

# 『ライフサポーター KAI-GO! シリーズ』第7回 ご本人が見える世界をインタビューとデザインで解き明かす 「認知症世界の歩き方」



ダイバーシティ推進委員会 委員長 原 繭子

おかげさまで継続しております「ライフサポーターKAI-GO!」、第7回目を迎えました。このシリーズは、「介護」について職場の仲間や家族と話すことが「そんなの当たり前でしょ？今さら何か？」という日常を目指して、会員・準会員の皆さんに話題を提供する企画です。会報への掲載は隔月のため、今回で1年継続できたこととなります。引き続き、よろしくお付き合いくださいませ。

今回は、2021年9月21日に発行された新刊から選びました、「認知症世界の歩き方～認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？～」をご紹介します。

## 「認知症世界の歩き方～認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？～」

著者 笥 裕介 (issue+design代表、慶應義塾大学大学院健康マネジメント研究科特任教授)  
発行所 株式会社ライツ社

著者は医療業界の方ではなく、デザインのもつ「他人共感の力」を活

用しながら社会問題を市民とともに解決するプロジェクト（ソーシャルデザインプロジェクト）を実践する特定NPO法人イシュープラスデザインの代表者です。この書籍は、特定NPO法人イシュープラスデザインと、認知症とともにより良く生きる未来を目指す任意団体「認知症未来共創ハブ」の協力のもと作られました。

この書籍の第一印象は表紙の独特なイラストです。とある休日、久しぶりに出かけた大型書店で、いろいろな書籍を見ながら回遊していた時に、ふとこの書籍が目にとまりました。カラフルなイラスト、最初は大人向けの知的クイズの本かな？と手に取ったところ、よくよく見ると介護の本。それも旅行本として超有名な「地球の歩き方」を思わせる「世界の歩き方」というタイトル、「認知症のある方（以下、「ご本人」と記す）」を日常生活という旅に出ている旅人に見立て、旅に出るための地図が丁寧に描き込まれている。それだけでもこの本を作る方々の愛情が滲み出ています。

全体の構成は2部構成、第1部は「認知症ある方」が旅で直面するトラブル場面を13のストーリーに仕立てて「認知症のある方が生きている日常生活という名の世界」をご本人の視点から文章とイラストで詳解しています。第2部は「認知症とともに生きるための知恵を学ぶ旅のガイド」と銘打って、日々の生活において、ご本人にはどのように見えていて、周囲の方にはどのように見えているかを、対比的に詳解しています。「自分の生活において困っていることがあるが、その内容をうまく説明することができない」と言うご本人の気持ち、「本人に何が起きているのかよくわからない、だから今自分はどうしたら良いのかがわからない」と言う家族や周囲の方の気持ち、そんな日常生活のあるあるを丁寧に解説しています。

例えば、第1部では、「記憶が失われる時、ご本人にはどのようなことが起こるのか」について、バスに乗っている時、料理を作ろうとする時、といった具体的な場面を取り上げて、詳しく説明されています。またその説明の中では、統一感あるイ

ラストを使って図解されていて、言葉が読めなくても図を見れば理解できる工夫がされています。「記憶は、記銘、保持、想起の一連のプロセス」であるとか、ご本人が「思い出せない」「忘れた」という時の頭の中は、「頭の中にあるさまざまな情報から欲しい情報を取り出し結びつけることが困難になっている状態」などは、図がある方が断然頭に入りやすい!、と実感しました。

また、第2部では、旅に必要な知恵・心がまえ・ツール・情報がつまったガイドブックになっており、中でもご本人が他の人と繋がり自分の世界を広げる具体的な方法が紹介されているのが特徴的です。ご本人が高齢者の場合、生活上の問題が生じることに加えて体力不足などにより、なかなか外へ出かけにくくなったり、家族以外の人と交流することを避けようとするかもしれませんが、

それは記憶その他がうまくできなくなった自分に自信が持てなくなったり、他の人と繋がる方法がわからなくなっているから。よその人に迷惑をかけるのではないかと遠慮することも。そのような方に対して「気兼ねせず、このような方法がありますよ」と手を差し伸べてくれます。ページを捲るたびに、ご本人にも家族にも新しい展開が期待できるかもしれない!、と将来に希望を感じることができました。

またご本人と日々付き合っていく家族や周囲の方へのお役立ちとして、最後に付録「生活シーン別困りごと索引」が掲載されています。これは、お困りごとが発生した時にその解説ページが明示されている逆引き式の索引ですので、最初は気になるお困りごとを見つけてそのページから読み始めても良いかもしれません。

この書籍は「認知症のある方」約100名へのインタビューをもとに作られています。インタビューを分析し、言葉とイラストと一目でわかるデザインを用いて完成するまでには、相当に時間を要したことでしょう。「そうそう、そうですよね」と共感しながら読みました。

ご本人に見える世界を知ること、「何をすればご本人は安心して生きていけるのか」が分かることでもあります。自分の頭の中がよくわからない思いをされているご本人はもちろん、日常生活を共にする家族や周囲の方にとっても、この本は心から頼もしいガイドブックとなるでしょう。

ご本人、ご家族、周囲の方々、お一人お一人の心が休まる時間を作りたい、と思う方にお勧めします。

記事をお読みいただきましたご感想や企画記事のご提案等をお聞かせいただければ幸いです。どんなことでも結構ですので、ぜひご感想等お寄せください。

感想はこちらから ▶▶▶▶▶

