シリーズ人権教育　第１４３回

認知症を学び、地域で支えよう

尊厳をもって最期まで自分らしくありたい。これは多くの人々が望むことですが、この願いをはばむ深刻な問題になっているのが「認知症」です。認知症は日本では８５歳以上の４人に１人にその症状があるといわれています。現在、全国で約２１０万人といわれるその数は、２０４０年には４００万人程度まで増加すると予想されています。

認知症とは？

　認知症とは脳や身体の疾患が原因で、記憶・判断力などの障害が起こり、通常の社会生活が送れなくなった状態をいいます。中でも最も多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患」と呼ばれる病気で、アルツハイマー病などがこれに当たります。

　脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状には記憶障害や、自分がどこにいる

のかということや時間が分からなくなるといった見当識障害、理解・判断力の低下、頭の中で計画を立てて臨機応変に実行する機能の低下などがあります。

　またこのほかに、本人の性格や環境、人間関係などの要因が作用して起こる行動・心理症状があります。

なぜこんな行動をとるの？

　「排せつの失敗」を例に考えてみましょう。

原 因①トイレの場所が分からなくなるから

工 夫①貼紙などでトイレの場所を分かりやすくする、廊下の灯りをつけておく

原 因②運動障害などのため衣類の着脱に手間取るから

工 夫②着脱に時間のかからない着慣れた服を着る

　このように、ちょっとした工夫によって本人のプライドを傷つけることなく問題を解決できることもあります。

　認知症の人は、自分の考えや行動を非難・否定されると、その事自体は忘れてもその時の感情は鮮明に覚えています。また、非難されたという負の感情が新たな行動症状を引き起こしてしまうこともあります。

　認知症の人が安心して心地よく過ごせるためには、その行動の原因を知り、暮らしやすいように工夫したり、見守ったりすることが大切です。

認知症の人や家族をみんなで支えよう

　認知症は、その症状から、本人だけでなく家族まで疲れ切ってしまうこともあります。共倒れにならないためには周囲の理解と気遣いが必要です。認知症について正しい知識をもち、その人や家族を支える手だてを知り、地域のみんなで支えましょう。

︻参考資料︼認知症サポーター養成講座標準教材　認知症を学び地域で支えよう　全国キャラバン・メイト連絡協議会

★認知症サポーター養成講座で学んでみませんか？

︵少人数でも受講可︶

問　高齢者支援課

☎︵０８２︶・４２０・０９８４



