

認知症とケンカで
本当に
苦しくなる前に

いま、じぶんの 心・体・社会とのつながりを なによりも大切にしてください

生活、将来がこわれそうになっても
「自分の責任」で家族の介護を背負っていませんか。

どんどん寿命がのび、こどもが減り続ける今
持続可能な、だれもが大切にされる社会とは。。。？

それは個人で解決できるような問題ではなく、たくさんの仲間や新しいしくみが必要なこと。
30年間「認知症があってもさびしくない、さいごまで生活を楽しむケアと医療」を追求してきた
認知症と看取りの専門ホーム「北白川の花の家」だからこそ、今いっしょに考えたいのです。

まだの方は、近くの専門機関に相談

- 病院 ●区役所 ●地域包括支援センター
 - 居宅介護支援事業所 ●家族の会 ●認知症カフェ
 - 民生委員 ●認知症初期集中支援チーム ●後見人
- (本人の代理) については司法書士、弁護士
ユニークな有償無償のサービス、コミュニティ
(共同体) も増えています。探してみましょう。

家族の愛情は
距離を置き、自分を優先したから
といって変わることはありません



別々の時間を確保する
それでもしんどい場合
一緒に暮らすのをやめてみることも大切



持続可能な
高齢者医療と福祉
のために

高齢になると心身の機能低下は避けられません。

若いころを基準にして事故・病状の悪化予防を無理に追求すれば

「目の前のくらしをさいごまで楽しむ」ことができなくなっていくます。

介護職に必要なのは、賃金アップや休暇だけでなく、

仕事の本質が、要介護者にとっても、支える人にとっても「それぞれの思う人間らしさ」に向かうことです。

それをオープンに話し合える時間(体制)と関係性が、介護現場には必要です。

市民と専門職でたがいに歩み寄りながら

「さいごまで楽しんで生きる」医療・福祉制度を
求めていきましょう



著作：西原のり子
発行：日本いのちの花協会
〒606-8222
京都市左京区田中樋ノ口町31

認知症・ターミナルケア専門
「北白川の花の家」

inochinohana.net



認知症専門施設からのおたより

にんちしょう 認知症とケンカ



うちのいえ、というか
日本、どうなるん？



認知症

原因や種類はいろいろ。困りごとさまざま。
後期高齢者（75才以上）に多い。

- 短期記憶障がい（直前のことをわすれる）
 - 見当識障がい（人、場所、時間がわからなくなる）
 - 言語障がい ●失認（目の前のものが何かわからない）
- など生活で困りごとが増える。
それらの不安から、被害的になったり
人とトラブルを起こしたりすることもある。
人がかわったように攻撃的になる症状もある。
今のところ、確実な予防方法も治療方法もない



夜中の電話が増えてイライラ

ケンカいろいろ



約束時間のまちがいをみとめない
またしてもケンカ



他人の悪口をきこえるように
大声で言う→またケンカ



よごれたパンツがタンスに
くさったものが冷蔵庫に
無理やりそうじして大ゲンカ



サイフをなくすたびに
「だれかがぬすんだ！」
（不安で被害的に）



お風呂に「入ったばかりや！」
「ずっと入ってない、入って！」と押し問答

自分・家族だけで なんとかしようとしな

だれの間とでも大切な「距離」
うまくいかないときは
体をはなす、ちがう部屋に行く、あと回しにするなど
「距離」をとる。
しごとで介護する人にとっても大切なこと。
じぶんひとり、家族だけで問題を解決しようとせず
かならず他の人たちに相談する

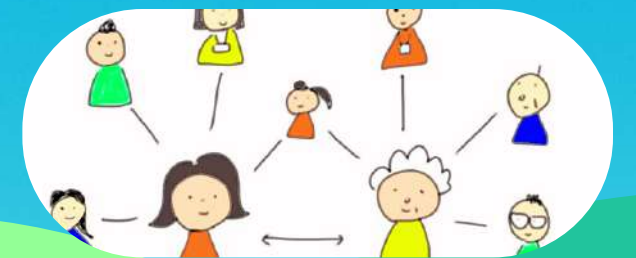
マインドフルネス

今、ここに集中し、過去や未来の
不安を手放す
自然の中を散歩、ゆっくり味わい
ながら食事、あみもの、深呼吸な
ど、簡単にできる方法がある



コミュニケーション

- わかりやすいことばで 短く話す
- ひとりの人として思いやる（どう思うかな？好きかな？きらいかな？うまく話せなくても「心」はずっとそのひとのもの）
- 終わったことや先のことを同時に言わない。
瞬間、瞬間目の前のことをひとつずつ
- いやだなと思う時は「私はこれをされるといや」「私はこれをしたくない」とはっきり「NO」を伝え、それ以上に長く相手を傷つけるようなことを言わない



年をとり色々なことが できなくなるのは自然なこと

年をとれば体の機能が低下して
さいごには死ぬのは自然なこと。
それまでの人生こそがあたりまえじゃない、一瞬の奇跡
残された時間をそれぞれの状態や個性に合わせ
楽しんで過ごすことが大切
「本人の理解・納得」にこだわりすぎず
「本当に望んでいること」を考えながら
他人が整理・管理することも大切

認知症とケンカでこまったらそうだとするところ

生活を整える

訪問介護



本人の代わりに手続き
弁護士・司法書士

仲間・居場所

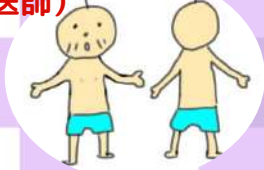
体操教室 デイサービス



※他にも状態に合わせた
支援がいろいろ
ウラも見てね

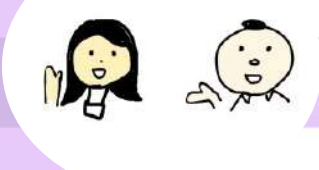
体調を整える

訪問診療 （医師） 訪問看護 （看護師）



24時間体制で見守る、家族がしっかり休む
ショートステイ 老人ホーム

ケアマネジャー



さいごまで楽しんでくらすために

生活と医療を合わせてみる大切さ

認知症の種類によっては暴力・うつなど
精神症状が激しいことも。心身の不調が同時に
起こることも。
専門医の治療と生活上の困りごとをつないだり
薬の反応を観察してくれたり
これからどうなっていく可能性があるのか
わかりやすい説明でリードしてくれる看護師の
はたらきが重要

仲間、居場所の大切さ

→デイサービス・ショートステイ・老人ホーム
お世話される一方でない、認知症がある人どうし
の助け合い、仲間は、家族とよい距離を保ち、生
きがいや喜びのある生活のためにとても重要。
一方で、関係を調整してくれる人がいないと
状態が変わると参加できなくなること。も。
ひとりひとりの心身の個性をしっかりとみつ、
集団の調和を図るには、介護職のゆとりある体制
や関係者の目標一致が必要！