講師の　六角　僚子　先生は　東京工科大学医療保険学部看護学科の教授の一方　デイサービスセンター{お多福}（昔ながらの民家を思わせる施設）　を3件　運営している。そして　実際に　認知症になった人から　教わったことを　話してもらった。ポールウオーキング体験教室での　高齢者への対応という意味でも　大変勉強になった。

「症状だけでなく　背景にも目を向ける。」という言葉は　とくに困った症状や行動への対応に追われがちだが　その背景に目を向けることが重要だと　話されたのが　印象的でした。

　事例として　不安な時に　ひとは　手を叩いたり大声を発する　また　自分の安心できるところに戻りとじこもりたくなる。　それを「うるさい」と言って　強制的にすわらせたり　「どこにでていくのここが　お家でしょ」　と　強制的に　部屋に閉じ込めるようなことをすると　行動をおさえられるのであばれるという症状になってしまう。認知症の患者さんではなく　その人らしさを尊重したケアーをめざすというお話は　ポールウオーキングの体験教室でも　同じだと思いました。

　認知症の症状には　かならずみられる中核症状がある。周辺状況は人によって現れ方が　さまざまである。記憶障害・見当識障害・実行機能障害の中核症状について　認知症の人が　症状･行動をとおしてなにをうったえているのかという考える癖を持つ必要性を話されていました。

　赤ちゃん時代からだんだん獲得してきた　知識や行動は　認知症になると　おとなから　赤ちやんに　かえっていくのだから　お箸をみても　なににつかうか理解できない(赤ちゃんに　お箸をみせても　なになのか　どのようにつかうのか　わからないのと同じ）　ただし　手

に持たせると　長年　つかっていたので箸を使って　食事をするこができる。　また　おかずも　1品ずつだと　認識するが　1プレートにたくさんおかずをのせると　赤ちゃんと同じで　ご飯の上に全てのせてしまい　手でかきまぜてしまう。

　また　水洗トイレも　認知症のかたには　洗面所にみえて　そこでおしっこはできないので　トイレのすみで　おしっこをしてしまう。

安心して暮らせる環境づくりが必要で　水洗トイレも　馴染みのない人にとっては　上記の例のように見えない壁になっている場合もある。そういうことも考え　お多福は　(昔ながらの民家を思わせる施設)にしているのだと思った。

また　健常者は　時間の流れの中に　住んでいるから　計画や予定がたてられるが　認知症の方々は　点で　存在しているので　日めくりカレンダーを置いたり季節のわかるものを置いたり　会話の中に時間を表現していくことが大切であると　話されました。

　最後に「重度の認知症の女性が亡くなった後に見付かった詩です。」と　動画に合わせて　見せてくれた　詩が大変印象的でした。

～私をもっとよく見て！～

何が見えるの、看護婦さん、あなたには何が見えるの
あなたが私を見るとき、こう思っているのでしょう

気むずかしいおばあさん、利口じゃないし、日常生活もおぼつかなく
目をうつろにさまよわせて食べ物をぽろぽろこぼし、返事もしない

あなたが大声で「お願いだからやってみて」と言ってもあなたのしていることに気づかないようでいつもいつも靴下や靴をなくしてばかりいる

おもしろいのかおもしろくないのかあなたの言いなりになっている
長い一日を埋めるためにお風呂を使ったり食事をしたり

これがあなたの考えていること、あなたが見ているものではありませんか　でも目を開けてごらんなさい、看護婦さん、あなたは私を見てはいないのですよ

私がだれなのか教えてあげましょう、ここにじっと座っているこの私があなたの命ずるままに起き上がるこの私が、誰なのか

私は十歳の子供でした。父がいて、母がいて　きょうだいがいて、
みなお互いに愛し合っていました
１６歳の少女は足に翼をつけて　もうすぐ恋人に会えることを夢見ていました
２０歳でもう花嫁。守ると約束した誓いを胸にきざんで私の心は踊っていました
２５歳で私は子供を産みました、その子たちには安全で幸福な家庭が必要でした
３０歳、子供はみるみる大きくなる、永遠に続くはずのきずなで母子は互いに結ばれて
４０歳、息子たちは成長し、行ってしまった　でも夫はそばにいて、私が悲しまないように見守ってくれました
５０歳、もう一度赤ん坊が膝の上で遊びました、愛する夫と私はふたたび子供に会ったのです
暗い日々が訪れました。夫が死んだのです、先のことを考え・・・不安で震えました

息子たちはみな自分の子供を育てている最中でしたから、それで私は、過ごしてきた年月と愛のことを考えました
いま私はおばあさんになりました。

自然の女神は残酷です　老人をまるで馬鹿のように見せるのは、自然の女神の悪い冗談　身体はぼろぼろ、優美さも気力も失せ、　かつて心があったところにいまでは石ころがあるだけ

でもこの古ぼけた肉体の残骸にはまだ少女が住んでいて
何度も何度も私の使い古しの心はふくらむ喜びを思い出し、苦しみを思い出す　そして人生をもう一度愛して生き直す

年月はあまりに短すぎ、あまりに早く過ぎてしまったと私は思うの
そして何ものも永遠ではないという厳しい現実を受け入れるのです

だから目を開けてよ、看護婦さん・・・目を開けて見てください
気むずかしいおばあさんではなくて、「私」をもっと良くみて！

ご本人が亡くなってから病棟看護師によって発見され、深い感銘を受け看護師全員に配布されたそうです。

私たちが出来ることは、生きておられるときに「その人の思いに気づく」事です。　認知症になった人は　変われないのだから　わたしたちが変わるしかないんだという　ことだと思いました。そのためには　相手をよく知ることだと思いました。

ポールウオーキングの体験教室に来られる方に　変化を求めるのではなく　相手に合わせたサービスを提供することが　BCコーチではなくアデバンテストコーチである　我々の役割ではないかとおもいました。