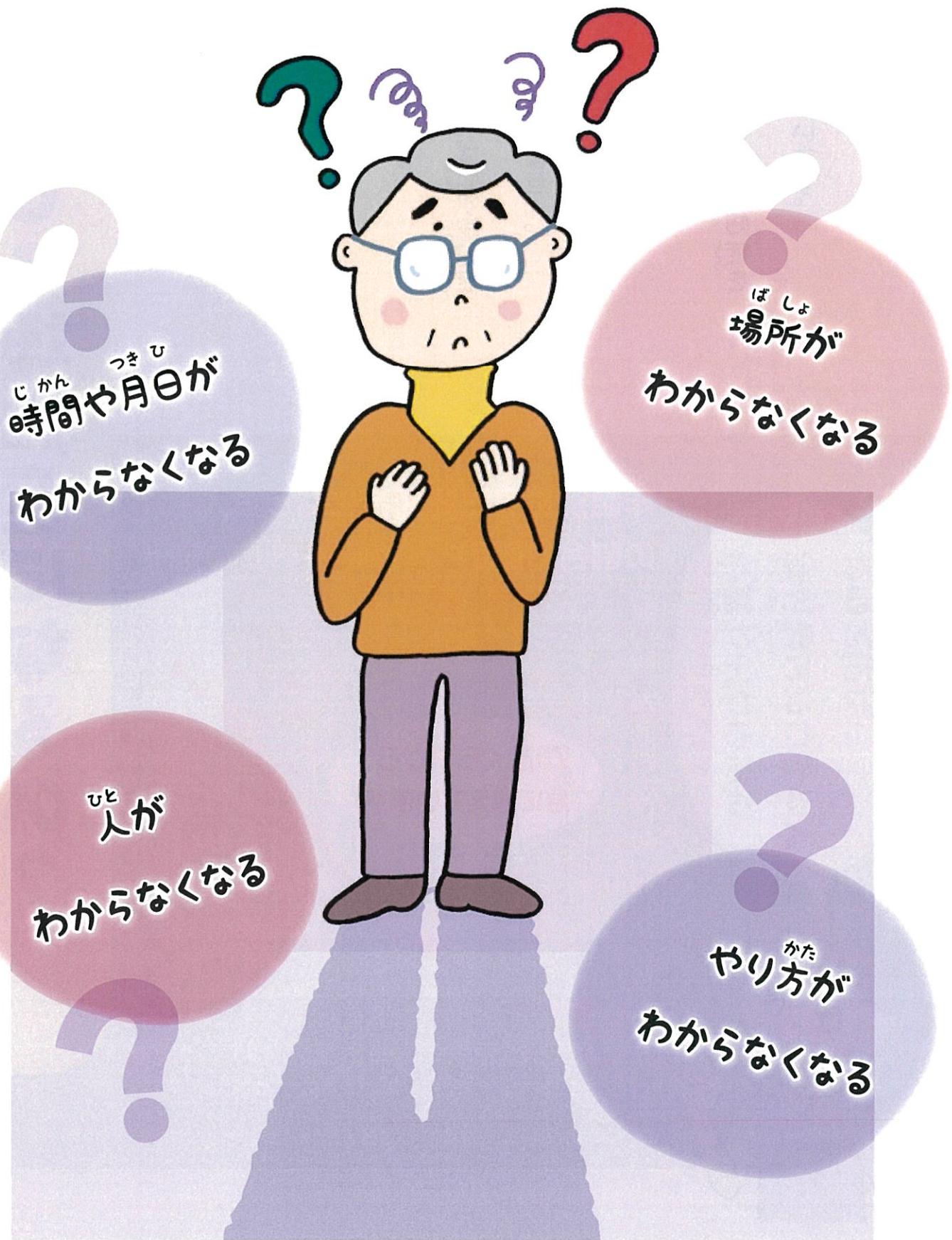
おじいちゃん
おばあちゃんに
なつたり
なる病気？

65歳以上の5人に1人が認知症
になるといわれています。
また、若くても認知症になる人
もいます。

の細胞が死んでしまうなどから、
脳の働きが悪くなり、生活が不自
由になる病気です。年をとれば
とるほどなりやすく、2025年には、
認知症は、さまざまな原因で脳

おじいちゃん　おばあちゃんが
まがしくなっちゃったのは
「認知症」が原因なのかな？

にんちしょう 認知症になつたら どうなるの？



どうして認知症になるの？

認知症の原因は病気で脳の

一部が死ぬなどさまざまですが、

一番の原因是老化です。

ですが、年をとれば必ず認知症

になるわけではありません。

老化による物忘れなどと認知

症は別のものです。

また、若くからなる認知症を

若年性認知症といいます。

なるんだね

年齢が上がるほど
認知症になりやすくなる



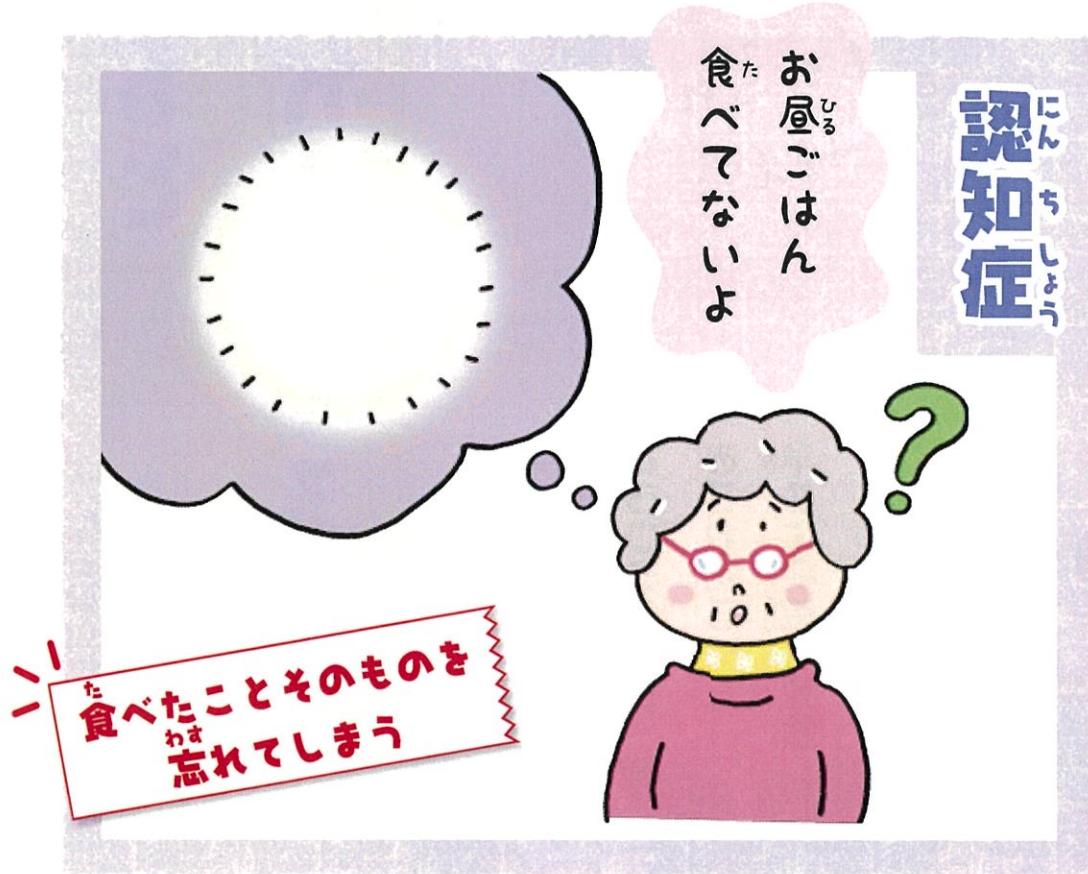
出典：厚生労働科学研究「都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」

老化と認知症はどう違うの？

老化



認知症



老化による物忘れは、「忘れたこと」自体は覚えています。認

知症による物忘れは「体験そのもの」を忘れてしまうのです。

認知症になると こんな症状が出てくよ





おばあちゃんが
思つてじたけど、
大変な思いを
してじるんだね

考えてみましょ。

おじいちゃん
おばあちゃんは
どんな気持ち
なのかな？

おじいちゃん
おばあちゃんは
どんな気持ち
なのかな？

おばあちゃんが
認知症になつて
一番大変な思いを
しているのは
本人です。

どんな気持ちかながな?

おじいちゃんおせあちゃんの

心の声に耳を傾けてみよう

怖い

迷惑を
かけたくない

自分も
人の役に
立ちたい

不安





くわ
悔しい

ないがしろに
されたら悲しい

あいて
※相手にされないこと

さび
寂しい

これ以上
ひどく
なりたくない

ありがとうって
おも
思っているよ

どんなに認知症が
進んでも、
心や感情は
生きています。
おじいちゃん
おばあちゃんが
今どんな
気持ちのが
考えることを
大切にしましょう。

接し方でこんなに変わるよ



認知症の人は、不安でいっぱい
な気持ちになってしまいます。そんな
ときに怒られたりしかられたり
すると、どうしたらいいかわから
なくなり、イライラしたり、よけ
い失敗するようになってしまいま
す。おばあちゃんが不安に思う気
持ちを想像して、安心できるよう
に接してみましょう。



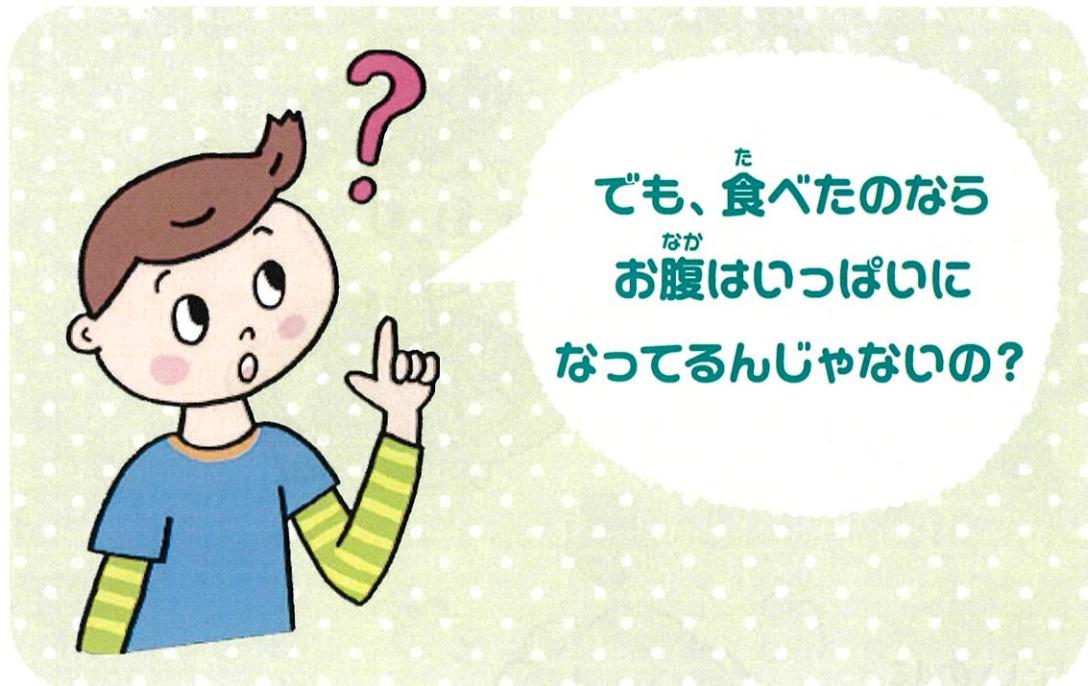
ごはんを食べたのに
「ごはんはまだ？」と言う



「何などせばいいまる？」

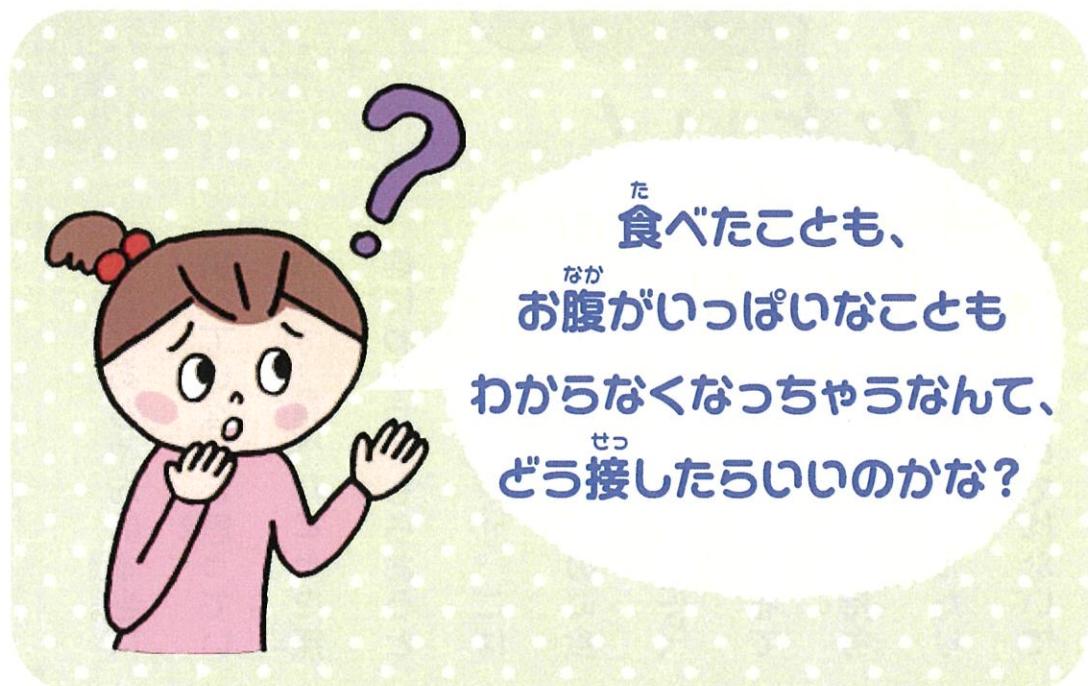
1

にんちしょう
認知症になると、新しい記憶から忘れていきます。ついさつ
しょくじ
き食事をしたこと自体を忘れてしまっているのです。



た
でも、食べたのなら
なか
お腹はいっぱいに
なってるんじゃないの？

にんげんのう
人間の脳にある満腹を感じる部分が、認知症によって壊れて、
まんぶくかんかん
満腹感を感じにくくなっていることもあります。



た
食べたことも、
なか
お腹がいっぱいなことも
わからなくなっちゃうなんて、
せっ
どう接したらいいのかな？

どうして食べたことがわからなくなってしまって? なぜ?

こんな言い方をしてしまうと…



どうして
そんな意地悪をするんだろう！

ひどい！

おばあちゃんは本当に食べていないと思っているので、食べたことを無理にわかつてもらおうとしても逆効果です。ごはんを食べていないのに食べたはずだと言われたら、あなたならどう感じるでしょうか。悲しい気持ちになつたりいらだつたりしてしまうのではないか。
しょうか。

こんなふうにしてみよう

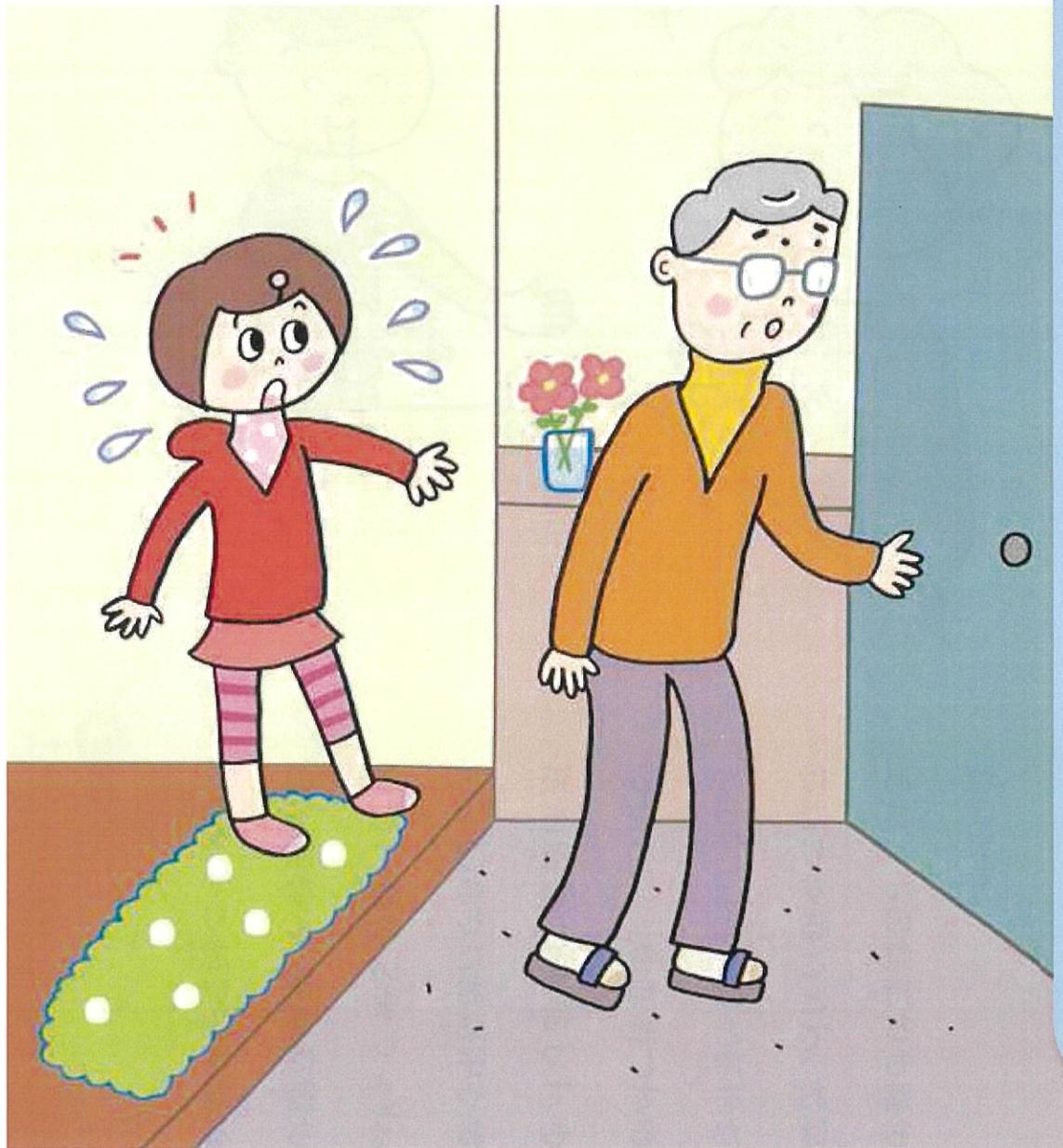
もうすぐごはんできるって!
それまでこれをどうぞ



無理やり思い出させる
のではなく、まずは落ち
着いてもらいましょう。
ちょっとしたお菓子やお
茶を用意して待つても
らったり、「今用意して
から待っててね」と声をか
けたりすることで、おば
あちゃんの気持ちも落ち
着きます。



いえ
家にいるのに
「家に帰らなくちゃ」と
いだ
言い出す



いじなとせいかどうする？

2

どうして家にいることがわからなくなってしまったのでしょうか？

認知症になると、時間や場所、人物などがわからなくなってしまいます。自分の家にいても、ここがどこだかわからなくなったり、今住んでいるところではなく、ずっと昔に暮らしていた場所を、本当の家のように感じていたりすることもあるようです。



どうして
きも
そんな気持ちに
なっちゃうんだろう？

今の家ではない場所へ「帰りたい」と思う理由はさまざま。居心地の悪さや、安心感のない不安な気持ちを、「帰りたい」という言葉で訴えている場合もあります。



どう接したら
ふあん がいしょ
不安を解消
できるのかな？

こんな言い方をしてしまうと…



居場所が
わからなくて
こんなに不安なのに。

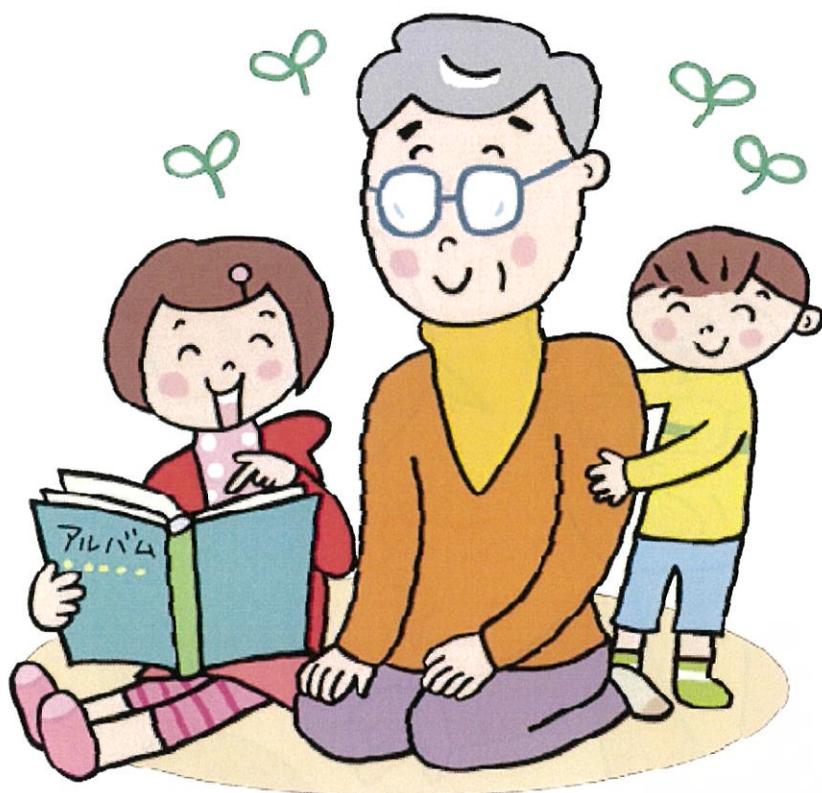
どうして
そんなに
怒るんだろう！

早く自分の家に
帰りたい！

ここが本当の家だと無理に言い聞かせようとする
れば、よけい不安な気持ちをつのらせてしまいま
す。あなたも、不安で不安で仕方ないときに、きつくな
れど怒られたりしたら、どこか違う場所へ行きたくなつてしまいませんか？

こんなふうにしてみよう

だいじょうぶ ぼく 大丈夫、僕もここにいるから



手をにぎったり肩を抱

いたりして、しばらく一緒にすごすと、安心でき

るようです。おじいちゃんが大切にしている思い

出の品や写真などを一緒にみたりするのも不安を

やわらげてくれます。

まずはおじいちゃんがどうして不安に思っているのか、何を心配しているのか、本人のお話に耳を傾けてみましょう。

財布がなくなり
「盗んだでしょ！」と
怒り出す



「へんなどせはどじるなん?

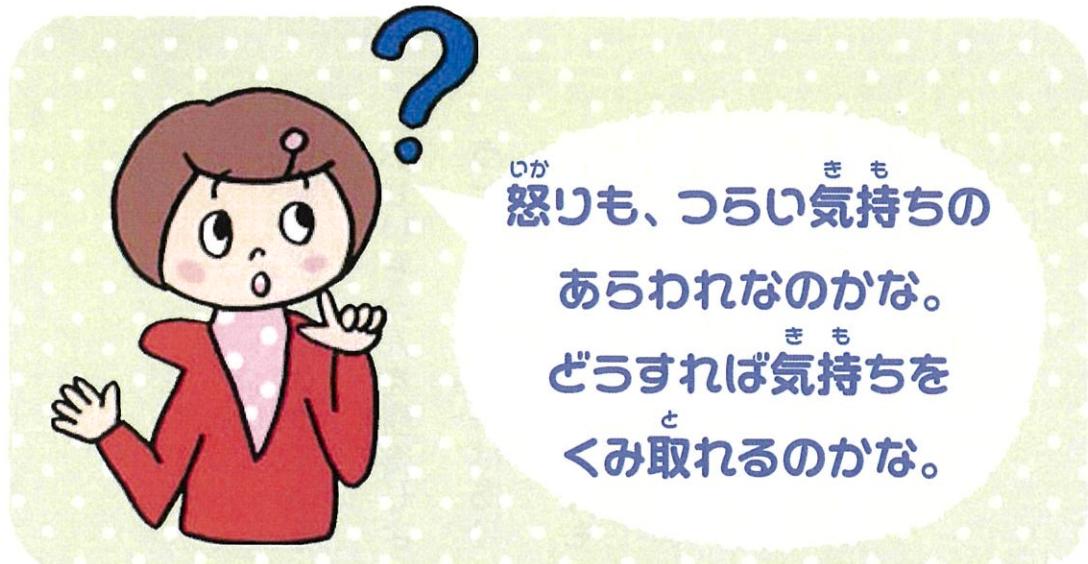
③

どうして確かめもせずに突然怒り出すの？

大切なものをなくしてはいけないと思ってどこかにしまい、そのまま忘れてしまうことがあります。いざ使おうと思ったらそれがないので、「これは怪しい、誰かがとったに違いない」と疑うのです。



認知症の人は、まわりが思っている以上に、我慢をしています。なので、あなたが嫌いで怒っているのではなく、我慢してきた気持ちが突然爆発し、怒り出したりすることがあります。



怒りも、つらい気持ちの
あらわれなのかな。
どうすれば気持ちを
くみ取れるのかな。

こんな言い方をしてしまうと…

わたし
私が盗ったん
じゃないよ!
なんでそんなこと
言うの!



自分が盗ったと
いう泥棒が
いるはずがない。

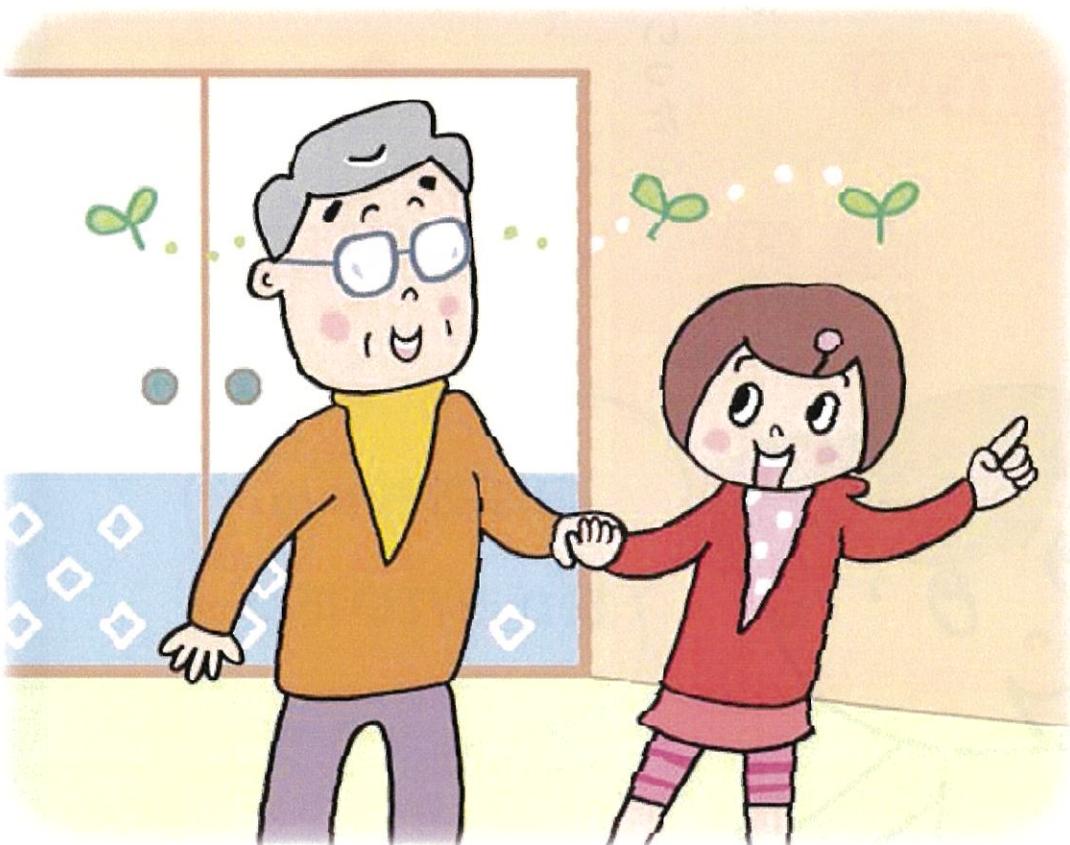


嘘をつくなんて
やっぱり財布を
盗んだんじゃないかな。

う。
おじいちゃんを説得しようとしても、効果はあります。まずは「大切なものがなくなってしまい怒っている」という気持ちを受け止めてあげましょ

こんなふうにしてみよう

それは困ったね。一緒に探そうよ



あなた一人で探すのではなく、一緒に探して見つけてあげましょう。

大切なものがなくなつて不安な気持ち、見つかって嬉しい気持ち、そのような気持ちを共有することで、おじいちゃんの怒りっぽさも改善していきます。



笑顔で暮らそう

たの
樂しう

おばあちゃん
さくら
桜がきれいだね

え　がお
笑顔



うれしい
おばあちゃん大好き

きれい

認知症になつても、
つらい・寂しいといった
気持ちばかりでは
ありません。

たの
樂しう

きれいだね

桜がきれい

きれしい

散歩が気持ちいい



感じることもできます。

景色の美しさを

みなさんの笑顔や、
あたたかい気持ちは
伝わります。

みんなの笑顔や、
あたたかい気持ちは
伝わります。

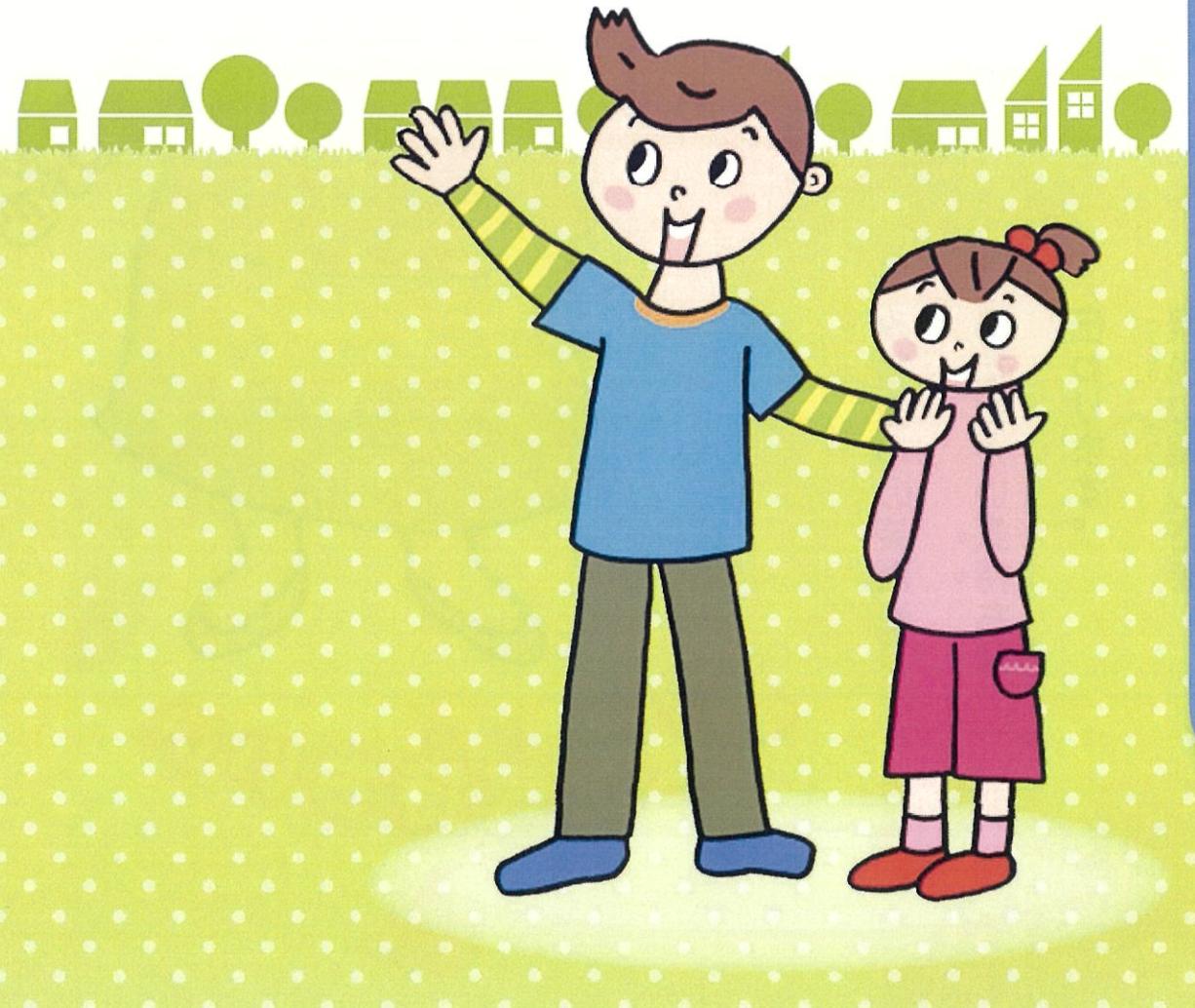
みんなが安心して暮らせるまちへ

お年寄りの方々が安心して暮らせるために、さまざまな仕事などがあることを知っていますか？

たとえば、お医者さんです。おじいちゃんおばあちゃんのようすで心配なことがあったら、はやめに病院でお医者さんに診てもらうことが大切です。また、病気などでひとりでお風呂やトイレに行くのが難しいお年寄りのために、お世話をする仕事もあります。そのほかにもさまざまな仕事やサービスがあります。

認知症のおじいちゃんやおばあちゃんが、安心して暮らすためには、あなたの住んでいるまちがどんなま

ちになるといいと思いますか？





地域全体で 認知症の人を 支えよう。



おわりに 福岡県医師会からのおメッセージ

32

最後まで読んでくださりありがとうございました。

「認知症」がどういうものか、知ることができたでしょうか？

なにより、困っている人や助けが必要な人に寄り添い、心と心を通わせることは、みなさんにとってもかけがえのないものとなることと思います。

みなさんが大人になる頃には、お年寄り（高齢者）の割合は今よりもっと増えると考えられています。これほどにお年寄りが多い国は、今まで世界中どこにもありませんでした。認知症の人、そして、みんなが安心して暮らせる国になるかどうかは、これから私たちの行動次第です。



この冊子は電子書籍で見ることができます。



福岡県認知症対応啓発

検索



発行：平成28年3月 公益社団法人福岡県医師会



環境に配慮し、古紙配合率80%以上・グリーン購入法
総合評価値80以上の用紙及び植物油インキを使用しています

禁無断転載©東京法規出版