



# デイケア通信 ~6月号~

ジメジメとした少し嫌な梅雨の季節に入りましたね。しかし雲の切れ間からときどき覗く太陽が、雨に濡れたあじさいをより一層きれいに見せてくれたりと幻想的なこともありますね。

## 6月行事報告



6月19日(土)花フェスタ記念公園に遠足に行く予定でしたが、雨がいつ降り始めるかわからない天気だったので、残念ながら中止とさせていただきました。

リハビリ体操で身体をほぐしてから、風船バレーをしました。以前、リハビリ日誌でも掲載したと思いますが風船バレーって意外と難しいのです。強く打つと天井に当たったり、誰もいない方向へと飛んでいってしまいます。また、弱いと届かずに床に落ちてしまいます。

無言で風船バレーをするよりは数を数えながらの方が盛り上がりました。目標まであと3回の所で残念ながら落ちてしまい、ため息がもれました。しかし目標を達成すると歓声がわきました。

その後、家族の方も交えての輪投げ大会でさらに盛り上がりました。なぜなら、的がお菓子だったからです。みなさん目当ての品めがけて投げましたが、なかなか難しかったようです。

体を動かしてお腹もすいたところでお弁当となりました。お弁当が届くまでの間に、プランターで育てたじゃが芋の煮物を食べて頂きました。感想を聞くと「ほこつておいしいわ」と好評でした。お弁当も「ちょうどいい味付けになっている」と、いつもより箸が進んでいる方が多かったです。

## 7月行事予定

日時 7月14日(水)・15日(木)  
内容 デイケア夏祭り  
\*レクリエーションの一環として行います。

日時 7月17日(土)  
内容 サントピア夏祭り  
\*詳しくは、すでに郵送された案内をご覧ください。

## 8月行事予定

日時 未定  
内容 流しそうめん  
\*後日、案内させていただきます

## 7月の床屋

14日(水)  
15日(木)  
\*ご希望の方は理美容申込書に記入し、お渡し下さい。





# 「加齢によるもの忘れと、認知症によるもの忘れ」

一言で説明すると、加齢によるもの忘れは体験の一部分のもの忘れ。認知症のもの忘れは、体験全体を忘れてしまうということです。よく使われる例は、「夕食に何を食べたかは忘れてしまうが、夕食をとったことは覚えている」というものが、「加齢によるもの忘れ」。「夕食をとったこと自体を忘れてしまう」のが「認知症のもの忘れ」です。もう一つ例をあげると、「友人と電話した約束の一部を忘れた」というのは「加齢によるもの忘れ」でよくあることですが、「電話の内容はもちろんのこと、友人に電話したことすら記憶になく、忘れた自覚もない」のが、「認知症によるもの忘れ」です。そして友人に対して電話をした覚えはないなどと言ったりすることもあります。



確か・・・こんな漢字  
だったような。

## 加齢によるもの忘れ

### 体験の一部分のもの忘れ

もの忘れの自覚がある  
もの忘れは進行しない  
日常生活に支障はない

●記憶の連続性／あり  
過去 → 現在



一部が  
抜け落ち

## 認知症によるもの忘れ

### 体験全体のもの忘れ

もの忘れの自覚がない  
もの忘れが進行する  
日常生活に支障が起こる

●記憶の連続性／なし  
過去 → 現在



全体が  
抜け落ち

上の図のように人の記憶は、過去から現在までの様々な出来事の記憶の連続で、それがつながって物語となり、その人の人生歴になります。

加齢によるもの忘れは出来事の記憶の一部が抜け落ちるけれども、記憶の連続性物語は保たれているので、何かのきっかけで思い出すことができます。

他方、認知症によるもの忘れは、ある期間の出来事全体が抜け落ちてしまい、きっかけをもらっても思い出すことが困難となります。また、自分がどんな行動をして生きてきたのか、つじつまの合う物語にならないため自信をなくしたり、不安、焦りなどといったことから、周りトラブルになることもしばしばあります。