

「認知症世界の歩き方」：笈 祐介（かけい ゆうすけ） 「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】

－認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？－

《この世界で最も賑やかな通り、二次元銀座商店街。この街では、目の前の風景が平面の絵のように見えるため、「近い」「遠い」という感覚があまりありません。目の前の二次元の景色が全てで、その上歩いていると、東西は不意に入れ替わり、案内板はあらぬ方向を指し、目印の建物は突如消えてしまうカラクリの街・・・。》

◆ 距離・方向・奥行き・・・地図を読む感覚が失われていく

- ① 駅を出てから、自分がどちらの方向に向かえばよいのかまったく見当が付きません。目の前にあった立て看板の地図で確認してみました。現在地を確認し、地図と目の前の風景を交互に眺めるのですが、頭の中でこの2つがどうしても重ならなくて困った。
- ② 目的地のカフェにやっと着き、トイレを探したがトイレのマークが見つからない。何度も同じ場所をぐるぐる回ってやっと見つけました。なぜ1回で見つけれなかったのか自分でもわかりませんでした。
- ③ 駅から会社に向かって歩いていると、いつものウエディングのお店が改装中の変化を理解できず迷ってしまいました。

*通勤で迷わないために、家族と一緒に写真付きのオリジナルマップを作りました。道のりに見えてくる順番に写真を張り付け、写真と照らし合わせながら目的地の会社まで進めるようにしました。

◆ いつもの道で迷ってしまう理由

- ① 前後左右の方向感覚が失われてしまうためなのです。方向と距離、奥行きの感覚に障害を抱えることで、この関係を把握できなくなり、目的地に移動できなくなります。
- ② 見えていない道や建物を想像することが困難なためです。「2つ目の角を右に」と言われても、今、自分が立っている場所で右はわかっている「その先の角」がどこなのか想像ができないため、どこで右に曲がればよいか分からなくなるのです。
- ③ ランドマーク（目印）への注意と記憶が難しくなるため、前に進めなくなるのです。認知症のある方は、自分なりの目印を決めて移動すること多いため、目印の店が閉店・改装などでいつもと違う様子の混乱し、前に進めなくなるのです。
- ④ 地図と目の前に広がる景色を照らし合わせることが困難になり、何処に向かっていけばよいか分からない。

◆ この障害が原因と考えられる生活の困りごと

- ① 左右や東西南北など、方向感覚が失われる
 - ・ 出入口がわからなくなる
 - ⇒ 駅の構内で迷ってしまい、自分が何処から来たのか分からなくなり、出入口が見つけられない
 - ・ 道順を説明されても理解ができない
 - ⇒ 右と左はわかるが、先の空間でどこで曲がるのかわからない
 - ・ 本、新聞など改行がある文を読むのが難しい
 - ⇒ 改行があるとどこを読んでいたかわからなくなり、気づくと何度も同じ行を読んでいる
- ② 平面（二次元）の情報から空間（三次元）をイメージできない
 - ・ 矢印が指す方向がわからない
 - ⇒ 直進を示す矢印が「天井を示している」と思い、進めない
 - ・ 地図が読めない、地図上で自分がいまどこにいるのかわからない
 - ⇒ 地図上で自分と周囲の位置関係が把握できず、現在地や進むべき方向がわからない。
- ③ 視界の範囲が限定される、狭くなる
 - ・ 目の前のグラスや調味料を倒してしまう
 - ⇒ 目の前にある食器が目に入らず、食事中に自分の手を引っかけて倒してしまう。
 - ・ 隣を歩く人が見えなくなる
 - ⇒ 一緒にあるいていたはずの人が視界に入ってこなくなり、いなかったてしまったと思うときがある。
 - ・ 案内サインが見つけられない
 - ⇒ トイレのサインが壁から飛び出しておらず、壁にペタッと貼られていると視界に入らない
- ④ 空間全体や位置の把握に必要なランドマークを記憶（記銘・保持・想起）できない
 - ・ もと居た場所・来た場所にもどれない
 - ⇒ 駐車場で迷い車に戻れない。行きと違う出入口から出ると混乱する。トイレから出るとど席に戻れない。
 - ・ 自分の部屋や席がわからない
 - ⇒ 職場のオフィスがある階や自分のデスクがどこかわからず、迷ってしまう。

次回は連載その12「聞きたくもないのに人の会話が気になる謎のカクテルバー」【カクテルバーDANBO】