



ホームページ ● <http://kaigo.jichiro-osaka.gr.jp/> メールアドレス ● [kaigo@ns.jichiro-osaka.gr.jp](mailto:kaigo@ns.jichiro-osaka.gr.jp)

2003年2月20日 No.17

発行 ■自治労大阪公共サービスユニオン  
大阪市北区天神橋3-9-27 PLP会館1階  
TEL 06 (6242) 2233  
FAX 06 (6242) 2230

## ケアワーカーセミナー ⑨

### 講演録 ② 「痴呆のケアとコミュニケーション」 ～バリテーション法を中心に～

梁 勝則（りやん すんち）さん <日本ホスピス研究会事務局長・はやしまクリニック院長>

※02年9月28日に開催しました【痴呆ケアとコミュニケーション】の講演から抜粋。（文責：自治労大阪公共サービスユニオン）

#### ★ 回想法について

ナオミ・フェイルのバリテーション法の中で、回想法は有効ではなかったと書かれています。その一説をちょっと読んでみますね。「お年寄りに対する回想法の利用は 1963 年、マホン、ルーリック、パトラーらによって最初に提唱されました。それ以後、回想法はお年寄りの側で働く人びとが用いる重要な療法の一つとなりました」というふうになっています。

回想法というのは、個人的、あるいは小グループのお年寄りと一緒に思い出話をして訓練をすれば良くなるんじゃないかと。そして、社交

性や心への刺激を促進し、お年寄りを混乱した状態から救い出し、自尊心を取り戻すことが出来るのではないかと。

回想法をすると実際に良くなるかどうかなんですが、ナオミ・フェイルは「バリテーションとは異なり、回想法は先ほどの 4 つのステージのうちの失見当識に陥った人や、繰り返し動作にいるお年寄りにはあまり効果的ではない。これらの人々、つまり記憶障害がひどくなった人々とは、その時その時はよく理解していてもすぐに忘れてしまうので、現在起こっていることの道筋の連続をまったく失ってしまいます。つまりそういった記憶障害の強いお年寄りは過

## ケアワーカーセミナー ⑩

### 「介護現場とリスクマネジメント ～事故は防止できる～」

事故につながらなかったけれども「ヒヤリとしたり」「ハットしたり」介護現場では誰もが体験していると思います。気を付けていたのにケガをさせてしまった「こんな時にはどうしたらいいか」「このような状態の人にどのような介護をしたらいいか」自立に向けた介護技術などを、特別養護老人ホーム（フィオーレ南海）生活指導員の村田麻起子さんに抑制ゼロに向けての取り組まれた実践やリスクマネジメントについてお話していただきます。一緒に考えてみませんか。

### （参加をお待ちしております。）

と き：3月1日（土）

14:00～16:30（13:30 開場）

と ころ：エルおおさか

内 容：「介護現場とリスクマネジメント  
～事故は防止できる～」

講師：村田 麻起子さん

質問・意見交換

参 加：先着 100 人。

参加費：自治労組合員は参加費無料です。

組合員以外の方は資料代として  
500 円を受付で徴収します。

申込先：06-6242-2233

120-768-068（府内のみ）

去に生きているのです。従って彼らははっきりと認識して思い出話をする事が出来なくなっています」というふうに書いています。あと、人生の回顧療法というのが回想法と同じ定義で使われている場合もあります。自分の人生を見直すことによって、意味のない対処方法に気づいて、有効な手段を見いだすのではないかと、これを「ライフレビュー療法」といいます。これもよく似た方法です。しかし、失見当識にある人びとには有効ではないと彼女は書いています。私自身は、実は回想法とか、ライフレビュー療法をしたことはなくて、彼女はおそらくやったんですね。やって、良くならなかったんでその方法を今は使わなくなったんだと思います。だから、うんと軽い人の場合に回想法は有効かも知れませんね。ただ、回想法が有効だと感じている方いらっしゃいますか。回想法によってその人の問題行動が減ったりするかどうかですね。つまり、その人を苦しめるのは記憶障害ではなくて、問題行動と問題行動に対する周囲の反応ですから、それが良くなるかどうかなんですけど。もし良くなった事例があれば教えてくださいなと。

**介護員の方** 良くなったということではないんですけど、老人のコミュニケーションのレベルの人たちの中でそれをいれると、感情の発散になって、その場で気持ちがすっとする、という意味では効果があると思いますけど、継続した効果はあまり認められないかなと思います。

**講演者** ありがとうございます。今おっしゃっ

たのは、仲間同士で思い出話風にやると、顔見知りの関係になるし、非常に感情が穏やかになる、ということですね。回想法を他にやってらっしゃる方いらっしゃいますか。ということで、軽い方には有効かも知れない、実は有効かも知れないとは書いてないんですけどね、多くの痴呆の方には有効ではないと書いてます。または是非お読み下さい。

**診療所勤務の方** 在宅で痴呆の方と関わることが多いんですが、痴呆の高齢者の方の大部分は御家族さんがケアされてるんで、ショートステイとかデイサービスとかを組み合わせても、御家族のケアも必要だなと感じてます。家の中で過ごす時に、痴呆の方は御家族との関わり方でかなり変わってくると思うんですけども、必ず進行していった、最後は施設入所しかないという状態になっていく現場をいつも見ていますが、先生のほうでは、御家族の方に利用者との関わり方の指導や悪化させない方法などどのようにされてるんでしょうか。

**講演者** このバリデーションを紹介しています。「よくわかりました、でもできません」と言われる方が多いんですね。理屈ではわかるんですが、これを実行すると言うのはなかなか困難ですね、家族の場合ね。でも、ずっとこれからも続けていこうと思うんですが、少し態度が変わるだけでもずいぶん良くなります。だから、在宅をやっている方は気づいていると思いますが、家族が悪くしていることが多いですね。家族が

## ちょっとした介護の話

### 褥そうの予防・手当て(2)

#### 圧迫を取り除く

- ・ 状態に合わせた手当てを行います。
- ・ 初期段階では最低2時間ごとに体位変換を行ないます。
- ・ エアーマット・ウレタンマットで体の重さによる圧力を分散させます。

(ビーズマット・円座・離被架など)

- ・ パンクずやお菓子をこぼしたベットの汚れは、常にベットブラシなどで清潔にしきれいにしておきます。

#### 栄養状態や循環など全身状態をよくする

(看護婦と相談)

#### 摩擦やズレ、湿潤を取り除き皮膚を清潔にし乾燥をさせる

- ・ ベットを起こすときには30度以下にして身

うまく対処できれば多くの痴呆の方はかなり快適な在宅生活が送れると思います。これはあきらめずにやっていくことでしょうね。将来、私たちのほとんどはひとり暮らしになりますので、家族問題はむしろあまり発生しなくなる可能性がありますけど。重要なことは、男は寿命が短いですから、痴呆になる前に死ぬ事が多いけど、女性は長生きする代わりに3分の1が痴呆になるということね。その時にどういうケアが受けたいかという、当事者に関係した問題でもあるんです。私の知り合いで、一番悲惨なのは、お父さんが痴呆だったんですが、公文式算数ドリルをさせてる人がいました。トレーニングしたら良くなるんじゃないかというのがリアリティオリエンテーション法だし、回想法の一部もそうなんです。トレーニングは、全部とは言いませんが100人やって99人は失敗に終わると思います。

**家族の方** お財布の話で、家の場合は財布の入った鞆がたびたびなくなるんです。それで家の中におりますもんで、絶対あるので私は捜すんですね。捜さないとずっとそれを気にかけて、一晩でも捜しているし、見つからないと体の状態も悪くなるので、私は捜すようにはしてますがそれはどうなんでしょう。

**講演者** それでいいですよ。さっきは財布をなくしたと言ったとき、すぐ一緒に捜すのがうまくないと言ったんで、コミュニケーションをまず十分に。その人は何故そういうかという、

愛情に飢えているか、役割を失っているか、孤独であるか、周囲から傷つけられているか、要するに心が傷ついているということを別の表現でしているんで、コミュニケーションが必要ということですね。財布は毎日なくなるでしょ。やっぱりコミュニケーションで精神的に満足しないと毎日財布や鞆はなくなるんです。その方はコミュニケーションが必要です。とられたんじゃないなくてなくしたと言ってますか、その方は。

**講演者** 高齢者の問題行動というのは実は何かかというと、それはその人が若いときの人生の体験に強く関係しています。何か財布がお金に關係して、自分の人生の中で十分感情を発現できなかった未解決の問題がその人にはあります。それを探し出すのがバリデーションなんです。

高齢者の記憶というのは、これは皆さんも同意して頂けると思いますが、高齢者の記憶というのは、埋もれた、閉じこめた感情体験の発露です。つまり、強く心に残っていて、十分言葉として発現出来なかった体験が繰り返し繰り返し出てきます。それが高齢者の記憶であり、高齢者の問題行動です。つまり、若い頃に深く心に刻み込まれた記憶が歳をとってもよく保たれています。最近の記憶をなくしてくると、つまりさっきの財布の話ですと、財布の入った鞆を布団の下に置いたという、何々したという記憶がなくなってくるとどうするかというと、過去の記憶の中からのいろんな出来事をたぐり出してきて、それがあたかも今起きているかのよう

体のずれによる摩擦を防ぎ、シーツのシワを作らないようにします。

- ・ 入浴により、身体を清潔にします。入浴できない場合は部分浴・清拭を行い、清潔を保ちます。
- ・ 便、尿がガーゼに染み込まないように、気を付け早めにおむつ交換をする。(ここからは、医療行為なので看護婦さんと相談)
- ・ そうからの浸出液がある場合は、吸収力のあり、水分のあるドレッシング材を使用します。

- ・ 水疱ができた場合には、破らずポリウレタンフィルムドレッシング材で水疱を覆い表皮腐化を進めます(水疱以外はハイドロコロイドドレッシング材で管理)

\* その後の進展に合わせて感染予防など医師の指示や看護婦に相談等し、医療関係者が行いますが、



体位交換やシーツや衣類のシワ作らないよう、介護者が注意深く観察し、連携して行うことが、必要です。

に行動します。つまり、「財布を誰かにとられた」あるいは、「会社に行く」というふうに言います。これは何か、実は自分にとっての癒しなんですね。過去に遡ることは、実は自分への癒しになっています。それで、「誰それがとった」というふうに他人を非難しますね。実はそれは、他人を非難するのは心から非難しているのではなくて、自分は忘れたかも知れないというふうに実は思ってるんですよ。自分の失敗かも知れない、あるいは過去に重大な失敗をしたことがある、その自分の失敗の記憶を癒すために他人を非難するんです。だからほんとに人が悪いと思っているわけではなくて、過去に起きた様々な未解決な問題が問題行動となって発現してるんです。問題行動のある高齢者の場合、心に傷をもって生きているんだなと思って間違いないです。これが先ほど言った理由や背景のない言動はないということですね。それを発見することですね。

もしかしたら今質問された方はもうすでにそれを発見しているかも知れません。それは義理のお母さんですか？ そのお母さんの心の中に止まっている未完の思いというのが何かというのを見つける事ですね。今おいくつですかね、74歳ですね。ということは戦前生まれですから、戦前、戦中、戦後の、昭和25年までは結構大変な思いをしているはずなんですよ。つまり、70代の人で、生まれてから今まで順調に人生を送っている人はほとんどいないんですよ。どこかで筆舌に尽くしがたい苦勞をしています。その苦勞をみんなそうだからということで、心の中に閉じこめていらっしゃる方が実は多いんですよ。痴呆になるとそれが未解決のまま残ってますから、問題行動として間接的な形で発現します。私が外来で診ている方の、ほとんどの方はそれがわかりました。それはかなり長いコミュニケーションをすることと、その人の人生を知っている家族の人から聞くことでわかりました。これはコミュニケーションするとたいいわかりますよ。ただ、さっき私が、

一番コミュニケーションが困難なのは家族です、と申しましたが、その中でもコミュニケーションしたくないのは、嫁姑関係なんですね。つまり、聞くと止めどもなく聞きたくないことが一杯出てきそうなので、聞きにくいでしょう。それができると発見出来ますけどね。兄弟から聞いてみるのもいいですけどね。何か辛いこと、とても嫌なことを経験しているはずなんです。私はこんな辛い思いをした、こんな嫌な目にあった、ということが言えなかったはずなんですよ。それを発見してください。発見できますよ。前、私は、娘夫婦と暮らしている、暴力を振るうお婆ちゃんがいたんですよ。それは、娘夫婦が夫婦げんかすると婿殿に殴りかかっていく人がいたんです。それで娘さんは困って、よく聞いたら、若いときに自分の夫が愛人つくって家出して、自分ひとりで娘三人を育てたんです。で「あんた、男好き？」と聞いたら「大嫌いや」とおっしゃいました。でもそれは私には決して言いませんからね。でもそれを聞いて、その人が感情表現出来たら良くなりますよ、そこまでのプロセスが大変ですけど。

**ヘルパーの方** 痴呆の男性の方が、体を触ったり、いろいろ嫌なことをされるのをどうしたらいいのか悩んでるんですけど。

**講演者** 性的問題行動のこと難しいですね。結構女性の方ではあることでしょう。痴呆あるお年寄りが女の人に触るのは、自分が35歳とか28歳と思っているからなんですよ。自分は若いつもりでいるんです。きっぱり断るということは必要だと思うんですが、コミュニケーションをどうするかですよ。川崎さいわい病院の先生とか、他の教科書には、「ちょっと待ってね、前で亭主が待っているから」というのが有効だと書いてあります。「やめてよ、エッチ」とかいうのはまずいかなと思うんですが、別の本では、距離をとりなさい、と書いてましたね。70cm以上近づかないように。でもそういうわけにはいかないですからね。彼女だと思って抱

きつく、可愛いから彼女にしようかな、と  
思っているわけだから、俺はスケベーじいさんだ  
と思って抱きついてるわけじゃないんで、「私、  
彼がいるの」とか「夫がいるの」とか言うと、  
取りあえずは。では毎回繰り返しますよ。

人の心というのは階段状には良くならないん  
ですよ。今言ったバリデーション法でも、次行  
くと良くなって、また次ぎ行くと良くなって、  
というにはいかないんですね。人の心の変化と  
いうのは螺旋状です。同じコミュニケーション  
を何回もしながら少しずつ問題行動が減って  
くるんです。ですから、バリデーションを3日し  
たらその人の問題行動がおさまるといこと  
ではないです。ある人は3日でおさまるでしょ  
うし、ある人は一ヶ月かかるし、半年かかるか  
も知れません。いずれにしても、その人が螺旋  
状に癒されていって、だんだん問題行動が減  
っていくことです。人の心の変化は螺旋状とい  
うのは是非ご記憶におとどめ下さい。私は実  
は（グリーンケア）というのやっていますが、  
この中でおそらく離婚した方とか、あるいは  
死に別れた方とかいらっしゃると思うん  
ですが、自分の夫と死に別れた経験のある  
方はわかると思いますが、堂々巡りしなが  
らゆっくり回復していきます。直線的に回  
復して「私、今日から新しい人生を行くの  
」とはならないですよ。だんだんと回復し  
ていくんです。痴呆の方も一緒です。

**介護助手** 介護病棟に入院されている叔母  
ちゃんなんですけど急に変貌されたりする  
ことがあるんです。おむつ交換のときなん  
かでも、こっち見て、すごく丁寧だと思  
ったら、こっち見て、みそくそに言われ  
て、だんだんテンションが上がってくると  
、ひっかく、つかむ、叩く、こっちもど  
うしても防ごうとしますんで、それも良  
くはないと思うんですけども、で、さん  
ざん言いたいこと言うて、その変貌ぶり  
というのが何なのだと気かかるんですけ  
ども。

**講演者** 一つは忘れるということ。さっき怒  
ったことが忘れられるから次に「ありが  
とう」と

言えるんですね。その方は記憶障害が  
強い人だと思います。二つ目が、怒った  
ときには、怒る前にその人にとってす  
ごく嫌なことをされているという、その  
二つが理由ですね。だから、問題行動  
というのと介護抵抗という言葉があっ  
て、その人にとって抵抗したくなるよ  
うなケアを実は私たちはしてるん  
ですよ。でもそれも仕方ないときが  
ありますよね。例えば、ウンチが  
ついたおむつされて歩かれたら困  
っちゃうし、さあ、どうしましょ  
う。お勤めは、その時は何も  
しないで、怒りがおさまるのを  
待つのがいいと思いますね。ニ  
コニコしながら、大丈夫？  
どうしたの？ どこか痛い  
の？ とか言ってね、出来  
ないですよ、現場では、や  
っぱり唾などをかけられ  
たらね、思わず突き飛ば  
したくなり



ますよ、途中で止めますけどもね。気  
持ちはよくわかりますが、その時に一  
回手を離してあげるといいですね。ニ  
ッコリ、口を横に開いて、コミュニ  
ケーション。オープンクエス  
ション、肯定的傾聴、で、リフ  
レージング、「黙れ、婆あ」  
なんて言われたら「黙れ、婆  
あなのねえ」とか。リフ  
レージングは有効ですよ。

**ヘルパーの方** アルツハイマーの方の  
ところに入ってくれと言われましたが、  
プランは2時間半あるんです。それで  
最初の30分は奥様と一緒に過  
ごす、あとの2時間は、奥  
様が疲れているということ  
で出かけられ、その2時間  
をただ見守りをしてくれ  
というんですね。昼食とお  
薬を飲ませる。ヘルパー  
だとなかなか食事もし  
ないし、お薬も飲まない  
、無理矢理飲ませると  
だめだから飲まない  
ときは飲ませないで  
いいと言われて、な  
にか起伏が激しい  
ので「帰れ」と  
言われたら、玄  
関出て、影から  
見るとか、そう  
いうことを  
言われてる  
んですが、私  
としては、  
入ってない  
だけにす  
ごく恐怖感  
があるん  
ですよ。こ  
んな私  
でも出来  
るんでし  
ょうか。

**講演者** まず笑顔で入る事ね、それが出来る  
かどうか。というのは、人の感情とい  
うのはIQと

はあまり関係がないんですよ。痴呆の人も感情とかプライドというのはほぼ正常に保たれています。特に今のような方は痴呆の中でもわりと



軽いほうですよ。そういう人はプライドや感情はまったく正常です。ですからこっちが緊張した顔で入るとわかるんですよ。まず笑顔で入る。次に自己紹介をする。

名前と所属をちゃんと行って、男性の場合は、「よろしくお願ひします」とか「おじゃまします」というふうに。そのお爺ちゃんにとっては知らない姉ちゃんに来るわけですよ。知らない姉ちゃんが来て、恩着せがましく俺の世話をする、俺は世話になんかならねえや「帰れ」というわけね。「おじゃまします」と言えばいいです。「何かお手伝いすることありませんか」「私ヘルパーですからいろいろおっしやっただいてけっこうですよ」でも、バリデーションの原則は相手の世界の中で話しをするということですね。つまりこれは何かというと、まさに役者を演じるんです。

あなたが、あと心配しているのは「帰れ」と言われたら「じゃあちょっと帰りますね」と言って、5分経ったら、失礼します、おじゃまします、入ってもいいですよ。というのは、その人がもし記憶障害が強ければ5分経ったら忘れてるかも知れないんですよ。何よりもそれをしてみるとその人の記憶、障害が軽いかどうかわかりますよね。5分後に行って「どうぞどうぞ」と言ったらかなり重度の記憶障害があるということがわかりますよね。で、痴呆の軽い人はしばしば怒りっぽいお年寄り、クレームの多いお年寄り、というふうに言われます。どうコミュニケーションできるかですね。向こうがこっちを見ているときに、ニッコリしながらこれをやってみて下さい。

スタートが(肯定的傾聴)笑顔で、相手が言ったとおりに繰り返す。「俺は今日は腹が減ってないんだ」、「ああそう、お腹減ってないのね」、「じゃあお昼ご飯食べなくても大丈夫かしら」

「そんなこと言ってないだろ」や「じゃあ食べようか」とかね。とにかく首を縦に振りながらコミュニケーションする。やりにくいと皆さん感じてらっしゃいますか？ これは辛いですよ。これが出来るためには、私たち自身が高度に冷静で理性的でないといけないです。ムカムカときたら「少しトイレ行ってきます」と言って、深呼吸を8回する。そしてまた向かい合う。殴られたときも同じようにね。ナオミさんはさっき言った、エッチで暴力的なお年寄りにさんざん殴られてます。その時は自分も辛かったと書いてますね。行くたびに部屋の前で、「この爺ちゃん嫌いだ、この爺ちゃん嫌いだ、ハア、ハア」とやって、「どおですか?」とかいってますね。それを何回もやって、やっとおとなしくなってます。そうやってうまくコミュニケーションできて、皆さんを信頼して、皆さんと親しくなったときの喜びは何事にも代えられないです。だって、みんなが、手がつけられないボケ爺ちゃん、といった人が、表情が良くなって柔和なお爺ちゃんになったら、これはお金で買えない、給料では代えられない素晴らしい経験です。本当に簡単にできますよ、やってみてください。「傾聴、リフレージング、質問」の3つですから。それと笑顔を絶やさないこと。

**ヘルパーの方** すいません。30分最初に奥様といらっしゃるわけですが、その場合、私は、利用者と奥様の関係で、どういう関係を持ったらいいんでしょうか。

**講演者** 関係というのは、どなたとコミュニケーションしたらいいのかですかって事ですよ。それは話し出している人とコミュニケーションしたらいいと思います。家族ケアの話がさっき出ましたが、奥さんもすごく苦しみますから、奥さんの方が一杯しゃべると思うんですよ。「ほんとにこの人ったらどうしようもないのよね、すぐ怒るし、」と言ったら、「ああ、そうなんですか、怒るんですか、大変ですね」と、奥様にもバリデーションを用いるんです。

実はコミュニケーションというのは語りかけることではなくて(聞くこと)なんですね。(傾聴すること)(リフレージングすること)(尋ねること)がコミュニケーションなんで、「何を話そうか」悩むと行く前から行きたくなくなりますから、どう質問しようか、どう笑顔で聞こうか、どう反射的なリフレージングをしようか、と考えるだけでいいです。語りかけなくていいですから。つまりどんな話題で話をしようかというのは、痴呆の方と話しをするときは自分の話題を話すことはいっさい考えなくていいです。ほとんどの人は聞いてないです。だから皆さんの体験は何も話さなくていいです。だから楽しんで。聞いていればいいんです。だから、困ったら質問する。おしっこ大丈夫? とかね。これは失敗してもいいですからね。3原則さえ守れば、大きな失敗はしませんからね。

**介護員の方** 暴力的で、椅子を投げる、テーブルを投げる。人の部屋に平気で入って行ってごそごそする、人のベッドに寝る、という男性の方なんです。会話も十分にできない方です。言っても意味不明な事ばかりで、そんな方とのコミュニケーションを最初どうやっていったらいいかなということをお願いします。

**講演者** リフレージングするんです。意味不明に聞こえても実は彼は意味があることを言っているんですよ。その人が言った曖昧な言葉のままで、-----なのね、と言ってあげるんです。



聞こえるように。そしたら「んだ、んだ」と言いますから。それと、目を合わせるとのことと、そういう人はタッチングが有効ですよ。スキンシップがすごく大切です。

彼が何か暴れているときは彼は怒っているんです。何か理由があるんですよ。その理由を口で言ってます。是非リフレージング・スキンシップしてください。

やってはいけないこと「まあ、そんなに怒らないでお茶でも飲んだら」というと失敗するん

ですよ。「どうしたの、何怒ってるの、大丈夫」とスキンシップしながらね、手を握ってね。暴れる人の手を押さえないで、一緒に動くんです。ただし、殴られないようにご注意くださいね。これをやると何回かどつかれます。ナオミ・フェイルさんはあざだらけになったと書いてます。靴を投げられてあざができた。ただ、相手に逆らわず、相手の動きに合わせているうちに、彼は救われたと書いてますね。今あなたがおっしゃった方は明らかに何かに怒ってますね。

**介護員の方** 私は重度痴呆性老人の専用棟に勤めています。さっきから言ってくださってるようなことをうちのスタッフも結構頑張ってるんですが、頑張りすぎてそのスタッフたちがとてもしんどい思いをしているのをどうしてあげたらいいかなというのをお願いします。

**講演者** しんどいですね。重度になるとやってもやってもだんだん植物状態になって達成感がないですよ。スーパーバイザーが必要です。つまり、痴呆のプロで、スタッフの気持ちをよくわかってくれる人が必要です。一つだけ言いますね、その人たちを救う方法は、ピアカウンセリングという方法です。ちょっと流行の言葉で言えば(傾聴ボランティア)という方法は燃えつき症候群になるのを防いだり、先延ばししてくれるかも知れません。全ての人は、自分の存在を受け入れてくれる自分以外の人を必要とするんですよ。人は独りぼっちでは生きていけないですね。ほんとに頑張っているスタッフを受けとめて、悩みを聞く人がいらいますね。

**介護員の男性** エッチなお爺さんの話とは逆で、入居されている方は私のことを、昔の不倫相手だと思って「なんで今頃になってここに来たの」と。今は小康状態ですがこういうときはやっぱり肯定的傾聴でよろしいでしょうか。

**講演者** 彼氏として精一杯ふるまうことをお勧めします。ただ、別室でおやりになったらいいんですが、その女の人は幸せですよ、特養

に入ったのに昔の彼氏に会えるんですから。皆さん、もしそうだったらすごく幸せでしょう。その人の幸せを奪う権利は誰にもありませんから。バリデーシンの原則は、相手の世界でコミュニケーションすることですから、是非彼氏としてふるまってあげてください。あなたはその人にとって天使だとおもいますよ。小康状態というのはしばらく忘れてるのだと思うんですけどもね、そのうちまた思い出しますから。

## ★まとめ

### 1日に5分～10分

集中してバリデーシンの行うのは、1日5分～10分。繰り返すうちに、問題行動の回数は減っていくとナオミ・フェイルさんは言います。

#### 痴呆の親を介護する場合

感情が入るのでつらくなります。でも1日に5分、全てのエネルギーを使って話を聞いてあげてください。お父さんが怒っているのなら「パパ、怒っているのね」と言って下さい。話を終える時は「怒っているのね、それはよくわかるわ。私は行くけど、また帰ってくる」と言えばいいでしょう。

#### ナオミ・フェイルさんの著書

「バリデーシオン 痴呆症の人との超コミュニケーション法」筒井書房

**Q.** 食事した後に「まだ食事をしてない」と言われたら？

**A.** 「あら、まだだったのね。ごめんなさい」と相づちを打ちます。「すぐに用意をするから、それまでみかんでも食べて」と果物などを渡したり「もうすぐお正月ねえ。今年は何をつくりましょうか？」などと話題を変えたりすると、注意が別の方向に向き、食事の事を忘れてしまうでしょう。

**\* 言うてはいけないこと。** 「今、食べたばかりでしょう」「これ以上食べるのはだめよ」

食べた後のお皿を見せて「ほら、食べてるでしょう」など。

**Q.** 被害がないのに「お金を盗まれた」と言われたら？

**A.** 「あら、大変だわ」となくなったことを認めて、気持ちを受け入れます。「それでは、確かめてみましょう」と高齢者の財布のお金を本人に数えて頂き、たき、「ちゃんとありましたね、よかったですね」などと納得してもらおうにします。あらかじめタンスの中など（決まったお金の置き場を高齢者につくっておき、そこを確認するのもよいでしょう。本人の落ち着く方法をとってみてください。

**\* 言うてはいけないこと。** 「だれも盗んでないわ」「いい加減にしてよ。自分で使ったんでしょ」など。

**Q.** 自宅に居るのに「そろそろ家に帰らないと」と出ていこうとしたら？

**A.** 「そうですね」と気持ちを受け入れます。「そんなに帰りたい家には何かあるのですか？」とご本人が楽しく話せるようにするとしだいに興味が変わり、落ち着くことも多いものです。気持ちがおさまらなければ「じゃあ、一緒に帰りましょう」と言って、家を出て、近くを散歩し「さあ、帰って来ましたよ」と、自宅に戻ると、家に帰った気になる場合もあります。

**\* 言うてはいけないこと。** 「ここはあなたの家よ。わからないの」「すっかりボケたわね」

## ひとりごと…

少しずつ暖かくなって春がもうすぐかなあ。桜や梅は暖かい日が多くても咲くタイミングが分からないそうなのです。寒い厳しい冬があるからこそ、綺麗に咲くのだそうです。何か人の人生と同じだなあと感じました。

(K)