

# 家族や周囲の人はどう対応したらいいの？

## 具体的な7つのポイント



### 1 まずは見守る

まずは様子を見守り、困っているところをさりげなく手伝ってください。



### 2 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手に伝わって動揺させてしまいます。

### 3 声をかけるときは一人で

複数で取り囲むと、恐怖心をあおってしまうことがあります。

### 4 後ろから声をかけない

後ろから急に声をかけられると驚いてしまうため、相手に見えるところから声をかけます。



### 5 相手と目線を合わせてやさしい口調で

小柄な人の場合は体を低くして目線を同じ高さに合わせて、やさしく声掛けします。

### 6 おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。

### 7 相手のことばに耳を傾け、ゆっくり対応する

認知症の人は急かされることや、同時に複数の質問に答えることが苦手です。相手のことばや思いをゆっくり聴いて、何をしたいのか一緒に考えます。



相手を理解しようとする姿勢と寄り添う気持ちが大切なんだね。



## 冊子「もしも 気になるようでしたらお読みください」のご紹介

「もしも 気になるようでしたらお読みください」は認知症介護研究・研修仙台センターが作成した絵本のような冊子です。

認知症は誰にでも起こりうることであり、この冊子をヒントに多くの人々が絶望から希望に変わるきっかけになればという願いのもと作成されました。

冊子は自由にダウンロードすることができます。



冊子のダウンロードはこちらから