

「認知症世界の歩き方」：笈 祐介（かけい ゆうすけ）  
「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】

－認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？－

《カウンターに座って恋人と会話を楽しんでいると、店の隅でヒソヒソと語られている会話が次から次へと大きく耳に響いて頭から離れてくれないのです。おかげで、隣に座っている恋人からは「人の話ちゃんと聞いている!？」と大目玉を食らう羽目に。》

人には、自分が必要な情報に特別な注意を向けて、集中するの能力が備わっています。しかし、その機能が損なわれたことで、まったく不要の声までなんでもすべて耳に入ってきてしまうとしたら……。

◆ 他人のヒソヒソ話を遮ることができない

- ① 町内会の会議で会長がマイクで話している最中、隣の人たちの話がやたらと耳に入ってきて、目の前の大きなマイクの声聞き取ることができなくなってしまったのです。
- ② メモを取りながら話を聞こうとしたのですが、話を聞こうとするとメモの手が止まり、メモを取ろうとすると話についていけなくなります。
- ③ 喫茶店で友達と会話中に、店外から救急車のサイレンが聞こえてきました。通り過ぎた後もずっと、私の耳ではサイレンの音が鳴り響いていて、友人との話に集中できなくなりました。
- ④ 家で夫の仕事の話を聞いていたとき、じっと夫の口元に集中してしていると、夫の口が縦に横に動いているその動きから、目が離せなくなって話の内容に注意が向けられなくなってしまいました。

◆ 人の話を聞けなくなる理由

- ① 私たちの脳は、五感から入ってくる大量の情報の中から、注意するもの、注意しないものを選択・切替えています。この操作の事を「注意」と呼びます。コーヒーを飲んでいる時は「コーヒーの味」に集中してほかのことに注意が向かないよう注意を制御しているのです。  
人の話が聞けなくなる理由の一つは、こうした注意の選択・切替・持続・制御が難しくなるためです。
- ② もう一つの理由は、注意の分配が難しいことです。カフェで話し込んでいる最中でも、のどが乾いたら合間にドリンクを飲んだり、店員さんが近づいて来たことを感じて呼び止め水を頼んだりします。このように人は自分の注意をいくつかのことに分配し、同時に働かせることで複数の行動をとることができます。この分配がうまくいかなければ、のどの渇きにきずかなかったり、店員さんが目の前を通っても全く目に入らなくなったりするのです。

◆ この障害が原因と考えられる生活の困りごと

- ① 聞くべき音・見るべきモノに集中できない
  - ・ 駅のアナウンスが聞こえない
  - ・ 運転中、信号・標識などに気がつかない
  - ・ 周囲の音が気になり、話が聞けない
  - ・ 書類を作っている、ほかのことが気になりミスしてしまう
- ② 複数のことを同時に実行できない
  - ・ レジで複数のことを言われると混乱する
  - ・ 出先で忘れ物をする
  - ・ 周囲に注意を払って歩くのが難しい
  - ・ 歌のリズムがとれない、伴奏にあわせられない
  - ・ 話を聞きながらメモするのが難しい
  - ・ スマホをゴミ箱に捨ててしまう
  - ・ アクセルとブレーキを踏み間違える⇒ハンドル操作に集中するため足に注意が向かず、間違えやすい
- ③ 頭と身体が短時間で疲れやすい
  - ・ ちょっとした作業で頭がいっぱいになる
  - ・ 少し本を読んだだけで疲れてしまう
- ④ 視覚・聴覚・臭覚が敏感になる
  - ・ 明るい照明が目指すように感じる
  - ・ 館内放送が耳障りで疲れてしまう
  - ・ 電車内の人の匂いに敏感になる
- ⑤ 特定のモノ・コトに目・耳・思考が固執し、他に注意を向けられない
  - ・ 特定の音が耳から離れない
  - ・ 口元の動きを見てしまい、話がきけない

次回は連載その13（最終回）「レジで支払が終わるまで数々の高い壁がそびえたってる」【カイケイの壁】