

書籍名	著者等	出版社等
認知症とは何か	小澤勲(著)	岩波新書
認知症と診断されたあなたへ	小澤勲(著) 黒川由紀子(著)	医学書院
物語としての痴呆ケア	小澤勲(著) 土本亜理子(著)	三輪書店
私の声が聞こえますか ～認知症がある人とのコミュニケーションの可能性を探る～	マルコム・ゴールドスミス(著) 寺田真理子(翻訳)	雲母書房
認知症の介護のために知っておきたい大切なこと パーソンセンタードケア入門	トム・キッドウッド(著) キャスリーン・ ブレディン(著) 寺田真理子(翻訳)	プリコラージュ

※「日本認知症本人ワーキンググループお勧めの本(平成30年5月現在)」より抜粋

14 ご家族の方へ

私のおすすめの本

認知星人じーじ
「楽しむ介護」実践日誌
黒川玲子(著) 海竜社

医師からのメッセージ

ご本人が忘れる事、できない事があると、ご家族はつい声を荒げてしまうかもしれません。しかし、思う様にできない事で一番辛いのは本人です。忘れた事を無理に覚え込まされたり、できない事を学習させられる事はとても苦痛です。そして家にいるのが嫌になり、出ていく、暴力や大声を出すなどの行動につながります。対応方法は個々で違います。困ったら医師、看護師、介護士に相談してください。

- 本人の話を聞き、間違いがあっても否定しないで受け入れましょう。
- 本人のできない事は学習させず、よほど困らない限り本人にやらしてもらいましょう。できない時には一緒に手伝いましょう。
- うまくできた時は、褒めましょう。褒められると、脳内にホルモン(ドーパミン)が出て、認知症の進行を予防します。

本人の行動、訴え	家族の対応
「誰かが家に入ってきた。泥棒だ」	本人を別室に避難後「追っ払っておくからね。今逃げていったよ。」
食事や薬も飲んだ後「食事ちょうだい、薬ちょうだい」	食べ残しのお皿を見せる、薬の空き袋を見せる。 「今作っているから待っててね。」と気をまぎらわせ一定時間待つ。
失禁や不潔行動	叱責は逆効果。生活リズムを見てトイレに誘導したり、それとなく着替えを誘導する。
腹を立てて攻撃的	平静を保ち上手に話題を変えて注意を別にそらす。一定時間待つ。

◎同じ立場で、ともに考え、支え合える仲間がいます

認知症家族介護者交流会

認知症のご家族がおられる同じ立場の皆さんと日頃の苦労や困っていること等をお話し、気持ちを分かち合うことで心身のリフレッシュを図ります。

毎回参加できなくても、都合のよい時に参加していただければ結構です。

グループ名	開催日	開催場所	問合せ先
なごみ会	毎月第2火曜日 (時に変更あり) 13:30～15:00	総合福祉センター あイトピア	豊橋市中央 地域包括支援センター ☎54-7170
つつじ会	毎月第2水曜日 (時に変更あり) 10:00～12:00	つつじが丘 地域福祉センター	豊橋市東部 地域包括支援センター ☎64-6666
ほいっぷ会	毎月第2木曜日 (時に変更あり) 10:00～12:00	ほいっぷ (保健所・保健センター)	豊橋市南部 地域包括支援センター ☎25-7100
三河ブロック 「わの会」	毎月第1土曜日 (時に変更あり) 13:30～16:30	豊橋商工会議所	(公社)認知症の人と家族の会 愛知県支部 ☎0562-33-7048 1人500円/1回

認知症座談会

日常生活のお悩みを話し、専門医から具体的なアドバイスを受けることができます。

開催日・開催場所	問合せ先
年6回開催予定。詳細は広報とよはしをご覧ください。	長寿介護課 ☎51-2338

もの忘れ介護家族支援講座

同じ立場の家族同士で悩みを共有したり、講師や介護経験者からアドバイスを受けることができます。

開催日・開催場所	問合せ先
年2回開催予定。詳細は広報とよはしをご覧ください。	長寿介護課 ☎51-2338