

# 避難所における認知症の方への 配慮をお願いします



厚生労働省  
平成23年3月28日

## 認知症の方への配慮

- 認知症の方の避難所での生活には、十分な配慮が必要です。
- 認知症の方に見られる特徴としては、
  - ・ 場所や時間などがわからない
  - ・ 周囲で起きていることが正しく理解できない
  - ・ 身の回りのことができなくなる
  - ・ 物事を素早く理解したり判断することが難しくなるなどがあります。
- また、認知症の方は、環境の変化に大変影響を受けやすく、長期にわたる避難所生活によって徘徊や大声などの症状（行動・心理症状）を引き起こすことが心配されます。
- ちょっとした配慮で本人が安定し、家族や周囲の負担が軽減できることがあります。

認知症の方のご家族には、「気にしないで」などのひと声をかけて下さい。ご家族は安心できます。

(参考)

# 避難所生活における 認知症の方への配慮工夫の例：

## 1. よく話しかけ、お話にも耳を傾ける。穏やかに

誰にとっても状況が分からないことは不安。不安は興奮を来しやすくします。せつかく説明しても忘れられてしまうかもしれませんし、誰もが自分自身のことで精一杯ですが、無理にでもゆっくり、穏やかに会話をすることが明日のお互いの負担軽減につながります。

## 2. 静かな環境を（可能な範囲で）工夫する

避難所の出入口付近は騒々しくなりがちで興奮を来しやすく、また徘徊のある方は出て行ってしまいうやすいので、奥まった場所など、できるだけ静かな場所を探して確保しましょう。

## 3. 以前に近い規則正しい生活リズムを目指す

ただでさえ非日常的な避難所生活では、時間だけでも以前に近いリズムを心がけましょう。昼間に外を歩いたり、日光に当たったりすることが夜の安眠に繋がりやすいことが知られています。

## 4. そっと見守りつつ、必要に応じた声かけを

慣れない避難所生活への戸惑いや帰宅願望などにより徘徊して行方不明になる危険があります。身の回りのことも失敗しやすく、必要に応じて声をかけられるように複数の人間で見守りましょう。

## 5. 周囲の方々の理解と協力が大切

ご本人の性向や認知症自体についての情報共有をし、よく理解していただくことで、不要な誤解や諍いを避け、見守りなどの協力関係を築くことで介護負担を軽減したいものです。