



シリーズ版 ⑬



認知症の症状

～道具が使えない(失行)～

認知症の方に見られる症状の1つに、体は動かせるにもかかわらず、生活の基本的な動作や物の使い方が分からなくなること(失行)があります。

4コマまんがのおばあさんの場合

- 洗面所に行き、歯ブラシを持つことはできますが、どうやって使うのか分からなくなっています。
- 声かけをしながら、動作を一緒にすることで、歯を磨くことができました。



接し方のポイント

- 見守りながらできないところを一緒にやってみましょう(すべてをやってしまうと余計にできなくなってしまうので注意)。
- 本人に分かりやすく、順番や動作を図で示しましょう。
- 本人が見やすいように、不要なものは片づけて整理しましょう。

その他にも、様々な失行の種類があります

- まねするよう伝えてもうまくできない
- 使う順番がわからなくなる
- 衣服を正しく着用できなくなる

認知症とともに生きる ～苦手なことを工夫でカバー～

認知症の有無に関わらず、物を置き忘れる、大事な用事を忘れてしまうなどの日常の困りごとは、少しの工夫で改善できる場合があります。

なくしものを防ぐために…

- 普段よく使うものは決まった場所にしまう。



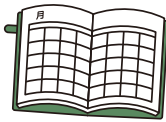
忘れ物を防ぐために…

- 外出時に必要な物のリストを見えるところに貼っておく。
- 事前に持っていくものを一つにまとめ、ドアノブなどにかけておく。



予定を忘れないように…

- 予定をわかりやすくカレンダーにメモし、1日にあまり多くの予定を入れすぎない。
- 携帯電話を使用することが得意な方は、携帯電話のスケジュール機能を活用する。
- 自身の予定を周囲の人に伝えておく。



火の消し忘れ等を防ぐために…

- キッチンタイマーを使用する。
- 2品以上の料理を一気に作ると混乱する場合がありますので、一品ずつ作る。

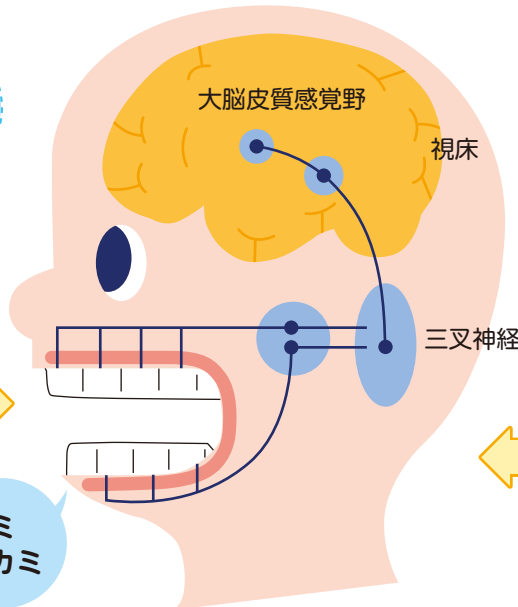


認知症予防のポイント よく噛んで、食べよう！

よ～く噛んで
味わうと…

- 脳の動きがアップする
- 五感が養われる
- ストレスを和らげる

噛んだときの刺激の伝わり方



1 神経伝達物質が増加
噛むことで歯根膜が押され、その刺激が脳へと伝わる。

2 舌(口)、目、耳、鼻、皮膚などの五感が受け取った情報は、脳にあるそれぞれの感覚野に伝えられ処理される。

認知症ほっとけんまちハンドブック

シリーズ版⑬ 令和5年2月発行

敦賀市 認知症サポーター数: 14,256人 (R4.12.31 現在)

■過去に発行したものもご覧いただけます。
■市ホームページよりご覧いただけます。

ほっとけんまちハンドブック

検索



QRは株デンソーウェブの登録商標です

発行: 敦賀市 長寿健康課 ☎22-8181

協力: 敦賀市認知症支援推進協議会

次号につづく

