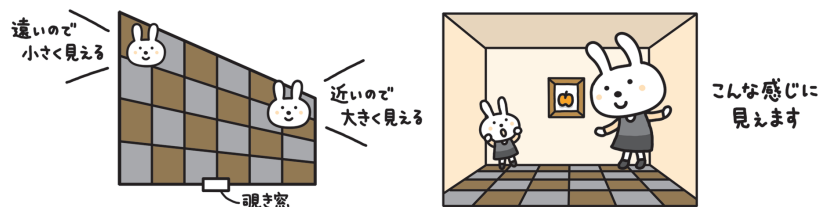


脳は意外とだまされやすい

「エイムズの部屋」という不思議な部屋があります。

同じくらいの背丈の人が部屋に入って決められた位置に立つと、窓から覗いた人には「天井にまで頭が届く巨人」と「とても小柄な人」が並んで立っているように見える、というものです。

これは、近くのもの大きく見え、遠くのものは小さく見える、という奥行きを利用したトリックアートです。横一列に並んでいるように見えますが、実際には手前と奥に立っており、かたや巨人、かたや小人に見えるのです。



このように、私たちも特殊な状況下では奥行きをうまく感じる事ができず、「巨人」に遭遇します。認知症の人が日常的にこのような体験をしているとしたら、少なからぬ不便や恐怖が生じることは簡単に想像できるでしょう。

恐怖を和らげる環境をつくろう

筆者が出会ってきた認知症のある人の中に、引き戸やエレベーターのレール部分を恐る恐るまたごうとする方がいました。何気ない境目であっても段差として認識し、恐怖を感じているようでした。



こうした恐怖を取り除くには、まずは境目や段差をなくするようなバリアフリー設計の環境を整えることが一番よい方法です。これは、つまずきによる転倒などの事故を防ぐことにもつながります。

ただ、居住環境の改修には多額のお金がかかります。資金の面で改修が難しい場合には、ドアのレールなどの境目が目立たなくなるように絨毯を敷く、踏み台やスロープを置いて段差を小さくしたりなくしたりする、などの工夫をしてみましょう。

外出先などの環境が整えられない状況で段差をこわがる様子が見られるときは、「大丈夫ですよ」などと声をかけて手をつないで一緒に歩く、心の準備が整うまで急かさず待つなど、認知症の人の恐怖を少しでも和らげられるようにすることが大切です。

- ▶ 本人の恐怖感を和らげられる環境づくりが大切です。絨毯や踏み台、スロープなどを活用してみましょう。
- ▶ 声かけや手をつなぐなどの心理的な支援もできると Good です。