

● 家族や周囲の心構え ●

認知症の方の家族、周囲の人も不安になったり、戸惑ったりすることもあるでしょう。大切なのは、認知症を正しく知り、その人自身を知ることです。

- 病院セットなどよく使うものは、ひとまとめにして、置く場所を決めておく
- 予定や薬はカレンダーを活用するまたは当日伝える
- できることを取り上げないで、待ってみてやってもらうと、介護する側も楽になる
- 認知症であることを周囲に知ってもらうと協力者ができる
- 本人の行動をよく観察する
できること・助けが必要な所が見えてくる
- 不安・焦り・混乱…
いったんは本人の気持ちを受け止める
- 「ゆっくりでいいよ」「大丈夫」「ありがとう」
安心する言葉がけを
- 間違いや失敗は指摘せず、できていることを伝える
- 怒らない。怒ってしまった時は時間を置いて
「あの時はごめんね…」とフォローをいれる
- 介護者も自分の気持ちを受けとめて
もらえる場を持つ、抱え込まない

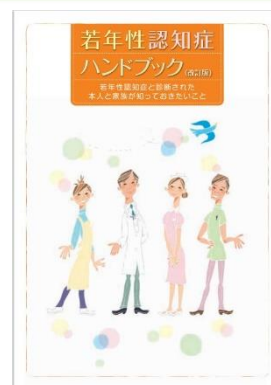
認知症サポーター養成講座
もやってます!(PIO)

認知症のことを知るための資料のご紹介



違和感のあるあなたへ、
そして家族へ
気になったら読んでほしい
一冊

一足先に
認知症になった先輩からの
心強いメッセージがこもった一冊



「若年性認知症」
本人と家族が知っておきたいことを
まとめた一冊

これらの資料はホームページからダウンロードできます ▶▶

厚生労働省 認知症施策

