



「感情記憶」に働きかける

2月中旬、十文字学園女子大で開催された伊東美緒氏の認知症ケア講座に初めて参加してきました。講座は「認知症を持つ方々は常に不安のなかにいる」ということを前提に進められました。「認知症の人は『何が』分からないか分からない。しかし『分からない』ということには分かる」と。自分が同様の状況に置かれたら…と考えると鳥肌が立ちます。このような方々の漠然とした不安を緩和するために私たち支援者（特に介護職員）は何が出来るのでしょうか。

伊東氏はそのひとつとして「感情記憶（認知症を持つ方々は、具体的な出来事は忘れてしまうが、その時の感情は残る。）」に働きかけることを挙げました。施設で実践する上でのポイントは、①職員から気にかけてもらっているという印象を残すこと、②無理はせずに余裕のある時に行うこと。この2点です。

受講後さっそく実践してみました。まずは険しい表情でいることの多いAさんから実践。Aさんはソファに座ると、「すみません。あの、何か飲む物くださる？」と職員に声をかけます。以前はそれから動いていましたが、講座後は「Aさん、何か飲み物を持ってきませんか？」と自分から声をかけるようにしました。同時に「お茶と牛乳とゼリーがありますけど、どれが良いですか？」等と言葉のキャッチボールを増やすように心がけました。会話中、Aさんはニコニコとしながら返事をしてくださいます。嬉しそうな様子に私自身も嬉しくなります。意識し始めてから約1ヶ月、未だにAさんの周りから利用者が居なくなると途端に落ち着きが無くなりますが、職員が近くに行くと表情が和らぐようになったような、そうでもないような。成果が得られたとは言い難いですが、Aさんの「不安」が「安心」へと変わるための一助となることを願い、これからも続けていきます。

私は利用者となり座り長々とお話をするのではなく、声をかける回数を増やすことと、その際に言葉のキャッチボールを増やすことを意識しながら実践しています。決して難しいことではありません。これを読んでくださっている皆さんも今日から一緒に意識してみませんか。

（グループホームえん／遠野瑞穂）

※伊藤美緒氏：東京都健康長寿医療センター研究所研究員
「ユマニチュード日本支部」理事