

4. 認知症の人との関わり方

～ 基本の考え方 ～

出典：認知症サポーター養成講座標準教材

人から不意に声をかけられると、誰でもびっくりします。背後から声をかけるなど相手を驚かせたり、急かしたりして混乱させることがないように気をつけましょう。
本人の意思、自尊心を尊重する接し方を心がけることも重要です。

<具体的なポイント>

①まずは見守る

さりげなく様子を見守り、必要に応じて声をかけます。

②余裕をもって対応する

落ち着いて自然な笑顔で接します。困っている人をすぐに助けようと思って、こちらの気が急くと、その焦りや動揺が相手にも伝わってしまいます。

③声をかけるときは一人で

なるべく、一人で声をかけます。複数で取り囲んで声をかけると、恐怖心をあおり、ストレスを与えます。

④背後から声をかけない

ゆっくり近づいて、本人の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけ、とくに背後からの声かけは相手を混乱させます。

⑤やさしい口調で

目の高さを合わせ、やさしい口調を心がけます。一生懸命なあまり強い口調になると「怖い」「嫌い」という印象を与え、そのあとのコミュニケーションがとりづらくなります。

⑥おだやかにはっきりした口調で

耳が聞こえにくい人もいます。ゆっくり、はっきり話すようにします。その土地の方言でコミュニケーションをとることも、安心感につながります。

⑦会話は本人のペースに合わせて

いっぺんに複数の問いかけをしないように気をつけます。ひとことずつ短く簡潔に伝え、答えを待ってから次の言葉を発しましょう。先回りして、「つまり、〇〇ということですね」などと結論を急がず、ゆっくり聞き、相手の言葉を使って確認していくようにします。

認知症サポーターを知っていますか？

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。

○問合せ先：介護予防センター（八戸市総合保健センター2階）TEL：38-0726

「認知症サポーターとキャラバン・メイト」に関する市ホームページはこちら



「認知症ケアパス」に関する市ホームページはこちら

八戸市では、認知症ケアパス「普及版」の他に、「普及版」に掲載されている情報以外の、認知症の人が利用可能なサービス・相談先、認知症予防等に関する情報をまとめた「別冊版」があります。市ホームページに掲載していますので、左のQRコードからご覧ください。必要な方には配布していますので、詳しくは下記発行元へお問合せください。

発行月：令和8年2月発行 発行元：八戸市地域包括支援センター（市高齢福祉課内）
住所：八戸市内丸一丁目1番1号 TEL：0178-43-9189 FAX：0178-43-2442