

「認知症世界の歩き方」：筧 祐介（かけい ゆうすけ） 視界とともに記憶まで真っ白に消し去ってしまう「ホワイトアウト溪谷」

－認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？－

記憶を真っ白に消し去ってしまう【ホワイトアウト溪谷】

《この世界には、深い霧と吹雪が、視界とともに真っ白に消し去ってしまう幻の溪谷がある。》

「目」と「記憶」には、驚くほど密接な関係がある。

私たちは想像以上に、目に頼っています。お気に入りの服も一度クローゼットの奥にしまうと、その存在を忘れて長年着そびれてしまったりします。

視覚と人の認知、そして記憶には、密接な関係があるのです。

戸棚、扉、冷蔵庫……実は、小さなホワイトアウト溪谷は、日常の隅々に存在します。

◆ 「目」と「記憶」には、驚くほど密接な関係がある。

『その日は、買い物中にトイレットペーパーが切れていたことを思い出し、購入したのですが……。家に戻ったところ、トイレの上にある収納棚にトイレットペーパーがぎっしり！「あれ」「こんなにたくさんあったの？」

「誰がいつ買ったんだろう？」私にはまったく身に覚えがありません。棚の戸を開けるたびに大量のトイレットペーパーを目にしてはいるのですが、戸を閉じて視界から消えると、記憶からも存在がきえてしまう』

⇒ 記憶障害によるものである。

◆ トイレットペーパーを何度も買ってきってしまう理由

- ① 単純に自分で買ったという行為を忘れてしまう（記録・保持・想起ができない：12月「ミステリーバス参照）
- ② 昔からの定期的な習慣になっていることや、特別な思い入れ・愛着（逆に苦労）がある場合、その行為をしよう・しなければならないという強い思いが頻繁に想定されてしまう
- ③ 今回の話の中心である視覚への依存によるもの。
「目に見えないもの＝存在しないもの」となってしまう ⇒ 棚に積まれたトイレットペーパーを見ている時は「十分ある」と思えても、扉を閉めた途端にその存在は記憶から亡くなり、何度も購入してしまう。

◆ 「目に見えないものは存在しない」ことによる困りごとの例

- ① 会社のご自分のパソコンのデスクトップにいくつかのフォルダがあるのですが、その中に何が入っているか想像することすらできない ⇒ 仕事が進まない
- ② 紙の資料を見てパソコンにデータ入力しようとすると、確認したばかりの数値が思い出せない。紙から目を離すとわからなくなる ⇒ 仕事が進まない
- ③ 冷蔵庫に買ったばかりのお肉や野菜をしまって、扉を閉じると、一瞬にして、今、自分が冷蔵庫に何を入れたのか、何が入っているのか分からなくなる ⇒ 何度も扉を開けてしまう
- ④ 夜トイレで目が覚めたが、トイレの場所が分からなくなってしまった ⇒ 全てのドアを開けてしまう

★ 次にこれら「心身機能障害と」その障害が原因と考えられる生活の困りごと

1. 見聞きしたこと・考えたことが瞬時に記憶から消える

- ① 会計の金額を覚えられない ⇒ お店のレジで金額を見ても、財布に視線を落とした瞬間忘れてしまう
- ② 聞いたことをあっという間に忘れる ⇒ メモをしたくても、「聞く」と「書く」を同時にできない
- ③ テレビで見た内容が頭に入らない・残らない ⇒ シーンが変わると何の話なのかさっぱり分からなくなる
- ④ データ入力が難しい ⇒ 視線を手元の資料と入力画面に並行して行き来させることが困難

2. 目に見えないものを頭の中で想像できない

- ① 服をしまった場所がわからない ⇒ いつもの場所にしまっても、戸が閉まってしまうと、わからなくなる。見つかるまであらゆる戸を開け閉めして探すことになる
- ② 冷蔵庫に何が入っているのかわからない ⇒ 食材を入れて扉を閉めた途端、中に何が入っているのか分からなくなり何度も開けて中を確認する。
- ③ 食器を洗って、適切な場所にしまうのが難しい ⇒ 水切りかごにある食器から乾いているものは片付け、洗ったものを新たにかごに置くなどの判断が難しい
- ④ トイレのドアがどれかわからない ⇒ 自宅でも、ドアの先が何の部屋であるかを忘れ、トイレの場所がわからなくなる。

次回は タイムスリップをしてしまい、過去の思い出に歩みを進めたいくなる【アルキタイヒルズ】