

「認知症サポーター養成講座」を11月24日に2年生対象に実施しました。
キャラバンメイトの大里広域地域包括支援センターはなぶさ苑 河田様、同 はなぶさ苑荒川 中山様から、認知症という脳の病気の正しい理解と認知症の方とのかかわりかたについて学習しました。ここに、生徒の皆さんの感想を紹介します。

「認知症サポーター養成講座」 ～認知症を知ろう～

日本は「超高齢化社会」を迎えています。「認知症」はだれでも起こりうる脳の病気で、85歳以上になると4人に1人に認知症の症状があるとされています。

認知症を引き起こす病気:

①アルツハイマー病

:脳の細胞が少しずつ死んで脳全体が萎縮する。

②脳梗塞や脳出血:脳の中の血管がつまったり切れたりして一部の細胞が死んでしまう。

認知症の2つの症状

- ・脳の細胞が死んでしまい起こる症状:中核症状
- ・脳の心の状態や性格、環境によって出る症状:行動・心理症状

中核症状

- ①記憶障害・・・覚えられない
- ②見当識障害・・・時間や月日がわからない
 - ・・・人がわからない
 - ・・・場所がわからない
- ③理解・判断力の障害・・・考えるスピードが遅くなる
 - ・・・2つ以上のことが重なると理解できなくなる
 - ・・・新しい機械やしくみが目にみえない道具が使えない
- ④実行機能障害・・・日常生活に必要な作業がこなせなくなる
 例えば、食事の支度の段取りができない。必要な材料を用意しておかずや主食を同時につくれない



行動・心理症状

- ①自信を失いすべてが面倒になる
 本人は認知症ではないかと気がついている
 これまで上手にできたこともうまくいかなかったりやる気を失ってしまう
- ②行動障害がおこる・・・自分のことや周りで起こっていることが正しく理解できなくなる

認知症の方と接するときには...

- ①おどろかせない ②いそがせない ③心を傷つけない ④こころのバリアフリー ☆用件は一つずつ話をする

参考:「認知症を知ろう」認知症サポーター中学生養成講座副読本 厚生労働省老健局総務課 認知症施策推進室 全国キャラバン・メイト連絡協議会より

☆☆ 生徒のみなさんの感想 ☆☆

認知症の方は、自分が認知症であることをわかっていると知りました。「おどろかせない・いそがせない・心を傷つけない」【3つのない】に気をつけたいと思います。脳の記憶を受け止める壺(イソギンチャクのようなもの)の説明がとてもよくわかりました。(2-1女子)

もしも、困っているお年寄りがいたら、見逃さない目が大切だということがわかりました。まずは声をかける勇気が大切だということもわかりました。(2-1女子)

認知症はお年寄りになるものと思っていましたが、18歳過ぎからだと聞いてお驚きました。お年寄りにも笑顔でやさしく接することを学びました。(2-1男子)

認知症の方の対応について:松本さんと長田さんの接し方がすごいと思いました。僕もまずは、話を聞いて笑顔で接していきたいと思います。対応のポイント【3つのない】を大事にしたいと思います。自分が歳をとったとき、このような接し方をされたらうれしいと思います。(2-2男子)

認知症は自分には関係ないと思っていましたが、高校生くらいからなってしまうこともわかりました。認知症の方には、ゆっくり声をかけたいと思います。(2-2女子)

認知症の対応は「おどろかせない」そのために前から話しかける。「いそがせない」ゆっくりとしゃべり1つ1つのことを言う。「傷つけない」否定しないでしっかりと心で受け止めて「でもね・・・」と話してあげることが大切だとわかりました。(2-2女子)

認知症の人がどのような気持ちでいるのかわかることができたので、不安な部分を少しでも軽くできるような行動をとっていきたいと思いました。10年後には700万人もの方が認知症になっていると予想されているので、少しでも認知症の方々に寄り添ってあげられる人になりたいと思いました。(2-3女子)

私のひいおばあちゃんが認知症だったので小さい時から認知症について理解していたつもりでしたが、夕飯を食べた後に「ごはんまだ?」と聞かれたときに否定していたので間違った対応をしていたことに気づきました。両親にも話をしてみたいと思いました。(2-3男子)

認知症の方がいたときに【3つのない】のポイントを守って笑顔で話すことが大事なのだとわかりました。お年寄りの人が違う方向へ行こうとしているときに「違うよ」と言いたくなりますが、言わずに相手を尊重することが大切だとわかりました。(2-3女子)

認知症サポーター養成講座の内容を振り返り、キャラバン・メイトの方々の言葉を思い出しながら、感想を読みましょう。認知症の方の気持ちを理解して、ゆっくりと、用件は一つずつ話しましょう。