

『認知症の状態にある方への 具体的な関わり』

キーワードは

見守り・声掛け・保護

日時：令和7年9月22日（月）

13：20～15：10

場所：くりやまカルチャープラザ EKI

＜タイムスケジュール＞

時 間		内 容	進 行
13：10～	10分	栗山高校 出発	
13：20～	5分	EKI到着・挨拶（多目的ホール）	栗山高校
13：25～	5分	本日の流れについて説明	介護学校教員
13：40～	20分	認知症対応・デモンストレーション良い例・悪い例（認知症の方への声掛け訓練）	//
14：00～	15分	休 憩	//
14：10～	40分	演 習	//
14：50～	15分	多目的ホール・まとめ・感想・挨拶	//
15：05～	5分	栗高生バス乗車・出発	

『認知症の状態にある方への具体的な関り方』

1. 信頼関係を築く（気づく）コミュニケーション

- ①あいさつ「おはようございます」「こんにちは」「はじめまして」
- ②自己紹介「私は、栗山町の〇〇です。よろしくお願いします」
- ③状況描写「今日はいいお天気ですね」「最近寒くなりましたね」
- ④体調の確認「お元気そうで何よりです」「痛いところはありませんか」

「疲れていませんか」

- ⑤環境の確認「寒くないですか」「暑くないですか」

「何かお困りのこととがありますか？」

- ⑥世間話（話しやすい雰囲気雑談）

「もう〇月もう少しで栗山の秋祭りがありますね」など

2. 信頼関係を築く（気づく）コミュニケーションの10の土台

- ①相手を**観察**しよう（気付いたことは？）
- ②相手を**受容**しよう（まずは、否定せず受け止める）
- ③相手に**共感**しよう（うなずき、そうなんです）
- ④名前で呼ぼう（〇〇ちゃんではなく）
- ⑤相手にお願い（依頼）してみよう「〇〇お願いしてもいいですか」
- ⑥選んでもらう ⑦相手を褒める ⑧相手に感謝する
- ⑨いたわる ⑩自己開示しよう！

3. コミュニケーションのテクニック

- ①笑顔力 ②雑談力 ③うなずき力 / あいづち力
- ④おうむ返し力（繰り返し）

不適切な態度（所作）

不適切＝行うべきではない（行ってはいけない原則）

★不適切な7つの関わり方

- ①上から**見下ろす**こと
- ②後ろから声を掛けること、複数で声を掛けること
- ③遠くから大声で名前を呼ぶこと
- ④無視すること
- ⑤本人の前で平気でほかの方と関係のない話をする事
- ⑥無言で動作（ケア）すること
- ⑦子ども扱いすること（自尊心が傷つく）

★適切な7つの関わり方（所作1）

- ①**同じ高さの目線**で
- ②**正面から**声を掛けること（少数、できれば一対一）
- ③**近くによって**声を掛けること（名前）
- ④**関心**を寄せること
- ⑤本人と**向き合って話**すること
- ⑥**丁寧**に説明しながら関わること
- ⑦**一人の大人**として接すること

不適切な態度（所作）①

□上から見下ろすこと

- ・ 上から見下ろすことは避けなければなりません
- ・ 立ったまま話ただけで見下ろされている感じになります
- ・ それだけで**威圧感を感じてしまう**



- ・ なるべく腰を低くする（しゃがんだりする）



- ・ **視線を同じ高さにすることが大切**

不適切な態度（所作）②

□後ろから声を掛けること（複数で声を掛けること）

- ・ どこから話しかけられているのかが分からず戸惑うことになります
- ・ バランスを崩して転倒することがあるかもしれません



- ・ **正面に回り込む**
- ・ **視線を合わせてから、話しかけることが必要**

不適切な態度（所作）③

□遠くから大声で名前を呼ぶこと

- ・ 高齢者は目が見えにくい
- ・ 声を掛けられていることが分からない



- ・ **正面から近づきながら話しかける**

不適切な態度（所作）④

□無視すること

- ・ 認知症の方から話しかけられた時、手が離せない場合でも



- ・ 無視しないこと
- ・ 必ず返事をする
- ・ 「きちんとわかってますよ」という態度をとること

不適切な態度（所作）⑤

□遠くから大声で名前を呼ぶこと

- ・ 高齢者は目が見えにくい
- ・ 声を掛けられていることが分からない



- ・ 正面から近づきながら話しかける

不適切な態度（所作）⑥

□本人の前で平気で他の方と関係のない話をする

- ・ 認知症は何も分からなくなる病気ではない
- ・ その人を完全に無視した態度は
- ・ 認知症ケアの理念に反したケア

不適切な態度（所作）⑦

□子ども扱いすること

愛おしいと思っても子ども扱いは避けなければならない



- ・ 人格を持った人間であり、家族にとっては大切な親である



- ・ 尊厳を忘れないようにすること

不適切な言葉づかい

介護者本位の立場

- ・ 不適切な言葉遣いの例
「早くしてください」
「だからさっきも言ったでしょう」

介護者本位の言葉

- ・ 言葉づかいが介護者本位となると・・・

「ああしなさい」
「こうしなさい」

指示的な言葉が頻繁になる

本人（当事者）本位の立場

□適切な言葉遣い➡本人本位の立場に立った言葉

「ゆっくり行きましょう」
「何か心配なことでもありますか」
「説明が足りなくてすみませんでした」

本人の利益に
配慮した言葉

例) 言葉の語尾をかえてみる

「～してください」を➡『～ましょう』にかえる

【もの忘れに対する不適切な対応】

もの忘れを責めるような言葉	もの忘れを感じさせないような言葉
「だから」 「さっきも言ったけど」 「何度も言っているように」	『そうでしたか』 『そうですね』 『はい、わかりました』
初めて聞いているのに、こう言われてしまうと、本人はムッとしします。	根気よく話を聞くことが大切です。

早口や理解できない言葉を使うとこと

- 早口で情報を伝えること➡ゆっくり話すこと
- 長い情報を一度に伝える➡**ゆっくり**とした口調➡**短く**区切って
➡情報を**伝える**こと
- 本人が分からないことを質問すること➡「私が誰だかわかる？」
➡本人を試す➡不快な経験
- はやりの言葉や高齢者にとってなじみのない言葉を使うこと
➡なじみのある言葉を使う➡流行の言葉や外来語は✕

無理強いや強制すること

行なってはいけない例

- ①立って歩きだそうとする人
➡「ダメダメ!」「危ないから座っててください」と言葉で制止する
など、本人の行為を言葉でやめさせようとする

認知症の人は・・・

- ・道に迷っていても自分から助けを求めない
- ・声をかけても何事もないように「大丈夫です」と
受け答えをされたりすることもある

**声をかけながら
様子をうかがってみましょう**



【模擬訓練の準備】

とても大切

●基本姿勢、応じ方の心得 “3つの「ない」”

1. 驚かせない 2. 急がせない 3. 自尊心を傷つけない

もし

様子が気になる人
に出会ったら

どう声をかけたらいいのか
学んでみましょう

やってみよう!

少し気になる人を見かけたときの3ステップ

ステップ1

①まずは様子を確認 ②余裕を持って対応する

ステップ2

ちょっと気になるな、と思ったら声を掛けてみましょう

③正面から近くに行き

④笑顔で目線を合せて

⑤声を掛ける時は一人で

⑥優しい穏やかな口調、はっきりした話し方で（先ずは挨拶）

ステップ3

⑦相手の言葉に耳を傾けゆっくり対応（会話）する

認知症の方で何に困っているのかを確認する

認知症で道に迷っている人だったらどうするか？

ステップ4

⑧協力者を見つける（保護）



例) 栗山警察署(駅前交番) 地域包括支援センター など

見守り(様子)の3つのポイント

- ・不自然な様子がないか
- ・危険な様子がないか
- ・困っている様子はないか

不自然な様子

- ・夜中や早朝に、一人で不安げに歩いている
- ・雨の日に傘もささずに歩いている
- ・寒いのに薄着、あるいは暑いのに厚着



不自然な様子



- ・外出の際の身なりが整っていない(寝巻き、ボタンの掛け違い、髪がぼさぼさ、持ち物が不自然)
- ・靴を履かずに裸足、スリッパのまま歩いている

危険な様子

- ・大荷物を持っていたり、ふらふらしている
- ・路肩や道端に座り込んでいる



危険な様子

- ・車道を歩いたり、道路を横切ろうとする
- ・炎天下にもかかわらず、帽子も日傘もささずに歩き回っている



困っている様子

- ウロウロと同じところを何度も歩いている
- 「ここは〇〇ですか？」
「〇〇にはどうやって行きますか？」
「〇〇に電話してください」と声をかけてくる



困っている様子

- こちらの質問に戸惑っている
「わからない」と答える
- 切符や品物を買うのに戸惑っている
- 交差点などで戸惑っている



」

具体的な声のかけ方(参考)

- 「こんにちは」「お暑いんですね」など普通のあいさつから
- 「どちらまで?」「どこへ行かれますか?」やさしく声をかける
- 「何かお困りですか?」「大丈夫ですか?」「何かお手伝いしましょうか?」



ポイント

声をかける時のワンポイント



具体的な声のかけ方(参考)

- 不可解な言動をされてもあわてないまずは落ち着いて
- 声をかけてうまくいかない場合は、いったん離れて間をおく、近所の人に助けを求める
- 本人情報(例:旧姓や出身地、なじみの場所等)を持っていたら、その情報を使って話しかける

ポイント

声をかける時のワンポイント
見かけない人の場合

どうにかして、本人の情報を引き出したい



怖い顔で次から次に質問してしまう



ますます不安に

落ち着いて、ゆっくり話をすることが大切

ポイント

声をかける時のワンポイント
心配のない人だった場合

声をかけた相手が心配ない人だった場合は・・・



「気を付けてね」など明るい挨拶を交わしましょう

認知症であるかどうかを見極めるのが重要ではない
あなたが気になった人に声をかけることが大切

ポイント

声をかける時のワンポイント
顔見知りの場合



認知症である本人が声をかけてくれた人が
近所の人とわかるかは不明



相手が自分の事を知っているが、
自分は相手を知らない



ますます不安に

声をかける時に、自分がどこのだれかを
相手に伝えることで安心感を持ってもらえる

皆さんの見守りや声かけが
あたたかい地域への第一歩

