

## 「認知症世界の歩き方実戦編」：笈 祐介（かけい ゆうすけ） 「行くあてのないバスから、あなたは降りられるか」【実戦編ミステリーバス】

－PART I 対話編：認知症の方が生きる世界を知り、言葉を交わし、関係を深める－

《この世界には、乗り込んでしばらくすると記憶どんどん失ってしまって、行先がわからなくなる不思議なバス。実はこのバス、これまでの道のり（過去）、現在地（今）、旅のプラン（未来）が全部分からなくなってしまう、不思議な乗り物だったのです。》

実戦編では、「背景にある認知機能障害の理解」、「認知機能のトラブルに関する実在するケース」、「トラブルの背景にある認知機能障害のご本人の思いを推測する」、「トラブルに対するみんなで取り組むことができる具体的なアクションのアイデア」についてそれぞれの対話を通じて得られた内容です。

### ◆ 大切なことを覚えてられない理由

記憶のプロセスは、記録→保持→想起の3つで構成されています。このプロセスのどこかに障害があるとトラブルが発生します。

- ① 記録：知識、情報（約束した事実と日時・場所）を頭の中に取り込む。
- ② 保持：その情報を約束の時間まで蓄える
- ③ 想起：目的地に向かう行動をとる

### ◆ 電車から降りられない?!謎

定年退職後も、週2回電車を乗り継いで会社に通勤する勤さん。その日も、家を出て、自宅の最寄りの駅から電車に乗り込みました。

地下鉄への乗り換え駅まで20分ほどの乗車時間だったのですが、その日は「二次元銀座」駅に到着しても、降りることはできず、そのまま終点まで行ってしまいました。終点で運転手さんから「どこで降りたかったんですか？」と尋ねられても……。

次に、この出来事の中で、勤さんが経験した認知機能のトラブルを示している部分（推理の糸口）を探してみましょう。

### ◆ 推理（認知機能障害のご本人の思いを推測する）

- ① 駅名を聞いても、降車駅と気づけなかったのでは？  
なぜ電車に乗っているのか、分からなくなったのでは？  
⇒ 体験や行為を記憶できない。知識・情報を記憶できない。
- ② 電車とホームの間の溝が怖くて、降りられなかったのでは？  
⇒ モノや空間の奥行の存在を認識できない
- ③ 身体が思いどおりに動かず、降車口まで行けなかったのでは？  
⇒ 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。  
自分の思い（考え・意図）とは異なる行動をとってしまう。

### ◆ アイデア（トラブルに対するみんなで取り組むことができる具体的なアクション）

#### (1) アイデアのヒント

見える化（一目でわかる、伝えられる）、スロー（ゆっくり、急がない）、スマホ（便利な機能を使ってみよう）  
店員・運転手（なじみの店、人を頼りに）、シュミレーション（事前にためてみよう）、至れり尽くせり（全部やってみよう）

#### (2) ヒントからアイデアを

- ① 行き先や経路を書いた資料を持ち歩く  
⇒ 首にかけたパスケースにより周囲に周知する
- ② 降りる時間・場所を知らせるアラームをかける  
⇒ スマホに事前に「家を出る時間」「乗り換えや降車の時間」にアラームを設定し、内容を表示する
- ③ 通勤経路を事前に一緒に移動して予行演習をする  
⇒ ご本人が迷いやすいポイント、困難や恐怖を感じる場所の確認（オゾ丸移動地図、経路メモの作成）
- ④ 乗車時に、行先を運転手に伝える  
⇒ 人を頼りにする
- ⑤ 一人で移動するのをあきらめ、自家用車で送迎する  
⇒ 周囲が代わりにやってしまうことは、本人の尊厳を損ない、認知機能の低下にもつながる。

次回 正しい時間の流れを完全に失ってしまう、余にも奇妙な竜宮城【実戦編 トキシラズ宮殿】