

**認知症の人が築いている世界を理解し尊重しましょう**

“9大法則を知って、認知症の人が築いている世界を理解し尊重する。

そして、その世界と現実とのギャップをなるべく感じさせないように努める”

認知症の人の言うことが、たとえ事実とは違うことだったり、過去に遡った世界の出来事だったりしても、否定して正しいことを伝えるのではなく、**本人の世界に合う言葉を選びながら、話をしてください**。認知症の人の世界に合わせるためには、**ときには真実ではないことを言ったり、自分は悪くないのに罪を認めて謝ったりということも必要**です。自分の思いとは違う言動をしなければならぬので、最初は戸惑うことも多いと思います。

しかし、そうすることで、認知症の人は心穏やかになって、精神的にも安定します。イライラや不安がなくなれば、認知症の特徴でもある暴言やせん妄などの症状が抑えられ、結果的に認知症の進行を遅らせることにもつながるのです。介護にかかる負担も減らすことができ、双方にとって良い関係が築かれるのです。

**住環境を整える**

・住まいの工夫…認知症の進行具合は、生活環境が影響します。環境が適切であれば、進行を抑えることも可能です。認知症は症状の個人差が大きく、進行によって状態が変化していくので、ご本人の行動や特徴に合わせた環境づくりが必要です。認知症の人は新しい環境になじむことが苦手なので、家を大幅にリフォームするよりも、まずは、既存の家具の配置を変えたり、福祉用具をレンタルしてみましよう。

◇日常生活動作（ADL）の維持

◇わかりやすさ、使いやすさの工夫

◇安全性の確保

◇清潔の維持

◇快適な環境の整備

◇家族の暮らしやすさの確保



参考文献：杉山孝博, 認知症の9大法則 50 症状と対応策, 法研, 2013, P40-41

認知症の人と家族の会, 認知症になった家族との暮らしかた, ナツメ社, 2018, P28

2022.6 作成