

コロナ時代において認知症の人と家族が安心して暮らしていくために

5人に1人が認知症となる時代はすぐに

WHO(世界保健機関)によると、2015年、全世界での認知症有病者数は5,000万人、そして毎年1,000万人近くが新たに認知症になるといわれています。2017年度高齢者白書によると、わが国では2012年は認知症患者数が約460万人、高齢者人口の15%という割合だったものが2025年には5人に1人、20%が認知症になると推計されています。現在、新型コロナウイルス感染症の拡大はいまだ終息の見通しが立たないままの状況で、認知症の人とその介護をされている多くのご家族は、これからどうしたらよいのかなど不安や戸惑いを感じていると思います。これからwithコロナの新しい生活様式に変えていく時代に、認知症の人とその家族が安心して暮らしていくための方法を考えてみたいと思います。

教えてくれるのはこの先生！



東京慈恵会医科大学
老年看護学

梶井 文子 先生

コロナ禍における認知症の人の介護で困ったこと

1) 認知症の人の生活や様子の変化

2020年9月の公益社団法人認知症の人と家族の会 東京都支部の調査に回答された58名の結果からは、介護中の約71%の方が「認知症の人の生活や様子に変化があった」と回答されています。具体的な内容は表1に示しているとおります。

表1. 認知症の人の生活や様子に関する変化「変化があった」具体的な内容

在宅の方	社会とのつながりが減った、孤立している 生活のリズムやコミュニケーションが減った サービスの休止等で外出が減った、ADLが低下したり、認知症が進行した
施設入所・入院の方	面会ができなくなった、施設での介助ができなくなった 機能の低下や、認知症が進行した



2) 緊急事態宣言中に介護で大変だったこと

【面会ができなくなった】ことで、「本人が泣くことが多くなった」「居室での暮らしぶりを家族が確認することができなくなった」「家族のことを忘れてしまうのではないかと不安があった」「好物の差し入れができなくなった」などの回答でした。

また外出ができなくなり【社会とのつながりが減った】ことで、「機能低下が進み認知症の症状が悪化した」「マスクをつける、会話を控えるなどの感染予防についての理解が難しかった」「せん妄状態、夜間不眠になった」「24時間一緒にいることで、ちょっとしたことで介護者がイライラしてしまった」等の回答もありました。

3) 緊急事態解除後～現時点で困っていること

「面会は再開したが、自身の感染の不安があり面会を控えている」「面会不可が続いている」「感染の不安があるのでディサービスへ通わせたいと思わない」等の回答でした。

この先に家族介護者が心配に感じていること

家族介護者は今後心配なこととして、表2のような多様な内容をあげていました。認知症の人が「新しい生活様式」に順応できるかどうかを含めて不安があることがわかります。

表2. コロナの感染が収まらない中で、この先、心配なこと

本人・介護者の感染
家族とのつながりの喪失、懸念、面会できない状態への不安
地域のつながりの分断、集いの場への希求
病状の深刻化や、認知症の進行
コロナ禍下の介護、医療体制の崩壊への懸念
「新しい生活様式」への不安
ポストコロナ社会に対する不安、経済面、社会問題への懸念

「新しい生活様式」で認知症の人と家族が安心して暮らしていくための方法とは

今後の感染予防策では、手洗い・うがい・マスクの装着と、3密（密閉空間、密集場所、密接場面）の3条件がそろわないようにすること、施設などの共同で使用する物品の消毒も継続することになります。介護では、間近での会話や発声という密接場面は回避できません。まずは、介護者自身の心身の健康状態を継続的にチェックし、気になる症状がある場合には、認知症の人に近づかないようにするなど、感染させるリスクを避ける行動が大切です。

今後は、双方向コミュニケーション方法を含めた情報通信技術（ICT：Information and Communication Technology）の革新や、抗原検査体制の拡充などの整備によって、より良い介護方法が期待されますが、with/afterコロナ時代では「正しく恐れること」が基本となります。正しい情報をつかみながら、自身や他者への思いやりのある行動を心がけましょう。

最後に大事なことは、暮らしの中での認知症の人への接し方や関わり方だと思います。認知症の人は、時間や場所などがわかりにくいなどの見当識障害によって不安が常にあります。また周囲の雰囲気にも敏感に影響を受けがちです。そのような状況で会話を通じて、相手の表情や声などの情報を頼りに安心感を得ようとするのです。最近のマスクは大きな形状のため、口の動きを含む顔全体からの表情を読みとることができにくいだけでなく、声も聞き取りにくいのです。こうした互いにマスクを装着した会話から認知症の人が少しでも安心感を得るためには、

- ①声はやや大きめに、ゆっくりはっきりと話すこと
- ②目だけであっても笑顔を意識すること
- ③手などのジェスチャーをうまく使い表現すること
- ④手洗い・消毒を頻回に行いつつ適度なスキンシップを行うことが、日々の介護で大事なことです。



梶井文子（かじい ふみこ）先生の御略歴

東京医科歯科大学大学院医学系研究科保健衛生学専攻博士後期課程修了
東京大学医学部附属病院、時事通信社（株）健康管理室、おもて参道訪問看護ステーションで勤務

聖路加国際大学老年看護学で助手～准教授

2015年より東京慈恵会医科大学医学部看護学科老年看護学教授

看護学博士、看護師、管理栄養士、認知症ケア上級専門士（日本認知症ケア学会認定）。

研究：認知症者と家族のケア方法・システムの開発研究、地域高齢者の転倒予防研究