

同じ食材を何度も買ってしまおう

冷蔵庫の中身を 確認する	<input type="checkbox"/> 冷蔵庫の中身をメモしてから出かける
	POINT! 出かけるときに何があるかをメモすると、同じものを買うことが少なくなる場合があります。繰り返し買って来るものを目につきやすいところに置いておき確認しやすくします。
不安を共有する	<input type="checkbox"/> よく買いすぎてしまうものは、どうして買いたくなるか少し話してみる
	POINT! なくなるのが不安なら、在庫を切らさないように、タイミングを考えて、家族に勝っておいてもらったり、置き場所を決めておくいたりして、在庫がなくなった不安を経験しないような工夫を考えることもできます。
消費する方法 を考える	<input type="checkbox"/> 介護支援専門員に相談し、生活援助で食材を積極的に使ってもらえるようヘルパーに伝えてもらう
	<input type="checkbox"/> 早く食べてほしいものは冷蔵庫の手前に置く
お店の協力を得る	<input type="checkbox"/> 同じものを買おうとしていたら、お店の人に別のものを勧めてもらう
	POINT! お店の協力が得られる場合の対応です。お店などに対し「サポーター養成講座*」を受けてもらえると効果的です。

*認知症サポーター養成講座…地域住民等を対象とした認知症の人のことを理解してもらうための講座です。例えば地域包括支援センターなどにあるキャラバンメイトに講義をしてもらうことができます。



本冊子は、国立研究法人「医療研究開発機構（AMED）」の認知症開発研究費「血液バイオマーカーと神経画像検査による BPSD の生物学的基盤の解明、および認知症者の層別化に基づいた BPSD ケア・介入手法の開発研究」の分担研究「BPSD ケアレジ研究と J-BIRD-PNB における非生物学的収集項目決定と質管理」の成果物として作成しました。

本冊子の作成にあたっては、認知症介護研究・研修仙台センター開発「初めての認知症介護」の構成を参考にしました。

発行：認知症介護研究・研修東京センター

笑顔で過ごしたい 認知症の人と家族のための暮らし方のヒント



⑤ 同じものを何度も買ってしまおう時には？

こんな場面ありませんか？

同じ食材を買ってしまう、シャンプーやたわしなど、同じものを何回も買ってしまう



この冊子では、現場での実践や支援の知を参考に認知症の人と家族がともに暮らすときのヒントをまとめています。

■順番に読む必要はありません。気になるところから使えます。

■すべてを行う必要はありません。合うものだけ選べます。

■うまくいかないときは、やり方を変えても大丈夫です

Q. どうして同じものを何度も買うことがあるの？



A1. 記憶障害があるため

記憶障害がある場合、買わなくていいからね、等と伝えても、覚えておられず買ってくる場合があります。

試してみたいこと

メモを活用する

例えば財布に買わなくていいものを書いたメモを入れておくと見てくれることがあります。

消費する方法を考える

近所に配るなど消費する方法を考えるのも一つの対策です。

A2. 気になっているから

何度も買うものは、買い物のときにそれを買わないという気持ちになっていると推測できます。本人にとって、気になるもの、大事なものということができるでしょう。

試してみたいこと

切らさないようにする

何度も買ってしまうものを切らさないようにすると、安心感が出てくる場合があります。

目につくところに置いておく

何度も買ってしまうものを、よく目に触れるところに置いておくと、「これはあるね」という安心感が生まれる場合があります。

おすすめしない伝え方



■もう、買ってこないで！と強く言う。

認知症の人は、出来事の内容は覚えていられませんが、不安や不快といった感情の記憶は残ります。例えば「食パンはもう買わないで！」などと強く言うと、それが記憶に残って、かえって何度も食パンを買ってしまうという場合もあります。

試してみたいこと

同じものを何度も買ってくる場合の対応

在庫を目に付くところにおいておく	<input type="checkbox"/> 財布に買わなくていいものを書いたメモを入れておく POINT! 同じ物を買ってくることは、失敗ではなく“本人なりの安心の探し方”かもしれません。
買いすぎた時は、消費する方法を考える	<input type="checkbox"/> 普段本人がお世話になっている人に配る <input type="checkbox"/> 本人の家族に使ってもらう POINT! 本人に「買わなくていいからね」等と伝えても、覚えておられず買ってしまうことがあります。無理に覚えてもらおうとすると、本人も家族も疲れます。消費する方法を考えるのも一つの方法です。
お店の協力を得る	<input type="checkbox"/> 同じものを買おうとしていたら、お店の人に別のものを勧めってもらう POINT! お店の協力が得られる場合の対応です。お店の店員さんなどに対し「サポーター養成講座*」を受けてもらえると効果的です。

* 認知症サポーター養成講座…地域住民等を対象とした認知症の人のことを理解してもらうための講座です。例えば地域包括支援センターなどにいるキャラバンメイトに講義をしてもらうことができます。

谷折り

