



認知症の人との関わり方のコツはありますか？（60歳・女性）

認知症高齢者数の推計

高齢化が進み、認知症患者数は増加しています。推計では、65歳以上の認知症患者数は、2025年には約675万人（約5人に1人）になると予測されています。鞍手町の高齢化率は全国平均よりも高いことを考えると、認知症患者数はさらに多くなると考えられます。

認知症とは

認知症は、さまざまな原因により、脳の働きが悪くなると記憶・判断力の障害が起こり、生活に支障をきたす病気です。単なる「加齢によるもの忘れ」とは違います。

関わり方のポイント

認知症の人は、人や場所、状況



「アドバイザー」

井上 実佳・いのうえみか・平成2年九州厚生年金病院付属看護専門学校卒業後、九州厚生年金病院勤務。平成15年から鞍手町立病院（現地方独立行政法人くらて病院）勤務。現在副看護部長。

認知症の人と身近で接する家族にとっては、戸惑うことや接し方に困ることもあると思います。またかかりつけ医や専門医の受診が効果的なこともありますので、気軽に相談されてみてはどうでしょうか？

況がうまく理解できず、混乱している状態です。まったく知らない場所で、知らない人から声をかけられている状況を想像してみると、その不安が理解できると思います。認知症の人と接するときの原則は、本人が感じている不安を受け止めることです。認知症の人への対応を次の4つのポイントにまとめましたので参考にしてみてください。

①気持ちを理解し、受け入れる

認知症の人の不安な気持ちを理解し、取り除くようにしましょう。また、否定したり訂正したりせず、受け入れるようにしましょう。

②本人のペースに合わせる

無理強いや急な環境変化は、ストレスになります。リラックサして過ごせるよう、本人のペースに合わせましょう。普段

から家族間や周囲の人間関係を良くすることで、安心してもらうことも大切です。

③ほめる、感謝する、相槌を打つ

ほめる、感謝する、相槌を打つことは、認知症の方も自分自身を認めてもらえたと感じ、気持ちも良くなります。悪い感情を残さないように心がけましょう。

④スキンシップ、アイコンタクト、ジェスチャーを使う

スキンシップや、アイコンタクトをすることによって、安心でき、心を穏やかにします。ここでは、フランスで始まった「ユマニチュード」について紹介します。ユマニチュードとは、人間らしくあるという意味です。尊厳のある人として、大切に思っていることをわかり

やすく相手に伝える技法です。

「見る」

認知症の人は視野が狭くなっています。目線に合わせてできるだけ近い位置から（正面から）見つめていきます。相手の視野に入り、自分を認識してから、声をかけましょう。

「触れる」

「広い面積で触れる」、「つかまない」、「ゆっくりと手を動かす」ことなどによって優しさを伝えることができます。

「話す」

低めの大きすぎない声でゆっくりと優しく話かけるようにしましょう。また、できるだけ前向きな言葉を使用するようにしましょう。

「立つ」

1日少しでも立つことで寝たきりになることを防ぎます。



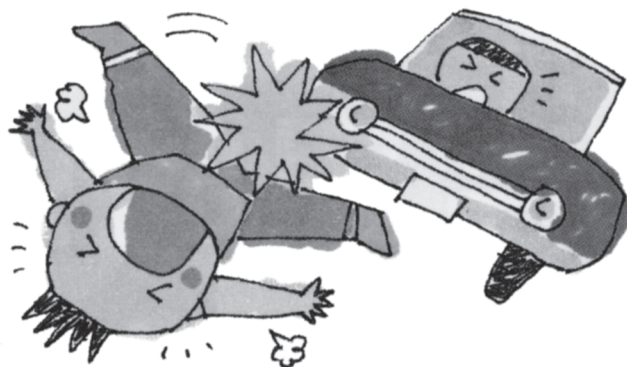
交通事故に遭ったら 示談の前に 必ず国保に届け出を

警察と
役場国保年金係に
必ず届け出を

医療費は加害者が
負担します

示談をするときには
慎重にしましょう

交通事故など、第三者の行為によってけがをした場合は、届け出をすることにより、国民健康保険で治療が受けられます。国保で治療を受けるときは、次のことに気を付けてください。



交通事故に遭ったら、すぐに警察に届け出をしてください。同時に役場保険健康課国保年金係にも届け出（第三者行為による傷病届）をしなければなりません。届け出がないまま診療を受けようとした場合、「国保が使えません」と言われることがありますので注意しましょう。

交通事故など第三者から傷害を受けた場合、その医療費は被害者に過失がない限り、加害者が全額負担するのが原則となっています。したがって、保険診療をした場合でも、加害者が負担するべき医療費は、国保が一時立て替えて支払うだけで、あとで国保がその医療費を被害者に代わって、加害者に請求することになります。

加害者と被害者の話し合いがついて、示談を取り交わしてしまつと、その示談で取り決めた内容が優先することがあります。

国保税は
しっかりと納めましょう

国保税の納め忘れなどのある場合は、国保が使えなくなる場合がありますので、お気をつけください。

● 必要なもの 保険証、印かん、事故証明書

①まず落ち着いて
落ち着きが何より大事。ショックのあまり冷静な判断を失ってはなりません。

②相手を確認
ナンバー確認のほか、運転免許証の必要事項も確かめましょう。



③必ず警察へ連絡を
警察への連絡を忘れてはいけません。同時に国保へ届けることも。



④示談は国保へ届けてから
国保で治療を受けたときは示談の前に必ず国保へ連絡。示談は焦ってする必要はありません。



交通事故は、遭わない、起こさないが第一ですが、万一のための心掛けは、しっかり持つておきましょう。