

## 介護の心得

### 笑顔を忘れずに！

認知症の方は、自分が何か変だと感じていて、不安を抱えています。失敗したときに家族から、強い口調で否定されたり責められたりすると、罪悪感や孤独感をつのらせてしまうことがあります。

普段から、笑顔で接することが、認知症の人の安心につながります。



### 社会とのつながりを大切に！

できていない事ではなく、できることを見つけ、社会や家庭の中で役割を果たせるよう支援しましょう。

できることは自分でする、できることがあるという思いは、意欲を再び奮い立たせることができます。

### 短く簡潔な言い方を！

認知症の人は、一度に二つのことを話すと混乱してしまうことがあります。できるだけ短い言葉にして、一つずつ話しましょう。

### 複数の人で支える！

認知症の人の介護は、長期的に行う必要があります。一人で介護することはとても大変です。介護疲れから、余裕がなくなり、つい強い口調で話したり、笑顔を向けることができなくなってしまいます。兄弟や夫婦で協力し合って介護を行いましょう。

### 普通の人と同じように接してください！

認知症の人は、記憶力は低下しても不安や悲しみを感じる心を持っています。楽しいことは楽しい、悲しいことは悲しいと感じます。

気遣いを忘れず、一人の人間として本人の尊厳を大切にしてください。

