

ウエルフェア健康大学での講演 — ウエルフェア2011・第14回国際福祉健康産業展 —

香 月 富士日・山 田 紀代美

平成23年5月20-22日に、名古屋市にてウエルフェアが行われた。ウエルフェアとは、名古屋市、愛知県、名古屋商工会議所等から構成されている名古屋国際見本市委員会が主催し、福祉に関する情報提供や意見交換をする場である。その中に、ウエルフェア健康大学があり、23年度においては、名古屋市立大学がその企画を全面的に支援することとなった。講師は各研究科から学部の特徴を考慮して選出され、看護学部からは山田教授と香月准教授の2名が参加することとなった。

5月20日に行われた山田教授の講演テーマは、「認知症高齢者とのコミュニケーション～伝わる会話をするために～」であった。受講者は283名（定員180名）で、内分けは、医療・福祉・介護関係者58.9%，看護学生14.6%，その他（大学生、会社員、公務員、自営、主婦など）であった。

5月22日に行われた香月准教授の講演テーマは、「介護者の抑うつとそのケア～介護する側のメンタルヘルス～」であった。受講者は218名（定員180名）で、内分けは、医療・福祉・介護関係者40.5%，看護学生14.2%，その他（大学生、会社員、公務員、自営、主婦など）で

あった。また、両講演とも看護学校の教員および学生が授業の一環として、団体に来られていたということであった。

終了後に受講者から具体的な評価という形でのフィードバックをいただく機会はなかったが、両テーマとも定員を大幅に超えていたことから、福祉関係者にとって関心の高い講演だったことがうかがえる。

【講演要旨：山田紀代美】

認知症高齢者とのコミュニケーション

～伝わる会話をするために～

認知症になり記憶も曖昧になる中で、認知症高齢者の多くの方は不安や焦燥感を感じているといわれている。このような認知症高齢者が自己の存在を確認し、孤独感を少なくすること、さらには質の高い生活を送るためには、関わる人たちとのコミュニケーションはとても重要である。しかし、実際にどのように認知症高齢者とコミュニケーションをとれば良いのか、悩んでいる方も多いのが実情と推察する。

そこで、認知症高齢者とのコミュニケーションを図る



ため、その基礎的な知識である、加齢による文法理解能力や表情の認知に関する研究データをもとに、認知症高齢者においては言語理解能力のどの能力が低下し、また低下しにくいのか、さらに表情の認知に関しては、高齢者の特徴、認知症になることでの変化など、感情に伴う表情認知の特徴について具体的な研究データを元に確認を行っていった。

最後に、認知症高齢者とのコミュニケーションが良好に行われるための方法について、講師が取り組んだ研究結果を提示することで、自己のコミュニケーション方法を改善するためのポイントについて提案を行った。

講演終了後には、受講者の方からたくさんの質問や感想をいただき、本テーマが認知症高齢者に関わる方にとっては日々試行錯誤で取り組んでいる課題であることを確信した。現段階において、これが正解ということを示唆することは難しいことであるが、関わる側が、認知症高齢者個々人のコミュニケーション能力をアセスメントし、認知症高齢者自身が求めていることをわかろうと努力する姿勢を持つことが重要であると思っている。今後も引き続き様々な方法で発信していきたいと思っている。

【講演要旨：香月富士日】

介護者の抑うつとそのケア

～介護する側のメンタルヘルス～

認知症などの慢性疾患の方を介護する家族や専門家は、常に持続するストレスにさらされている。そして、介護

する側のメンタルヘルスは悪化し、多くの介護者が抑うつ状態であることがわかっている。さらに、介護者のストレスは患者さんご本人の病状の経過に影響を及ぼし、悪循環に陥っていくことになる。今回のセミナーでは、認知行動療法や心理教育といった精神科臨床でよく使われる技法を用いた、介護する側のメンタルヘルス向上の方法を具体的に紹介した。

まず、ストレスについての基本的定義および介護者のストレスの特徴を説明した。その中で、過剰なストレスや慢性的なストレスとはどのようなものか、ストレスにかかわる個人的特徴とはどのようなものか（欲求や情動を意識的・無意識的に抑えた状態の持続・タイプA行動パターン・アレキシサイミアなど）を解説した。

次に、精神科臨床で日頃からよくつかわれている認知行動療法や心理教育の技法を解説し、認知症患者家族への実践方法などを説明した。また、過去の事例などを紹介した。

最後に、介護職者のストレスマネジメントとエンパワメントの方法として、講師が長年続けている看護師への介入方法について紹介し、介護職者への応用について提案した。

