

## 実施時の声かけの工夫 （令和元年5月実施アンケート結果より抜粋）

1. 参加を促すために声をかけるとき
2. セルフケアを提案するとき
3. 受診勧奨するとき

### 1. 声をかけるときの工夫

- 認知症という心配されるので「介護予防に」「今後のために」と声をかける
- 対象者本人だけでなく、協力してくれそうな家族がいる場合は家族に声かける
- 「消費者被害に引っ掛かりそうになった」「最近物忘れが気になる」等のフレーズを逃がさない
- 「認知症予防に興味のある」「家族や他者に迷惑をかけたくない」「いつまでも自立した生活を送りたい」等の意思表示している人に声をかける
- 参加のメリットを説明する（認知症の発症遅延につながる。他者が介入することが刺激となり物忘れが改善されたケースがある。物忘れの症状がでる病気が見つかって軽減したケース。積極的に外出するようになって表情が変わっていく。など）
- 相談を受けた時に参加を促す
- 地域のイベントや体操教室等の参加者に声をかける

### 2. セルフケアの提案時の工夫

- 現在行っていることを続ける、今まで行っていたことを再開させるなど身近なことから実施してもらうように促す
- 本人の生活リズム、趣味や特技、関心事を聞き取り、本人が無理なく取り組めることを提案する
- 現在行っていることでまず良い点、強みを見つけて褒める。その次に望ましいプラスすべき点を加える
- モニタリングの中で、さらに行いたいこと、最近始めたこと等も含めてプラスしていく
- 対象にあったセルフケアの提案を心がける。簡単すぎず、難しすぎず、少し努力することで継続が可能で達成感を得られるように工夫する
- 継続しやすいように負担を軽くする
- 達成しやすい目標にする
- 実現可能な提案をする（毎日、新聞を取りに行く。一日1回2回にあがる。など）
- 経済的な負担にならないように配慮する（脳トレのテキストの購入など）

### 3. 受診勧奨するときの工夫

- まずはかかりつけ医に受診してから専門医につなぐようにしている
- 具体的に近くの医療機関を紹介している。自分で受診予約が困難な場合、予約を代行することもある
- DASC 3 1点以上の方については、本人の同意を得て受診同行し、医師へ情報提供し、鑑別診断を依頼している
- 服薬を嫌う人には受診・検査だけでも現状を知るために必須であることを説明している
- 親族や身近な人から必要性を話してもらうことや担当民生委員と協議している