



## 連携型認知症疾患医療センター

### 認知症の理解のために（第3回）

### ～臨床の現場から～

連携型認知症医療センター長 藤本直規

## 先生、覚えていないものを忘れることはできないよ。……………

今回からは、もの忘れクリニックという臨床の現場からのみた認知症のことについてお伝えしたい。まず、もの忘れ外来20年間で、受診者は徐々に軽症化していて、認知症の定義などが臨床の現場とは合わなくなってきてているように感じる。例えば、年齢による“もの忘れ”は体験の一部を忘れるもので、なおかつ、自覚しているが、認知症による“もの忘れ”は体験全部を忘れていて、自覚していないと言われていた。でも、これは、もの忘れ外来への受診が早期化すればするほど実態にはあわなくなっていて、最近、初期の認知症と診断した人は、みんなもの忘れを困っての受診であった。

また、この“もの忘れ”という言い方にも注意が必要で、少なからずの受診者が、忘れるという言い方は正しくなくて、覚えられないかと聞いて欲しいと訴えている。こ

れは、初期の記憶障害のありようを正確に表していて、初期には覚えること（記録すること）が障害されるので、覚えてしまったことを忘れるのではない。“先生、覚えていないものを忘れることもできないよ。”“覚えられないの？”と聞いたほうが正確だよ。“と教えてくれる。

ところで、外来で本人と家族用の問診票を書いてもらった結果によると、本人の8割以上が、”もの探しが多くなった”“と訴えており、それと同じくらい”“物事が面倒くさくなった”“今までできていたことができなくなった。”（実行機能障害）と訴えていた。本人に真正面から聞くということは、記憶の問題と同様、何かをしようとするときに問題を抱えているという、病気で困っている人に起こっている“本当のこと”をきずかせてくれる。

## その時にできる役割を担ってもらう。.....

ところで、本人が病気のことを隠さなくなった背景には、われわれ支援者側の問題意識の変化とともに、薬を使わない治療方法（非薬物療法）の進歩、特に、デイサービスなどの“認知症ケアの場”でのリハビリテーション（生活のし直し）の方法の進化によることが大きいと考えている。

前回にも報告した“息子さんに食事が作れなくなった母”への援助方法を求めていた息子さんに、困りごとの詳細を聞くと、お母さんが、仕事に出る際に、“晩御飯は何が食べたいの？”と聞いてくるが、出勤前で忙しいので、“何でもいい”と答えると、夕食ができていない。その



ことを怒ると、作るものと思いつかないという。そこで、介護している息子さんへのアドバイスで、メニューを思いつかないのなら、インターネットで見つけたメニューをプリントしておいていくと、買い物に出かけ、材料を揃え、昔と同じようなおふくろの味が出来上がったという。この時期は、実行機能障害に対するケアとして、活動のきっかけが必要になってくるのだ。そして、実行機能障害が進行していくと、メニューを示しても、その材料を選べなくて料理を作ることができなくなった母親に対するアドバイスで、宅配で必要な材料を用意しておくように伝えしたら、その材料を使って、調理が続けられたようだ。

そして、2年間が過ぎた頃、調理はやめて宅配の食事に変え、味噌汁だけを作つてもらう時期を経て、その後、テーブルを拭き、お茶の用意をして、息子さんを待つようになった。その時にできる役割を担つてもらうようにしたのだ。このケアの工夫で、2年間、料理を作るという生活のし直しができたのだ。もちろん、お母さんが仕事に行く息子に、夕食を作つて食べさせたいという思い続けたことがあり、それを叶えたいと、息子さんも私も思ったことがその背景にある。

## 認知症のケアが認知症の人を支える治療として大事な理由。.....

ここでは、話題を変えて、人間が生きて行くために必要な基本的な欲求について触れておく。マズローは、自己実現のための5つの段階の欲求を提唱した。食事、睡眠、排泄などの“生理的欲求”、健康、経済性、事故の防止などの“安全の欲求”などは、人がそなえた基本的な欲求であるが、人間らしい欲求としての“社会的欲求や愛の欲求”は、社会的な役割がある、他者に受け入れられているといった欲求である。このお母さんが還暦を過ぎた同居の息子に夕食を食べさせたいとう“社会的欲求や愛の欲求”と、それを叶えようとアドバイスを求めてきた息子さんの“社会的欲求や愛の欲求”は、認知症ケアによるリハビリテーション（生活のし直し）で、可能となつた。

実行機能障害による生活障害へのケアのアドバイスは、活動の段取りのどの段階ができないかを見極めて行うこ

とが重要で、支援者の“腕の見せどころ”（ケアの専門性）であるが、“できるだけ自主活動を妨げないこと”が重要で、クリニックのデイサービスでの活動方針でもある。そして、同様に大切なことは、できないことの見極めである。わかりやすく言えば、“できるだけやって欲しいが、本当に無理なら無理をさせないこと”である。

ところで、実行機能障害は認知症の人を苦しめていて、“頑張るな”といわれても、頑張らないとどつと溶けてしまうくらい悪くなってしまうと思つてしまう。と言しながら、“夜、歯を磨いて、パジャマに着替えて、さあ寝るだけとなつたら、ホッとする。あれはできたか、これはできたか、なんて考えなくてもすむもの。あとは寝るだけだから。”とも言う。認知症ケアが認知症の人を支える治療として大事な理由である。

以下続く。

## 2019年度 連携型認知症疾患医療センターの活動

### 現地相談

事業所に出向いて、課題の整理を一緒に行いました。



### ～寄せられた感想です～

- 「その人の思い、その人らしさ」認知症研修などで常に話し合っていたことを忘っていました。私たち職員が困って「どうしよう」と考えていたけれど、一番困っているのは認知症の方だったことを思い出しました。
- 利用者ごとに違う症状の関わりについての考えが再認識できた。
- 今までに認知症について学ぶ機会が多くあったが、対応方法などについてはあまり学べていなかったこと、一人一人の気持ちに向き合えていなかったと気付きました。

### 電話相談

年齢のお若い方からの相談で、多く聞かれる相談内容です。



### ～寄せられた相談です～

- 仕事でミスが連續している。物覚えが悪くなっているので認知症ではないかと思っている。受診先の紹介と、診断はどのようにされるのか知りたい（本人）
- 夫が若年性認知症と診断を受けた。いずれ退職をしなくてはいけないと思うが、その後、どのような制度が使えるのか（家族）
- 職場の部下で気になる者がいるが、どのように受診を勧めればいいか（企業/上司）

高齢者の方の相談とのちがいは⇒ 本人・勤務先関係者からの相談があつたりすることや匿名の方が多いということも特徴だと考えられるため、細心の配慮は必要です。

# NPO法人 もの忘れカフェ®の仲間たちの活動です。

NPO 法人 もの忘れカフェの仲間たちのシンボルマーク 《スノードロップ◎》



## 仕事の場

作業内容は大きな変化もなく、毎週水曜日に励んでいます。

手先を使った細かな作業では、集中することも必要で、50分が終わるとホッと一息をついて談笑が始まっています。中には、「何のためにしているんやった?」と言われる方もおられますか、誰かが、「もの忘れのリハビリ!」と声をあげてくださり、皆が再確認するという時間は変わりません。

## 令和2年の一言抱負 (NPOもの忘れカフェ)

- ここ数年、健康体操の本やDVDなどを購入しては三日坊主に終わることの繰り返しなので、いっそ何も見ないでできるラジオ体操を!と新年から始められました。仕事中も元気なオバちゃんでいられるよう、まずは続けるぞ!
- 明るい笑顔でお迎えし、安心して過ごしていただけるよう参加者さんの安全に努めます。
- 頭の中が柔軟になるように、一日一問「謎解きクイズ」に挑戦する。
- 元気に明るくモットーに日々笑顔と笑いとがんばりを皆さんに届けられるよう精進します。
- どういうことがリハビリにつながるかを考えながら、活動内容の幅を広げていきたいと思います。あと、飼っている自宅の犬がシニアになり、いろいろ病気も抱え始めたので、疲れすぎないようにしながら、介護も頑張っていけたらと思います。
- 転職して1年が経ちました。仕事の内容も大分とわかったので、介護の仕事について20年!今までの経験してきたことを活かしていきたいです。
- 自立支援など、参加者の満足できる生活のサポートを特に考え仕事にあたりたいと思います。
- 参加者の皆さんと元気にいろいろなお話をしてもうしたいと思います。そのためにも自分の体調にも気を付けて、美味しいものや甘いものを食べて元気にいるようにします。
- 目標は無事に過ごすということです。あまり周りに迷惑をかけず、毎日を楽しみ、来年の今頃に何もなかったけど良い年だったなあと笑えるように頑張ります。
- 笑顔を忘れずに!仕事ではいろいろしてみてはどうか?と考えながら、次につなげていきます。最近、漢字が思い出せないことが多々あるため、漢字学習をしていきます。
- あんたさんは何回ここに来てはるの?と参加者さんに尋ねられることがあった。私も参加者さんと同年代になりました。近い将来お仲間入りをさせていただくことになるだろう。ウッヒッヒッ……どんな参加者となるのだろうか。

発行者：NPO法人もの忘れカフェの仲間たち／医療法人 藤本クリニック連携型認知症疾患医療センター

滋賀県守山市梅田町 2-1-303 Tel 077-582-6032

発行日：2020年3月15日