

# コミュニケーションについて

## COMMUNICATION



### なぜこうになってしまうのか？

アルツハイマー病や認知症の人は脳内の変化により以下のことが難しくなることがあります：

- ふさわしい言葉を選ぶのが難しい。
- 言おうとしていたことを忘れる。
- 会話についていけない。
- あなたの言っていることを理解できない。
- 母国語または、第一言語しか話せなくなる。

アルツハイマー病や認知症の人は、はっきり話すことができず、あなたの話していることが理解できなくなることがあります。これは本人にとっても、あなたにとってもとてもストレスの溜まることです。

### あなたにできることは？

#### 短い文章と簡単な言葉を使う

- 短く、一文で答える。
- 指示は一度に一つだけ出す。
- 一回で分からないようであれば、指示や文章をゆっくり繰り返す。
- 答えるのに時間がかかる場合でも、辛抱強く、ポジティブに待つ。
- 忘れていているという事、同じ話をしているという事を本人に言わない。
- 「晩ご飯は何にしますか。魚ですか、チキンですか」のように、質問をし、簡単な選択肢を与える。
- はい、いいえで答えられる質問をする。
- 赤ちゃん言葉や、赤ちゃんに話しかけるような声を使わない。
- 否定的な言葉を避ける。「そのドアから出ないで」の代わりに「こちらから行きましょう」など、優しくドアから遠ざける。

#### あなたに注意を向けさせる

- 同じ目線に立つ。
- 名前で呼ぶ。
- 注意を逸らすようなものを取り除く — テレビを消し、静かな部屋に移動する。
- 話しかける声の大きさや調子、身振り手振りに気をつける — これらはしばし言葉より影響力が大きい。
- 積極的に聞き手になる — 相手の目をみて、うなずきながら話を聞く。

#### 他に試してみしてほしいこと

- 紙や写真を貼って部屋やキャビネットの中にあるものを表示する。
- 聞こえているか確認のために聴力検査を受けさせる。
- チョークやホワイトボードを使って、その日のスケジュールやよくある質問に対する答えを書いておく。
- 言葉だけでなく、相手の気持ちや感情にも応える。
- 会話をするのは難しいが、一緒に何かしたい場合、音楽を聴いたり昔の家族写真を見たりする。



844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

© 2022 Alzheimer's Los Angeles  
Supported by DHHS, ACL  
(#90AL0002-01-00 & 90ADPI0049)

