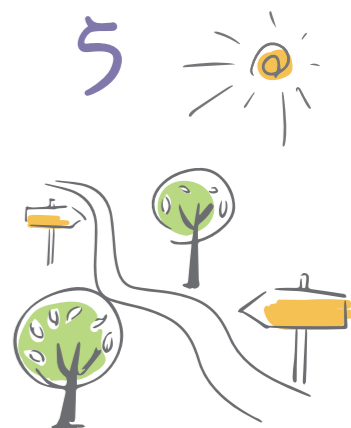


希望をかなえる ヘルプカードを知ろう



社会福祉士
新野 直紀

認知症の方も含めて本人が望む社会参加を続け、元気に暮らし続けることができ、道具の一つに「ヘルプカード」がござります。これまでのヘルプマークとの違いは、「希望をかなえるヘルプカード」は、認知症の本人用に創りだされた道具で本人が認知症に伴う不安や不自由を解消するために必要な内容を具体的に書ける余白があり、必要時のみ利用します。ヘルプマークと併用して活用する人もいます。

してスムーズにできるために、自分が使うカードです。周りの人に自分が望むことやちょっとわかってほしいこと、お願いしたいことを書いておき、必要な時にだけ見せて使います。使うメリットとしては

② 忘れても大丈夫
自分がやりたいことをするために大事なこと(どこで、いつ、何をなど)を、カードに書いておけば、忘れても確認できて安心ですし、人に伝えやすくなり、相手も何が必要かすぐにわかって役立ちます。

⑤ 緊急時や災害時の備えになる
ふだんから外出する時に持ち慣れていると、いざという場合に役立ちます。

① 自分をわかってもらえ
外見からは気づいてもらにくいことを、ヘルプカードで人に伝えることができます。自分を証明するものにもなりません。望みや不安、伝えたいことをわかってもらえまし、何を望み、何をやろうとしているのか、わかってもらえます。またその時々々の不安、困りごと、お願いしたいことを伝えることができます。

③ 話さなくても「伝わる」
話しくかったり、ことばが出にくくても、カードがあれば相手にスムーズに伝えることができます。コミュニケーションのきっかけになります。

④ パニックを防げる
焦ったり、パニックになりかけたりした時も、カードをもつ

るのは、本人自身です。周りの人が、この人は使えなくと決めつけないでください。本人の可能性やチャンスを奪ってしまふことになりません。本人が持たたいと思っていなかったり、納得しないまま周囲が持たせてしまふのもやめましよう。無理に持たせても本人が使わなかったり、ストレスになりがちです。認知症の診断を受けた直後からカードを使い始めることができると、落ち込みを防ぎ、自分なりの暮らしや希望を大切に、前向きに暮らしていくためのエンジンになる可能性があります。実際に希望の叶えるヘルプ

カードを作ってみましょう。カードは、人に何を伝えたいか、中身が肝心です。本人が自分に役立つ、持ちたくなるカードを楽しみながら作ってみましょう。仲間や支援者、家族など誰かと話をしながら作ると、書く内容がはつきりして使いやすくなります。まずは自分の暮らしを思い浮かべてみましょう。

希望をかなえるヘルプカードを 使いやすいまちに

地域のお店等がカードを活かす場面も見受けられます。認知症の人がヘルプカードを使うことを歓迎し、応援するお店や金融機関、交通機関が増えてきています。本人が必要かすぐわかり、関わりが楽になるからです。なじみ

のお客さんが利用し続けてくれることは、お店等にとってもうれしいことです。各市町村でも、認知症の人を応援するお店や企業が増えてきています。これからは次の一歩としてヘルプカードを使いやすいお店等がふえていくように、みんなが希望をかなえるヘルプカードがあることをお店等に紹介し、一緒に活かしてみる楽しい企画を

丹野智文さん談

ヘルプカードがあるので使ってみませんか？って言われても本人が必要だと思わなければ、使わない。アセスメントに則った質問ではなくて、世間話の中からやりたいことを聞く。「やりたいことをやるために不安がある、その不安をこういうカードを持つことで解消できますよね」という声かけをしてくれたら本人は「使ってみよう」と思うのではないですか。

ステップ 1
今自分が続けたいこと、やりたいこと、行きたいところは…?

ここに行く道を考えてください
東京ドームに行きたいです

ステップ 2
その途中で、不安なこと、ヒヤリとすることや困ることがある場面を、書き出したり、話したりしてみましょう。

家への帰り道を考えてください
目印は〇〇保育園です
そこまで行けば帰れます

ステップ 3
その場面で、周りにわかってほしいことやお願いしたいことを、書いてみましょう。

この操作を覚えてください
セルフレジで支払いたい
① わかってほしいこと、お願いしたいこと
② 自分がやりたいこと

社会福祉士／認知症介護指導者／認知症ケア上級専門士
認知症ケアマッピング上級ユーザー
新野 直紀
【今年から動き出したパーソン・センタード・ケア推進系の珍道中】
<http://www.kaigogoyoukiki.net/specialist/niino/>



BLOG >>