

みんなまなで学ぼう  
認にん知ち症しょう

一般向け

発行：2022年3月

# みんな<sup>まな</sup>で<sup>まな</sup>学ぼう

## にんちしょう

# “認知症”

ねん さいいじょう こうれいしゃ なか にん り にんちしょう  
2025年には、65歳以上の高齢者の中で5人に1人が認知症に  
なるといわれています。そのような中で、医療機関や介護施設だけでなく  
なか いりょうきかん かいごしせつ  
認知症の方が住みなれた、家庭や地域で、安心して暮らせる  
にんちしょう かた す かてい ちいき あんしん く  
社会をつくるのが、求められています。

## みんな

# 「学ぶこと」が

こうれいしゃ こ まご せだい ちいきしゃかい  
そのためにも、高齢者の子や孫の世代まで、地域社会のみなさんが、

にんちしょう ただ りかい じゅうよう  
認知症を正しく理解することがとても重要です。

にんちしょう し かた  
このリーフレットは、認知症についてまだ知らない方から、

すこ し かた りかい じれいしゅうけいしき  
少しは知っているという方まで、理解しやすい事例集形式としています。

にんちしょう ひと ふ  
認知症の人は増えていきます。

にんちしょう わす  
認知症は、だんだん忘れっぽく

なる脳の病気です。

にんちしょう としより  
認知症のお年寄は

だんだんと増えていきます。

みなさんの家の近くに

にんちしょう かた  
認知症の方がいたり、

かぞく みじか ひと にんちしょう  
家族などの身近な人が 認知症に

なったりするかもしれません。

にんちしょう ただ し  
認知症を正しく知ろう！

にんちしょう びょうき ただ し  
認知症という病気を正しく知って、

にんちしょう かた かか かた べんきょう  
認知症の方との関わり方を勉強して、

そのことを 家族で話し合うことは、

にんちしょう ひと す しゃかい  
認知症の人が住みやすい社会に

なっていくと思います。

このリーフレットを つう べんきょう  
通じて勉強したことを

みじか ひと はな  
身近な人と話してみましよう。

わたし

「私たちにできること」



## どのようにしますか？

かか かた き にんちしょう かん りかい ぶか  
～関わり方や気づきから認知症に関する理解を深めます～

ケース1 じかん ひ  
時間や日にちがわからなくなる …3ページ

ケース2 ばしょ  
場所がわからなくなる …3ページ

ケース3 ひと  
人がわからなくなる …4ページ

ケース4 おぼ わす  
覚えられない・忘れてしまう …4ページ

ケース5 げんき おこ だ  
元気がなくなる・怒り出す …5ページ

ケース6 いえ いえ かえ  
家にいるのに家に帰ろうとする …5ページ

ケース7 りかいりよく はんだんりよく ていか  
理解力や判断力が低下する …6ページ

ケース1

時間や日にちがわからなくなる



にんちしょう ひと  
認知症の人は

きおく  
記憶があいまいになり、

ふあん  
不安になって、

きょう なんにち きょう なんようび  
「今日は何日？」「今日は何曜日？」

なんど く かえ かくにん  
など何度も繰り返しに確認する

ことがあります。

きょう にち さ  
「今日は〇日だよ」とカレンダーを指すなど

ていねい せつめい  
しながら、丁寧に説明しましょう。



きょう ついたち  
今日是一日だよ

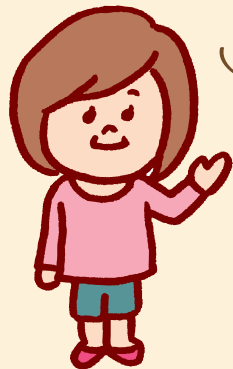


きょう  
今日は何日ね？



ケース2

場所がわからなくなる



かあ  
お母さん、

みち まよ  
おばあちゃん道に迷ってるよ！



にんちしょう ひと か もの もくてき  
認知症の人は買い物などの目的で

そと で まよ こと  
外に出て迷ってしまうことがあります。

いえ ちか みち まよ  
家の近くでも道に迷いやすくなり、

ひとり いえ かえ こと  
1人では家に帰れなくなる事もあります。

こま としよ かた み  
困っているお年寄りの方を見かけたら、

こえ  
声をかけるといいでしょう。

ちか おとな し  
近くの大人にも知らせるようにしましょう。

いえ  
家はどこだろうか？  
わからなくなっ  
てしもうた…



# ケース3 人がわからなくなる

にんちしょう ひと じぶん こ じぶん とう  
認知症の人は、自分の子どもを自分のお父さんや

かあ まちが した ひと  
お母さんと間違えたり親しい人なのに

「どなたですか？」と

き  
聞いたりもします。

ほんとう わす  
本当に忘れてしまったのではなく

おも だ  
思い出せないことがあります。

「どうしてわからないの!？」などと

おこ  
怒らないで「〇〇だよ」と

やさ ていねい つた  
優しく、丁寧に伝えましょう。



ぼくたちの事  
わす  
忘れちゃったのかな…



あなたはどこの子?

# ケース4 忘れてしまう

にんちしょう ひと すこ まえ わす  
認知症の人は少し前のことを忘れて

しまうことがあります。

さっき食べたばかりと言う時でも

「もう食べたでしょ!」とは言わないで、

今、支度していると告げて

あんしん えんぶん  
安心してもらい、カロリーや塩分が

たか 高くはないもので空腹感を紛らわせるなどの

ほうほう い  
方法が、よいと言われています。

け つよ くちょう しか  
決して、強い口調で叱ったりしないでくださいね。

ご飯はまだかー?



さっき食べたけどな…



今、準備してありますよー



ケース5

# 元気がなくなる・怒り出す

「どうせわからないだろう」と

はっ ことば たいど おも  
発した言葉や態度はイヤな思いと

にんちしょう ひと つた  
なって認知症の人にも伝わります。

ほんにん かんが おも むし  
本人の考えや思いを無視した

こうどう  
行動をとらないようにしましょう。

つた きも は  
きちんと伝えられない じれったい気持ちや歯がゆさ

お こ こうふんじょうたい  
などから落ち込んだり、興奮状態になることが

はなし き  
あるのでまずは、話をしっかり聞くことが

だいじ  
大事です。



俺おればバカにしてから！



おじいちゃん、どうしたの？  
話聞はなしきくよ！



ケース6

# 家にいるのに家に帰ろうとする

にんちしょう ひと いえ いえ かえ  
認知症の人は、家にいるのに「家に帰る」と

い そと で  
言って外に出ようとする場合があります。

す な おも で ばしょ  
住み慣れた思い出がある場所に

かえ にんちしょう ひと  
帰りたいたいなどという認知症の人なりの

りゆう もくてき  
理由や目的があります。

きも ひてい  
まずはその気持ちを否定せず、

う と たいせつ  
いったん受け止めることが大切です。

「どこにいくの？」「何をしに行くの？」など

りゆう たず にんちしょう ひと  
理由を尋ねて、認知症の人が

あんしん たいおう  
安心できるような対応をとりましょう。

そろそろ家に帰ろうかなかえ



おばあちゃん、  
どこに行くの？  
何をしなにに行くの？

りかいりよく      ほんだんりよく      ていか  
**理解力や判断力が低下する**



ケース7

にんちしょう      けいかく      た  
 認知症になると、計画を立てて、  
 じゅんじょよ      むず  
 順序良くすることが難しくなります。

にんちしょう  
 しかし、認知症になっても

できることはたくさんあります。

かじ  
 家事などのこれまでしていたことが、

きゅう  
 急にできなくなることは

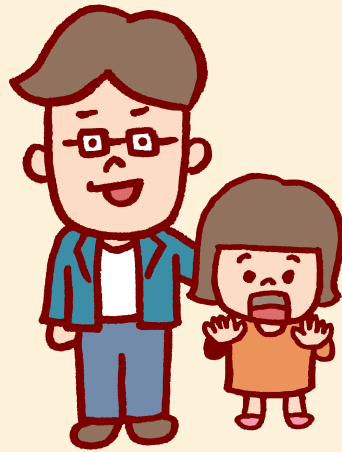
ありませんので、おばあちゃんの

て      と      すこ  
 手が止まっても、少し

ま  
 待ってあげたらできるかもしれません。

つぎ      なに  
 次に何をやるのかわかるように

ことば  
 言葉をかけましょう。



おばあちゃん、  
 ゆっくりでいいよ！



す      次      つぎ  
 ら      は      は  
 ず      何      なに  
 れ      ば      ば  
 ば      良      よ  
 っ      っ      っ  
 ば      っ      っ  
 な      っ      っ  
 ……

3つの「ない」に気をつけよう！

なんどい  
 何度言っても  
 おな      き  
 同じことを聞いてくる  
 ようになっても、  
 おこ  
**怒らない**  
 おこ      こわ  
 怒られて「怖い」  
 おも  
 と思うようになります。

「ああしなさい、  
 こうしなさい」と  
 めいれい  
**命令しない**  
 げんき  
 元気がなくなる人と  
 おこ  
 怒りっぽくなる  
 ひと  
 人がいます。

かぞく  
 家族がいても  
 へんか      とし  
 変化を年のせいにして  
 みのが  
**見逃さない**  
 ひとりぐ  
 一人暮らしだとお  
 だれ      き  
 誰にも気づかれ  
 にくいものです。

かいご      かた  
 ～介護されている方へ～

にんちしょう      かぞく      ひび      かいご      がんば      おも  
 認知症のご家族のため、日々介護を頑張っておられると思います。

しょうらい      ふあん      かか  
 でも、将来への不安やストレスを抱えておられるかもしれません。

とき      じぶん      かか      こ      だれ      きも      き  
 そんな時は自分ひとりで抱え込まず誰かに気持ちを聞いてもらいましょう。

にんちしょう      こま      にんちしょう      きがる      でんわ  
 認知症のことで困ったら認知症コールセンター（096-355-1755）にお気軽にお電話ください。

にん ち しょう  
**認知症** のことで、<sup>こま</sup>困ったら…  
<sup>でんわ</sup>お電話してください



くまもとけんにんちしょう  
**熊本県認知症コールセンター**



**096-355-1755**

さ-ここ いいな ここ

熊本県健康福祉部長寿社会局

認知症対策・地域ケア推進課

〒862-8570 熊本市中央区水前寺 6-18-1

TEL096-333-2216 FAX096-384-5052

Mail [ninchishouke@pref.kumamoto.lg.jp](mailto:ninchishouke@pref.kumamoto.lg.jp)

【監修】熊本大学大学院 生命科学研究部 安武 綾

【パンフレットデザイン・制作】[kktjnnovate](http://kktjnnovate.com)

