

認知症リンクワーカー研修 から学んだこと

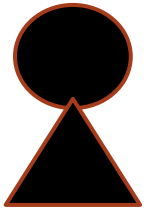
精華町北部地域包括支援センター

岡田典子

自己紹介

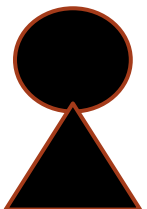
- 平成 2 7 年 精華町北部地域包括支援センター（看護師）
- 平成 2 7 年 精華町認知症初期集中支援チーム
（平成 2 8 年 認知症コーディネーター）
- 平成 2 8 年 認知症リンクワーカー養成研修を受講

認知症と診断を受けた本人の気持ち



軽度アルツハイマー型認知症：69歳

今まで通り普通に暮らしたい。掃除や調理、買い物など何でもしているのにデイには行きたくないです。

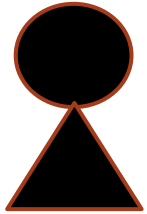


軽度アルツハイマー型認知症：84歳

母親としての役割を続けたい。

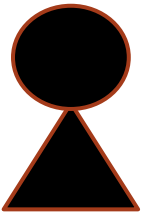
認知症と診断されると今の暮らしが
できなくなると思う方が多い。

認知症と診断を受けた家族の気持ち



認知症が進行しないようにデイに行って欲しい。

69歳軽度アルツハイマー型認知症：夫



認知症が進まないようにするにはどうすればいいの
か？認知症の進行を遅らす薬を服用してほしい。

84歳軽度アルツハイマー型認知症：娘

「認知症」という病気を何とかしたい
と思うことが多い。

リンクワーカー研修で学んだこと

- ①本人の気持ちに寄り添う。
- ②地域社会とのつながりを持つ。
- ③本人・家族が認知症と向き合いながら、
精神的支援、日常的支援を行う。

事例

Aさん 84歳女性

- 軽度アルツハイマー型認知症。
- 独居。長男は福井県、長女は滋賀県に住んでいる。
- もの忘れや薬の飲み忘れ、鍋を焦がす、被害妄想などの症状がある。
- 閉じこもり傾向で通院以外は一人で外出していない。
- 月2回長女が訪問。お金の引き出しなど支援する。

事例

Aさんと家族の意向

(本人)

- 大好きな猫と一緒に、今の生活を続けたい。
- 人と話すのが苦手です。

(長女)

- 認知症が進みにくい生活をしてほしい。

事例 本人への支援：生活で困っている ことを一緒に考える

- 鍋を焦がすなど火の元の心配がある。
- 薬の飲み忘れがある。
- 一人で外出するのが不安で、通院以外は一人で外出していない。
- 冷蔵庫に賞味期限切れや同じ食材がある。
- 足が上がりにくくなり自宅の階段や玄関の段差を降りるのが怖い。

事例 本人への支援：できることを一緒に考える

- ガスコンロからIH調理器に変更。
- お薬カレンダーを使用。（お薬カレンダーは長女が確認）服薬したら自分でノートに○を書く。
- 長女が訪問した時に冷蔵庫を確認する。
- 介護保険を申請。住宅改修で室内と玄関に手すりを取り付ける。

事例 本人への支援：居場所への参加

- ・介入時、地域で見守りされているWさんがAさんを気にかけていた。AさんもWさんだけには心を開いており、Wさんがボランティアで参加している地域の居場所にAさんを誘ってほしいと依頼した。
- ・長女から「家から近いので参加してみたら」と居場所への参加を促してもらった。
- ・地域の居場所は送迎があり、「私も参加するので試しに行きましょう」と誘った。

事例 本人への支援：居場所への参加から

- 週 1 回地域の居場所に参加し、化粧や服装に気をつかうようになった。居場所の参加で近所に知人ができ、サロンや地域の運動教室への参加に繋がった。
- 居場所で行った「塗り絵」に興味をもち自宅で塗り絵を楽しんでいる。

本人：「居場所は楽しいですよ。子供たちの世話にならず、何とか猫と生活できています。」

事例

家族支援

- ・アルツハイマー型認知症について冊子を用いて病気や対応について説明し、理解してもらった。
- ・日常生活の様子や困りごとについて把握されてないことがあったので自宅に泊まり本人のことを知ってもらった。
- ・本人に豊かな生活を送ってもらうにはどうすれば良いか長女ができることを一緒に考えた。

長女：「居場所で着る服が欲しいので買い物に連れて行ってほしいと母に言われました。母の笑顔が増え、元気になってくれて嬉しいです。」

リンクワーカー研修で学び変わったこと

今まで、本人ができないことをどう支援するか、家族と話をすることが多かった。



本人が望む生活を送るにはどの様にすれば良いか、本人ができることを本人、家族と一緒に考えるようになった。

脳神経内科の先生からの言葉

- 脳の機能だけでなく自信がなくなると冷静でなくなり正しい判断ができなかったり、覚えられなくなる。
- 認知症の初期段階で自信をなくしてしまうと、ずっと「できない」という気持ちが残る。
- 認知症＝何もできなくなるとイメージする人が多く、本人に「認知症」という言葉を言わない方がよい。

リンクワーカー的支援を行い感じたこと

- ・本人、家族の気持ちを知ろうと寄り添う。本人、家族と信頼関係をつくることが、支援することへの一番の近道。
- ・民生児童委員や地域で見守りをされている方と顔見知りになり、普段からサロンや地域の居場所に足を運ぶことが居場所や地域と繋がりへの支援に繋がる。
- ・本人が望む生活＝いつもの生活を送り続けるには、自助を高め自信をもってもらう。自信をもつことで、できることが増える。

ご清聴ありがとうございました

