

# 5. 認知症の人や家族への接し方と認知症サポーターについて

## 1 認知症の人への接し方

『認知症の本人に自覚がない』は大きな間違いです。

認知症の症状に最初に気づくのは本人で、誰よりも一番心配なのも、苦しいのも、悲しいのも本人です。認知症を正しく理解し、優しく見守りながら接することが大切です。

### 認知症の人への基本姿勢

～認知症の人への対応の心得“3つの『ない』”～



『驚かせない』



『自尊心を傷つけない』



『急がせない』

### 具体的な対応の7つのポイント

1  
まずは  
見守る

2  
余裕を  
持って  
対応する

3  
声を  
かける時は  
一人で

4  
後ろから  
声を  
かけない

5  
相手に視線を  
合わせて  
やさしい口調で

6  
穏やかに、  
ハッキリした  
話し方で

7  
相手の言葉に  
耳を傾けて  
ゆっくり対応する

## 2 認知症の人の家族への関わり

家族の誰かが認知症になったとき、誰しもショックを受け、とまどい、混乱に陥ります。その後、認知症の人の「あるがまま」を受け入れられるようになるためには、家族の気持ちの余裕が必要です。家族の気持ちの余裕は、周囲からの理解や支援と、介護サービス等の適切な利用によって得られます。ぜひ地域の皆様で、認知症の人だけでなく家族も支えていきましょう。



## 3 認知症サポーターとは

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る『応援者』です。

認知症サポーター養成講座を受講することで、一般市民、学生（小・中学生含む）、企業の職員等、誰でも認知症サポーターになることができます。講座を修了された方には、オレンジリングという認知症サポーターの証となるリングをお渡ししています。



問合せ先

**八戸市地域包括支援センター**  
 (八戸市高齢福祉課【八戸市庁 別館1階】)

連絡先

**43-9189 FAX 24-2442**