



石見さくら会居宅介護支援事業所

0855-95-3262

日が暮れるのが一段と早くなり、朝晩の冷え込みに冬の気配を感じます。皆さまいかがお過ごしですか？寒さも増し、暖房器具を出しておられる方も多いのではないでしょうか？空気も乾燥して火災が起きやすい季節です。今一度、火の元点検してみましょう。

今回も認知症の症状に合わせた具体例と対応策をまとめました。認知症についての理解を深めることで、介護者側も声かけの仕方や、状況に応じてどのように接すれば良いか理解することができます。それは介護者にとっても、精神的な負担の軽減につながると考えます。

こんなとき、どうする？

Q 外出したがらない/外出してもトラブルになる

家にいることが多くなり、テレビの前に座ってボーっと眺めていることが多くなりました。また、外出先ではトラブルばかり起こすようになります。

- トラブルが起きることを心配して外出させない。
- トラブルが起きると責め立てる。

A どう対応・接すればいいの

- 認知機能の低下により、自分で判断できないことが増えているために、人と接することや外出先での意図しない状況にストレスを感じているかもしれません。
- 基本的なあいさつはもちろんですが、積極的に話しかけてみましょう。家族の中でできる家事をお願いするなど、家族の中で役割を決め接する機会を増やすことも大切です。例えば、掃き掃除をお願いし、「ありがとう」と言った感謝の言葉をかけ、必要な存在であることを伝えてください。

Q 転ぶ、歩行が不安定

ちょっとした段差などで転んでしまうことが多くあります。また、外出した際など歩くのが遅いことがよくあります。

- 「危ないから」と外出の機会を減らす。
- 歩くのが遅いことにイライラして怒ってしまう。

A どう対応・接すればいいの

- 介護保険なども活用しながら、自宅にスロープや手すりを取り付けるなど環境を整えましょう。

認知症の中でもレビー小体型認知症では、パーキンソン病のような症状がみられることがあります。

Q 暴力的になる

父は認知症になるまでは、とても穏やかな人でした。そんな父が最近急に怒り出し、殴るなどの暴力行為があります。

- 「どうしてそんなことをするの!？」と口論をする
- カづくでおさえる
- 大きな声を出し叱りつける

A どう対応・接すればいいの

- 認知機能の低下により、思ったことをうまく伝えられなかったり、自制心が働かなくなつて急に怒りっぽくなってしまいます。そのもどかしさからくる不安な気持ちをうまく表現できないことで、暴力や暴言と言った行動につながることもあります。怒っている理由に検討がつかなくても、本人には必ず理由があります。このようなときは、少し距離を置いて気分を落ち着かせてもらいましょう。どんな時に暴力的になるのかを良く観察しておき、医師に相談するなどして対策を練つておくことで、未然に予防することも可能です。

今月の脳トレ

挑戦して脳の活動を高めましょう！！

【同じ絵探し】

左上と同じものを探して○で囲んでください。



皆で脳トレに
チャレンジ！



【ひらがな並べ替え】

ひらがなを並び替えて単語を完成させてください。

インロクぶつなる
ネプタエがてくぐ

①

②

あいいませ
えだまび

③

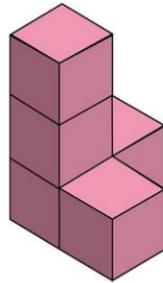
④

がえいあ
まかびあ

⑤

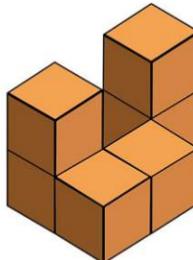
⑥

①



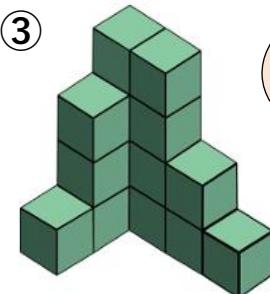
個

②



個

③



個



【計算問題】

- | | |
|------|-----|
| ① 11 | ⑤ 7 |
| ② 2 | ⑥ 8 |
| ③ 5 | ⑦ 8 |
| ④ 12 | ⑧ 6 |

【漢字問題】

- | |
|--------|
| ① 一期一会 |
| ② 大器晩成 |
| ③ 無病息災 |
| ④ 心機一転 |

【計算パズル】

2	9	4
7	5	3
6	1	8

6	1	8
7	5	3
2	9	4

【10月号の答え】

