

# 認知症の方への接し方

## 認知症の方への接し方の心得

### 3つの「ない」

- ① おどろかせない
- ② 急かせない
- ③ 心をきずつけない

### <具体的な接し方 ~7つのポイント~ >

周りの人からすると不可解な行動でも、認知症の方にとっては本人なりの理由があります。相手が何を望んでいるのかを汲み取り、その方の気持ちになって対応することが大切です。

#### まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、さりげなく様子を見守りましょう。近づきすぎたり、ジロジロ見ると不安にさせてしまうので、控えましょう。

#### 声をかけるときは 1人で

数人で取り囲むと怖がらせてしまいます。できるだけ1人で声をかけましょう。

#### 余裕をもって 対応する

こちらが戸惑いや焦りを感じていると、相手にも伝わって落ち着かない気持ちにさせてしまいます。  
自然な笑顔で接しましょう。

#### やさしい口調で

相手と目線の高さを合わせて、やさしい口調で対応しましょう。

#### おだやかに、 はっきりした話し方で

高齢者でも聞き取りやすいようにゆっくり、はっきりと話すように心がけましょう。

早口や大声でまくしたてないようにしましょう。

その土地の方言でコミュニケーションをとることも有効です。

#### 後ろから声をかけない

突然声をかけたりせず、相手に見えるところから声をかけましょう。

(声かけの例)

「何かお困りですか？」

「お手伝いしましょうか？」

「どうなさいました？」

「こちらでゆっくりどうぞ」

#### 相手の言葉に耳を傾けて ゆっくり対応する

認知症の人はせかされるのが苦手です。また、一度にたくさんのお話をされると混乱してしまいます。反応をみながら、わかりやすく伝えるよう心がけましょう。

ゆっくり話を聴き、本人のペースに合わせましょう