



# 介護予防の情報かわら版

## 認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けてほしいから

認知症は、誰にでも起こり得る脳の病気です。「忘れる」ことで本人が不安になり、その結果、周囲との関係が損なわれたり、家族が疲れ切ってしまうことも。しかし、周囲の理解と気遣いがあれば、住み慣れた地域で穏やかに暮らすことは可能です。

### 具体的な対応の7つのポイント

#### ① まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守りましょう。

近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

#### ② 余裕を持って対応する

こちらが困惑していたり、焦りを感じていると相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

#### ③ 声を掛けるときは一人で

複数で取り囲むと恐怖心をおおりのやすいので、出来るだけ一人で声を掛けましょう。

#### ④ 後ろから声を掛けない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声を掛けます。唐突な声掛けは禁物です。「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」「どうなさいました?」「ごゆっくりどうぞ」など。

#### ⑥ 穏やかに、はっきりとした滑舌で

高齢者は耳が聞こえにくい方が多いので、ゆっくりとはっきりとした滑舌を心掛けます。

#### ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人は急がされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。ただただし言葉でも、相手の言葉をゆっくり聞き、相手の言葉を使って推測・確認していきましょう。



#### ⑤ 相手に目線を合わせて優しい口調で

小柄な方の場合は、体を低



認知症サポーター

養成講座の受講生

を募集しています

認知症について、正しい知識と具体的な対応方法を知っていただくため、認知症サポーターを養成する講座を開催しています。

「認知症サポーター」とは、認知症の方を温かく見守る応援者になっていただく方で、自分のできる範囲で活動をしていただきます。

参加は無料ですので、どなたでもお気軽にご参加ください。

期日 3月23日(月)  
時間 午後1時30分～3時  
会場 中野保健センター  
講師 中野市キャラバン・メイト

※参加を希望される方は、高齢者支援課介護予防包括支援係まで、事前にお申し込みください。

## 認知症の人への対応の心得 "3つの「ない」"

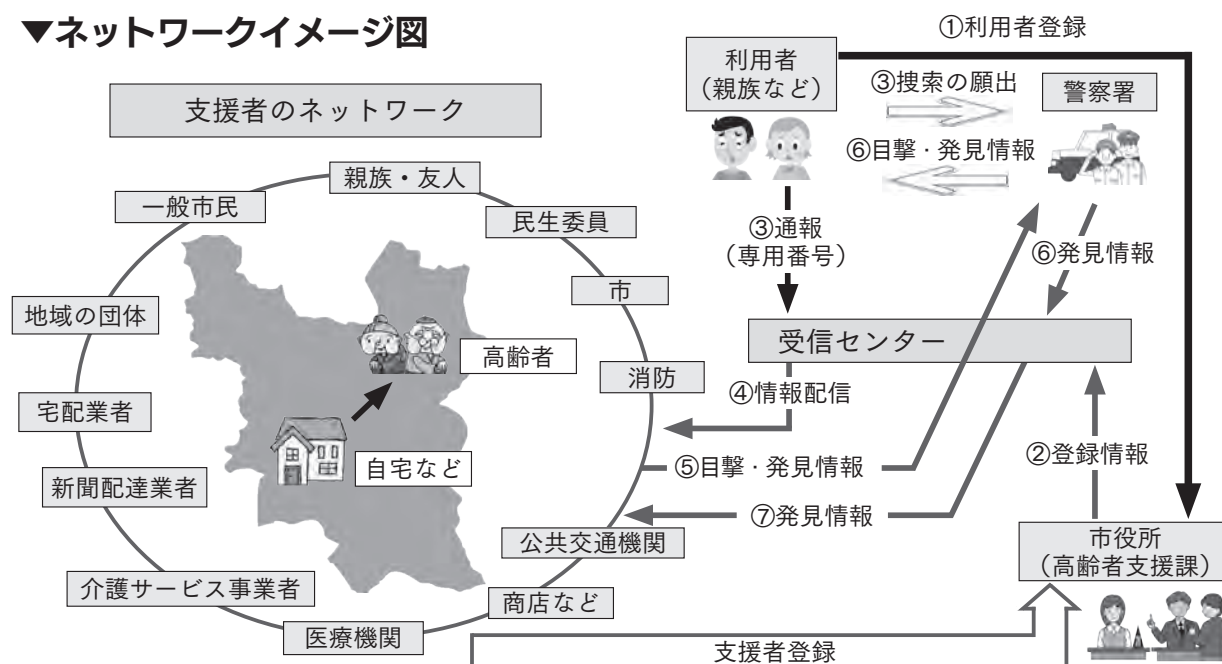
1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

## ～早期発見に役立つ!～

# 高齢者見守り・徘徊SOSネットワーク

地域の高齢者の方に対して、日ごろから優しく見守りや声掛けをし、徘徊による行方不明などの緊急事態が起こったときには、地域の皆さんの目を探すことができる「高齢者見守り・徘徊SOSネットワーク」を運用しています。

### ▼ネットワークイメージ図



### 💡 早期発見・保護のために利用者登録を

認知症高齢者の方が、知らぬ間に外出し、どこに行ったのか分からなくなった…。そんな場合、地域でたくさんの「見守る目」、「見つける目」があれば、早期発見・保護につながります。行方不明となる心配がある高齢者のご家族の方は、事前に利用者登録をしていただきますと、行方不明になった際、警察へ搜索の願出を行うとともに、受信センターへ通報を行うことで、支援者の方に情報が配信され、支援者のネットワークで搜索に協力いただけます。

緊急の場合でも対応はできますが、事前に登録していただいた方が短時間でネットワーク配信ができ、早期発見につながります。

利用者登録について、詳しくは高齢者支援課または担当のケアマネジャーまでご相談ください。

### 💡 支援者登録を募集しています

認知症高齢者の方を日ごろから見守り、行方不明になった時に早期発見・保護にご協力いただける市内の企業や団体、市民の方々を募集しています。

支援者の登録をしていただいた方には、行方不明者の搜索依頼情報が受信センターからEメールまたはファクスで配信されます。

搜索依頼情報を受けたら、日常の生活やお仕事の中で、可能な範囲で搜索にご協力をお願いします。

支援者の登録をしていただける方は、「支援者登録申請書」に必要事項を記入の上、高齢者支援課へ提出してください。申請書は、高齢者支援課または市公式ホームページからダウンロードできます。

問い合わせ・申し込み先

高齢者支援課介護予防包括支援係（中野保健センター内）  
☎（22）2111（内線366・367）