

「認知症世界の歩き方」：笈 祐介（かけい ゆうすけ）

壁にぶつかり、袋小路にはまり、なかなか出口にたどり着かないトンネル【服の袖トンネル】

－認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？－

《農村地帯から山を貫き、都会へと伸びるこのトンネルは、ほんのわずかな距離の一本道。しかし、入口から先を見通すことはできません。それはまるで、とてつもなく奥まで続いているブラックホールのようなようです。意を決して足を踏み入ると、あっという間に失ってしまう距離や方向の感覚。何度もぶつかってしまう壁。》

◆ 自分の「意思」と身体の「動き」にズレが生じる

- ① なんだか、自分の身体が自分のものでないように感じるがありました。朝から出かけるために、着替える時のことです。「服取ろうとするが距離感がつかめず服ががうまくつかめない」「服を着ようとしても腕をどこに通したらよいか分からない」「靴下をはこうとしても足が靴下に入らない」
- ② 義母から夫への伝言を頼まれた、メモ帳に書き留めたが、帰ってきた夫がメモを見て「なんて書いてあるのかわからない」メモを見てみるとまるでアラビア文字のような読めない字の羅列がありました。
- ③ お茶を飲もうとコップに手を伸ばすもののうまくつかめなく、つかめても自分の口元へ運ぶまでに何度もこぼしてしまいました。

◆ 服の脱ぎ着が難しくなる理由

- ① 自分の手足の位置や動かし方が分からなくなる。人の脳には「身体地図」というものがあり、認知機能障害により、その「身体地図」が分からなくなるため、手足の位置を把握したり、適切な位置に動かしたりすることが難しくなります。
- ② 空間を認識する能力の障害により、服全体を把握し奥行のある袖を見つけ、穴と自分の手の距離と方向をはかることができなくなります。
- ③ 動作の順番が分からなくなり、手順のどこかでわからなくなると、混乱してそれ以上先には進め無くのあるのです。（動作の手順：服をつかむ⇒服の形をを把握する⇒袖を持ち、頭を入れる⇒服の中で袖の穴を見つけて手を通す⇒袖から頭を出す）

◆ この障害が原因と考えられる生活の困りごと

- ① 対象物との距離を正確に把握できない
 - ・茶碗やコップがうまく持てない
 - ・洗濯物を干すのが難しい
 - ・買い物カートをうまく押せない
 - ・前の車と接近・衝突してしまう
 - ・歯磨き粉を歯ブラシの上に絞れない
- ② モノや空間の奥行きを認識できない
 - ・鍵の開け閉めが難しい
 - ・財布からお金が出せない、しまえない
 - ・カバンや袋からモノを出せない、しまえない
 - ・階段を降りるのが怖い
 - ・駐車が難しい
- ③ 自分の身体の位置や動きを適切に認識できない、動かせない
 - ・靴や靴下、スリッパを履くのが難しい
 - ・服を着るのが難しい
 - ・メイクをする、髭を剃る、アクセサリーを付けるの難しい
 - ・ふたや袋が開けられない
 - ・歯を上手に磨けない、磨き残しが多い
 - ・お湯と水の出し方（蛇口）がわからない
 - ・自転車のブレーキ「が上手く握れない
 - ・運動中、自分の身体を思い通りに動かせない
 - ・はさみを使うのが難しい
 - ・文字を正しくきれいに書けない

次回は連載その11「何度訪れても必ず迷ってしまう不思議な商店街」【二次元銀座商店街】