

「認知症世界の歩き方実戦編」：笈 祐介（かけい ゆうすけ） 「言葉も記号もない世界で、あなたはどう生きていく？」【対話編 「アレソレ飯店」】

－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、私たちが当たり前に使っている言葉や記号といったものが存在せず、注文方法が常識とはまったく異なる名店があるのです。

この店では、料理の名前を言葉が存在しないため、みんな「あれ!」「それ!」と注文します。

出てくる料理は、和食とも中華ともフレンチとも言いがたい、なんとも表見できないもの。

認知機能のトラブルにより、生活から言葉や記号が徐々に消えてゆく……

》

◆ アレソレ飯店の背景：揺らぐ、消える。言葉の概念（生活から言葉や記号が徐々に消えていく理由）

認知機能のトラブルにより、言語面では次の3つの障害に直面します。

1. 「イメージから単語を想起できない」

「あの俳優が出ている、あの映画……」と思い出してもタイトルが出てこない。外が黄色中が白いフルーツを食べたくても、「バナナ」という言葉が出てこない。何かの問いやきっかけがあっても、頭のどこかにはあるはずの「単語」を想起できないというトラブルです。

2. 「単語や記号から意味が想起できない」

「タイタニック」と聞いても、大ヒット映画でお馴染みの沈没した船の名前だとわからない。銀行のATMで「お引出し」と書いてあっても、何を意味しているか分からない。♻️のマークをみても、トイレだとわからない。銀座と聞いてもどんな場所かイメージできない。

このように単語や記号を見聞きしても、その意味が想起できなくなるトラブルです。

3. 「言葉を組み合わせて文章化できない」

私たちは「わたしは（主語）＋リンゴを（目的語）＋食べる（動詞）」と、複数の単語の組み合わせで文章を作ります。

この組み合わせを複数つくり、その文章同士をつなげることで、自分の意思を人に伝えます。複数の単語を想起し、適切な順序に並べ変えるのは、高度な認知機能なのです。

◆ ご飯を炊かなくなる?! 謎 この認知機能トラブルの推理

20年以上使っていた愛用の炊飯器が故障してしまいました。近所に住む妹さんができるだけ安全性が高く、便利な機能が充実した新品を買ってきてくれました。

しかし、その後しばらくして、文子さんはまったくご飯を炊かなくなり、お米をめっきり食べなくなりました。

1. ボタンに書いてある「炊飯」の意味が分からなかったのでは? ⇒ 「炊飯?? ご飯を炊くのはどのボタン??」

以前の炊飯器の時は、長年の経験から感覚的に「炊飯ボタン」を押していたと考えられます。しかし、新しい炊飯器では、感覚的にはわからず、言語のトラブルで「炊飯」の意味が理解できず、ボタンを押せなかった可能性があります。

2. ご飯の味や匂いが嫌なものに感じられたのでは? ⇒ 「ん?なに?このトイレみたいな臭い?!」

味覚や臭覚のトラブルにより、いままで大好きだったご飯の味や匂いに異変を感じたり、嫌なものに感じてしまっている可能性があります。

3. お米を量り、とき、ボタンを押す一連の手順がわからなかったのでは? 「お米を量って、スイッチを押し、水は……」

「ご飯を炊く」という行為を達成するまでには、「お米を量る→お釜に入れる→水を入れる→お米を研ぐ→水を適量に入れる→炊飯ボタンを押す」と実に多くの手順を経る必要があります。その手順の一つひとつで記憶・五感・空間認識・注意等の多くの障壁が待っています。

認知機能の低下により、どれか一つにつまづき、次の手順に進めない、もしくは適切な順番がわからなくなってしまった可能性が考えられます。

◆ アイデア

1. なじみの家電を修理して、できるだけ長く使う

⇒ 長年蓄積された経験記憶は長時間保持されているため、使い慣れていて、無意識に感覚的に使えるモノやサービスは、認知機能が低下しても、長く使用できることが多いようです。本人にとって使いやすいもので、使い続けられるものは、修理やメンテナンスをすることで大切に長く使うようにしましょう。

2. 一緒に炊いてみて、つまづくポイントを確認し、障壁を克服するためのオリジナルマニュアルをつくる

⇒ ごはんを炊くという手続き（プロセス）を、できるだけ細分化してみましょう。そのプロセスのどこでつまづくのか、障壁があるのかが明らかにできると、障壁を取り除くいろいろな工夫が可能です。今の家電は簡単のように見えて、機能がありすぎてわかりにくいところがあるものです。ご本人がつまづく箇所に対応した写真やイラスト付きのオリジナル取説を作るのもおすすめです。

3. ご本人と一緒に買い物について使いやすいものを一緒に選ぶ

⇒ 買い替える場合は、ご本人と一緒に実物を見て、実際に試してみて、ともに選ぶことです。ご本人が選ぶことで、自分のものだと思い、モノへの愛着が生まれ、使い続けようというモチベーションが高まります。

モチベーションが高ければ、多少つまづいた時にも、試行錯誤しながら最後までやり遂げようとするでしょう。日常生活の試行錯誤の積み重ねは、認知機能の維持のためにも大切なことです。