

# 認知症と仲良くつきあう -暮らしへのヒント-



お父さん、最近ちょっと変なのよ…



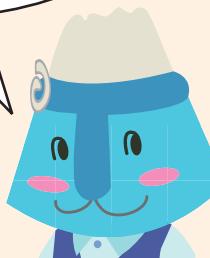
これって、認知症かもしだれないね！



認知症って、どうしたら良いのかしら…



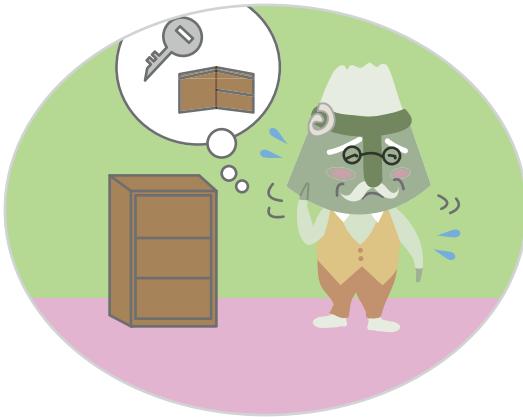
認知症について、  
少し勉強してみるよ。  
みんなが仲良く暮らす  
ヒントはないかな？



認知症のタイプには色々あります。

しづおか 第2号  
作業療法だより 

# 各状態の大



## ちょっとしたもの忘れタイプ

### このタイプの状態は

生活に支障がない。  
時折もの忘れや火の不始末などがある。  
周囲の対応次第で、認知症の進行具合に影響を及ぼす大事な時期です。

### 支援の例

- ・メモ用紙やホワイトボードで、忘れを防止する。
- ・出来ないことを指摘するより、出来る事をやってもらう。
- ・一人暮らしでは、自動消火器や緊急通報システム、民生委員や地域の方との連携など緊急時の対策が必要です。

## とりつくろいタイプ

### このタイプの状態は

お金の管理や買い物などは難しいです。  
出来ないことが増え、困惑し、それを受け入れてくれない周囲へ、感情的に反応するかもしれません。

### 支援の例

- ・役割を持つことで自分らしさを感じる方には、無理のない範囲で仕事などを頼んでみましょう。
- ・新しい環境は、徐々に慣らすよう最初は家族も同伴するなどの工夫をしましょう。
- ・失敗体験にならないよう、日常の役割を検討しましょう。

## 不安・タイプ

### このタイプの状態は

お金や服薬の取り扱い、身支度が出来なくなったり、入らないなど介助が必要な状態です。  
不安に伴って、動きが増えることがあります。

### 支援の例

- ・「帰宅要求」の頻度が増す場合は、接し、不安を助長しないましょう。
- ・張り紙やカレンダーは色んな場面で役立つ場合があります。
- ・徘徊に対応するための屋の工夫が必要です。

# まかな特徴



## ・多動 タイプ

### の状態は

管理が出来ず、  
ない、お風呂に  
護者側が困った  
態です。

そわそわした  
タイプです。

### の例

場合は普段通りに  
長させないように

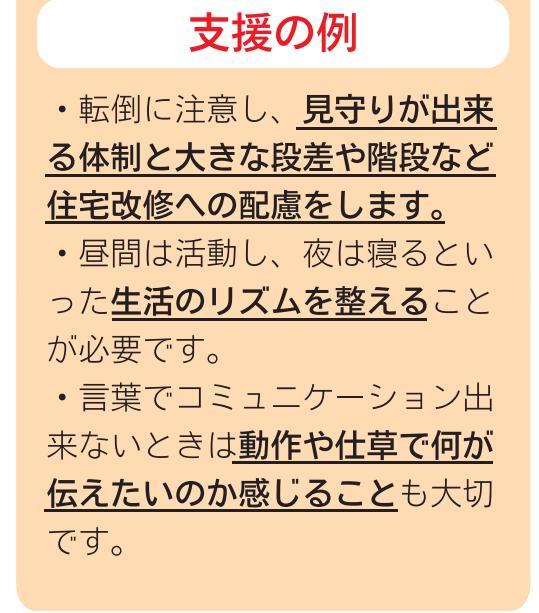
ンダーなど手がか  
効果があります。  
た福祉用具や家  
です。



## 介護へトヘト タイプ

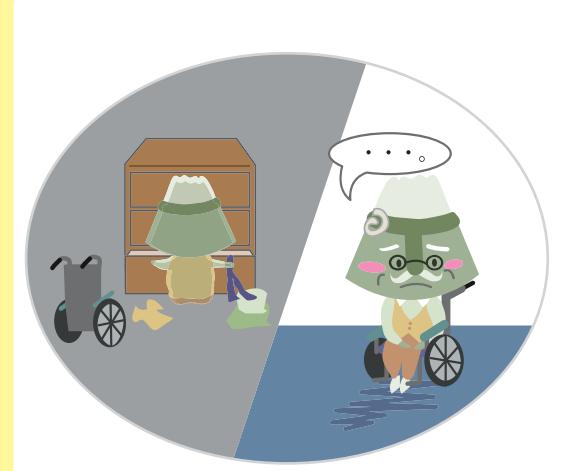
### このタイプの状態は

歩行状態が不安定で、車椅子  
や杖を利用していることが多い。  
感情的にも不安定で目が離せ  
ず介護するご家族が“へトヘト”  
になるタイプです。



### 支援の例

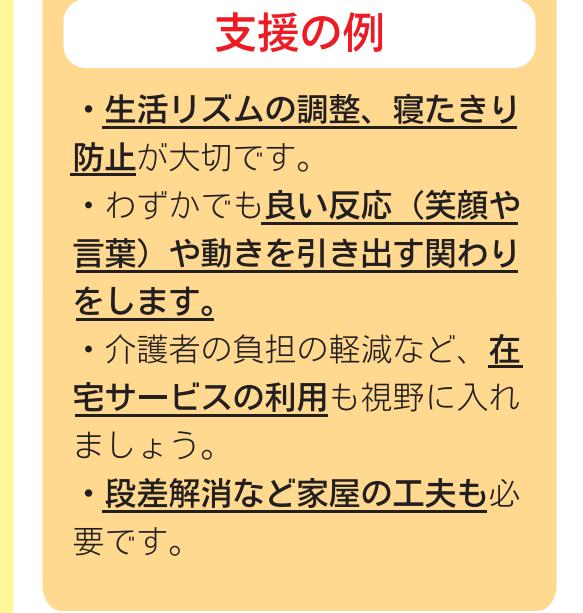
- ・転倒に注意し、見守りが出来る体制と大きな段差や階段など住宅改修への配慮をします。
- ・昼間は活動し、夜は寝るといった生活のリズムを整えることが必要です。
- ・言葉でコミュニケーション出来ないときは動作や仕草で何が伝えたいのか感じることも大切です。



## ひっそり・ごごそ タイプ

### このタイプの状態は

意欲に乏しく動きの少ないタ  
イプです。  
日常生活の大部分において多  
くの介助が必要です。  
意思の疎通が難しい場合は、  
介護を嫌がることもあります。



### 支援の例

- ・生活リズムの調整、寝たきり防止が大切です。
- ・わずかでも良い反応（笑顔や言葉）や動きを引き出す関わりをします。
- ・介護者の負担の軽減など、在宅サービスの利用も視野に入れましょう。
- ・段差解消など家屋の工夫も必要です。

# 認知症のケアのポイント



本人のペースに  
合わせましょう。



話すだけでなく、  
張り紙を貼るなど  
工夫できます。

根気よく繰り返し  
答えましょう。



見た事、聞いた事  
は忘れても、感情  
は残っています。



情報は一度につ  
づつを伝えます。



「安心してね」など  
本人に寄り添ってい  
る事を伝えましょう。

**※すぐに専門機関へご相談ください。**

参考：認知症高齢者に対する作業療法の手引き(改訂版), 日本作業療法士協会

## 静岡県作業療法士会の活動紹介



浜名湖花フェスタ  
作業体験で栞作りを開催



イオン作業療法体験  
苔玉作りを開催



作業療法体験デー  
松ぼっくりツリー作りを開催



ぬまづ福祉まつり  
作業体験で革細工作りを開催



遊びながら認知症の知識が  
身につくカルタを作りました



静岡ふれあい広場  
認知症カルタの体験



御前崎ふれあい広場  
認知症カルタの体験

**ずっと、元気！もっと、あなたらしく！**

発行所 公益社団法人 静岡県作業療法士会

発行人 秋山 恭延 / 編集人 大石 裕也 伊海 友雪 / 印刷 TKP  
事務局 〒420-0033 静岡県静岡市葵区昭和町9-5 第2大石ビル8階

電話：054-266-6561 FAX 054-266-6569