

2024 みんなDE学ぼう 認知症予防教室

のぞと診療所認知症予防教室グループ発行

「失行・失認について」

第60回 2024/11/28 開催！



今回は認知症の中核症状「失行・失認」についてのお話でした。失行とは、意思や身体能力は問題ないのに適切な行動ができなくなる状態（例：箸が使えなくなる）・失認とは、視覚や聴覚などの五感の問題ないのに認識・理解ができなくなる状態（例：身近な人が認識できなくなる）を指します。



患者さんによって失行失認の症状は様々ですが、認知症とはこういった病気なんだと周囲の人間が理解することによって、患者さんの不安を取り除くことができるとお話しされていました。講義に使用したスライド・漢字の足し算クイズを別紙で公開中です！

（参加希望は06-4808-8151まで）

今後の予定

第61回 12/22

第62回 R7/1/23

毎月第4週木曜日

14時より定例開催中！



みなさんのお声



興津さんの3の倍数で手を叩いてくださいという体操を聞いた時、世界のナベアツを思い出していました。3の倍数でバカになっていました。

漢字の足し算で字を作るのが面白かった。脳トレの動きも少しずつうまくなってきました。

脳トレ、北川さんの手遊び、興津さんの体操、大野先生のお話し、全て久しぶりでドキドキしていました。ありがとうございました。

コグニステップ



コグニステップは、コグニサイズという運動と認知課題を組み合わせた認知症予防活動のひとつです。別ページにやり方を載せているので、是非ご自宅でも挑戦してください！
国立長寿医療研究センター コグニサイズのパンフレットより引用

立ってコグニサイズ

1人でできる
コグニサイズ①

コグニステップ 右横・左横にステップ

ステップ運動 + 3の倍数で拍手

STEP
1



大きく動かす



右足を元に戻す。

STEP
2



STEP
3



左足を元に戻す。ここまでが1セット
「20まで」など、数を決めて行う。

STEP
4



STEP1～STEP4を繰り返し行いましょう!

ポイント

- 数字は声に出して数えましょう。また、3の倍数の時は声に出さない、とすると認知課題の難易度が上がります。
- 拍手する数を変える(例:5の倍数、7の倍数)、拍手を別の動作に変える(頭を触る、おなかを触る)などして、アレンジしましょう。

座ってコグニサイズ(イス座位)

1人でできる
コグニサイズ⑥

椅子に座ってコグニサイズ

数字を数えながら、からだタッチ + 3の倍数でグータッチ👏

1 右手で左膝

2 左手で右膝

3 右手で左足首

4 左手で右足首

1～4を繰り返す

STEP 1 あげる

STEP 2

STEP 3

STEP 4

STEP 5

STEP 6

STEP 7

STEP 8

STEP 9

STEP 10

STEP1～STEP10
を繰り返し行いましょう!

ポイント

- 慣れてきたら、課題を変えて行いましょう。
「タッチする順番を変える(足首を先に、など)」「グータッチする数字を変える(5の倍数、7の倍数、など)」「タッチするからだの部位を変える(肩、頭)」など。



漢字の足し算

問題

これらの漢字を組み合わせて、1文字の漢字を作ってください。

答え

第一問

箱

第二問

聖

第三問

椿

第四問

霰

第五問

鱈



漢字の足し算

問題

これらの漢字を組み合わせて、1文字の漢字を作ってください。

第一問

(竹 + 木 + 目 =

第二問

耳 + 口 + 王 =

第三問

(木 + 春 =

第四問

雨 + 散 =

第五問

魚 + 雪 =



漢字の足し算

問題

これらの漢字を組み合わせて、1文字の漢字を作ってください。

答え

第一問

碧

第二問

虹

第三問

誠

第四問

童

第五問

望



漢字の足し算

問題

これらの漢字を組み合わせて、1文字の漢字を作ってください。

第一問

王 + 白 + 石 =

第二問

虫 + 工 =

第三問

言 + 成 =

第四問

立 + 里 =

第五問

亡 + 月 + 王 =

(中核症状の話その4)
失行・失認について

【失行】

- 意思や身体能力は問題ないのに日常生活で慣れ親しんだ動作を適切に行えなくなる状態
- 学習して身につけた動作がうまく行えなくなる認知機能障害

行動を失う病気が

• 【失認】

- 失認とは？見たり聞いたり触ったりする器官はしっかり働いているの認識できない
- (わかりにくいのでビデオで説明しますね)

• **認識を失う病気**

失行と失認の違いは
「行動が出来なくなる」失行
「理解が出来なくなる」失認

- 失行とは、日常的に行っていた習慣が出来なくなってきました
- 「歯ブラシを持たせても磨こうとせずぼんやりしている」
- 「服を手渡しても着ようとしない」
- 「服は着たのにボタンを留めようとしない」
- 個人差があり、どんなことができなくなるかは人それぞれで片側の腕や脚、顔面、口、発語のいずれかに現れることが多いのが特徴です。

- 失認とは「視覚・聴覚などの感覚器や感覚経路に障害がないのに、対象となるものがないか分からない状態」

ご飯を食べるといふ動作の場合

失行



- ①お茶碗を持ち、
 - ②箸でご飯をつまみ、
 - ③ご飯を口まで運ぶ、
 - ④口を開ける、
 - ⑤ご飯だけを口に含み咀嚼する
 - ⑥咀嚼ができたら、飲み込む
- 動作がわからなくて食べられない

失認



- ①ご飯がわからない
 - ②お肉がわからない
 - ③お吸い物がわからない
 - ④箸がわからない
- などモノの理解力が低下している状態です

失行症状のいろいろ

- 運動障害ないのにまとまった動作行為ができない
 - ⑤無意識の時はできても指示された時はできないということも
 - 一人では歯磨きはできているのに「歯磨きの真似をして」といわれてもできない
 - 会話中には笑っているのに「笑って見せて」と指示されると笑い顔が作れない
- 例えば
- ①箸が使えない (箸を渡しても食事をする動作ができない)
 - ③使い慣れた電化製品の使い方がわからない
 - ④図形がうまくかけない

●失認の分類

- 視覚失認 見えてはいるが、それが何かを認知できない状態
- 聴覚失認 聞こえてはいるが、音楽と雑音の違いなど、音の意味がわからない状態
- 触覚失認 触覚は保たれてはいるが、何を触っているかわからない状態
- 身体失認 体の空間像や位置関係が認知できない状態

失行・失認の人への接し方

- 患者さんそれぞれの症状はとでも違っていて該当する患者さんについてのケアの専門家の意見を聞いて対処のすることになります（どんな場合でもこうすればいいという方法はないようです）
- 失行や失認の症状のある人は自立した生活が困難となる場合が多く、ご家族も対応に大変であることを理解しましょう。
- 失行失認という症状も認知症の病状の一つにはあるということを理解して相手の不安や自尊心を気をつけないように気をつけましょう

失認の例

- 日常慣れ親しんでいるものが何か分からなくなる。
- 身近な人など、認知できなくなる。
- 物の大きさや形、色など認識できなくなる。
- 進行すると、自分のことも認識できなくなることがある。

