

『認知症？？？ そもそも論』

通所介護塾 第8回ケアリボン研修会

今日のメニュー

1. 最近気になること／感じること
2. 繋がるということ
3. そもそも「認知症」とは何か？
4. 生活と環境の影響について
5. 支援の3つのステージ(おまけ)
6. まとめ

自己紹介

両隣の方と自己紹介し合ってください

人は人やものとの関係の中で 自己の在り方を認識している

- 強制的に知らない場所や更にまったく知らない人達の中で、これから過ごさなければならないとした時、お互いに少しでも知ることができたら、ちょっと安心します。
- お互いに少し気持ちが楽になれるはずです。
- 関係の構築は、そこからスタートだと思うな。

どう繋がるか？
どう繋がっていますか？
どう繋がりたいですか？

1. 最近気になること／感じている事
50歳を過ぎた頃から・・・

皆さんは、数日間の間と同じ雑誌を
買っちゃったことありませんか？

その他、最近気になること

- 自分の唾液で誤嚥する「へんなところはいった」
 - 口から出て来る言葉と言いたい言葉が違う
 - 「車のウォッシャー液をウォシュレットと言う」
 - 『ん～ん～』と知らないうちに言っている
 - 予定を忘れている
 - 人の名前が覚えられない
 - 朝起きたら足腰の節々が痛い
 - 筋肉痛が遅れる
 - 涙もろくなった
- などなど

最近気になること

皆さんは何と繋がっていますか？
何と繋がっていると安心ですか？

なぜ、さわり・ふれるのか ～仮説～

- 失われていく世界とのつながり
- 失われていく自己
- 自分を探す旅
- 誰かと何かと繋がりたい 繋がっていたい
- 繋がっている事での安心するのではないか

時間を飛び交う主観的経験

- ~誰にでも起こりうること・起っていること~
- 『認知症の状態にある人は、時間や空間のズレや穴を埋めようとしている』
- 僕たちの仕事は、そこで起きる気持、感情、想いを慮ることから始まる
- そうして人や物との関係はできていく

人は常に何かと繋がっている

そのことで様々な関係と
自分とのバランスを保っている
(人 物 地域 感じる全てetc)

そもそも認知症とは何か？

厚生労働省のHP

- 認知症とは「生後いったん正常に発達した種々の精神機能が慢性的に減退・消失することで、日常生活・社会生活を営めない状態」をいいます。

WHO(世界保健機関)の定義

- いったん発達した知能が、様々な原因で持続的に低下した状態(年をとってもの忘れがひどくなり、生活に支障が出ること)。
- 認知症とは、通常、慢性あるいは進行性の脳の疾患によって生じ、記憶、思考、見当識、概念、理解、計算、学習、言語、判断など多数の高次脳機能の障害からなる症候群である。
- ごく普通に社会生活を送ってきた人が、主に老年期に慢性の脳機能障害に陥り、判断能力等が異常に低下して社会生活に支障をきたす「認知(知能)障害」です。

ウィキペディア

- 認知症(にんちしょう、[英](#): Dementia、[独](#): Demenz)は、後天的な脳の器質的障害により、いったん正常に発達した知能が低下した状態をいう。これに比し、先天的に脳の器質的障害があり、運動の障害や知能発達面での障害などが現れる状態は知的障害、先天的に認知の障害がある場合は認知障害という。[犬](#)や[猫](#)などヒト以外でも発症する。

認知症対応型通所介護

基準省令から見る目的

要介護状態となった場合においても、その認知症(法第五条の二に規定する認知症をいう。以下同じ。)である利用者(その者の認知症の原因となる疾患が急性の状態にある者を除く。以下同じ。)が可能な限りその居宅において、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な日常生活上の世話及び機能訓練を行うことにより、利用者の社会的孤立感の解消及び心身の機能の維持並びに利用者の家族の身体的及び精神的負担の軽減を図るものでなければならない。

認知症とは(介護保険法上の定義)

(認知症に関する調査研究の推進等)

第五条の二 国及び地方公共団体は、被保険者に対して認知症(脳血管疾患、アルツハイマー病その他の要因に基づく脳の器質的な変化により日常生活に支障が生じる程度にまで記憶機能及びその他の認知機能が低下した状態をいう。以下同じ。)に係る適切な保健医療サービス及び福祉サービスを提供するため、認知症の予防、診断及び治療並びに認知症である者の心身の特性に応じた介護方法に関する調査研究の推進並びにその成果の活用に努めるとともに、認知症である者の支援に係る人材の確保及び資質の向上を図るために必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

その1

脳血管疾患、アルツハイマー 病その他の要因に基づく

原因となる疾患
約70～100

その2

脳の器質的な変化により

脳という器が壊れてゆく

その3

記憶機能及びその他の 認知機能が低下した状態

知的な能力が衰えてゆく

認知機能とは

記憶の機能

- ・思い出す、覚える機能

見当識の機能

- ・時間や場所の見当をつける機能
- ・物の名前を見当をつける機能

実行機能(行為／認識／言語など)

- ・生活するための行為
(着替え・買い物・掃除・料理・トイレの始末等)
- ・言葉で伝えること
- ・字が書くこと
- ・判断をすること
- ・計算をすること
- ・同時に複数の事を行うこと 等々

その4

日常生活に支障が生じる 程度にまで

生活に困難さが出てくる

例えば『お茶を飲む』

皆さんで考えてみましょう！

～「お茶を飲むまで」の思考と認知と行為と関係～

- お茶が飲みたいと思う
- 正座の状態からテーブルに両手をつく
- 左足は立てひざを保つ
- 右の足の裏を床につける
- テーブルに置いた両手に体重をかける(この時点で、よっこいしょ!と出る)
- 左の足の裏を床につける
- 前傾姿勢を両手で支える
- 腰を伸ばしながら立ち上がる
- 台所へ向きを変える
- 台所へ歩く
- お湯を沸かそうと思う
- やかんを手にする
- やかんのふたととる
- やかんの水を入れる口を水道の蛇口に合わせる
- 左手にやかんを持ち
- 右手で蛇口をひねる
- 水の量を確認しながら適量を入れる
- やかんのふたを閉める

～「お茶を飲むまで」の認知と行為と関係～

- やかんをコンロに置く
- コンロのダイヤルを回す
- 火力を調節する
- やかんの様子を気にかける
- お茶っ葉のある場所の見当をつける
- 左手で食器棚の扉を開ける
- お茶っ葉の入った筒を探す
- 右手で食器棚からお茶っ葉が入った筒を取り出し置く
- 食器棚から急須を取り出し置く
- 食器棚から湯飲み茶碗を取り出し置く
- 食器棚の扉を閉める
- お茶っ葉の入った筒のふたを開ける
- 筒のふたを左手に持つ
- 右手で筒を持ち
- 筒のふたに適量のお茶っ葉を入れる
- 急須のふたととり
- 急須にお茶っ葉を入れる
- お湯が沸いたか気にかける
- お湯の沸き具合を音でも確認する
- お湯が沸いたかどうか湯気の出具合で確認する
- お湯が沸いたことを認識する
- コンロのダイヤルを回し火と止める

～「お茶を飲むまで」の認知と行為と関係～

- やかんを持ち上げ
- 沸いたお湯を適量急須に注ぎこむ
- 急須のふたを閉める
- 湯飲み茶碗にお湯を適量入れる(湯のみ茶碗を温めるため)
- やかんをコンロの上に戻す
- 湯飲み茶碗のお湯を捨てる
- 湯飲み茶碗に急須に入っているお茶を注ぎこむ
- 湯飲み茶碗を持つ
- 居間へ歩く(慎重に歩く)
- 居間のテーブルにお茶の入った湯のみ茶碗を置く
- 両手をテーブルにつき座る(よっこらしよ！と口から出る)
- 楽な体勢になる
- 右手に湯飲み茶碗を持つ
- 左手で底を支える持つ
- 両手で丁寧に持ちゆっくりと火傷しないよう口元に近づける
- 熱さを確認しながら口に注ぎ込み飲む

『彼らの中で起こっている認知機能の理解』

～思考や認知や行為や関係がつながって達成される目的～

- 私達は、普段の生活において、このように細かい思考や認知や行為や関係の連続であることまで考えたり、意識してお茶を淹れない。
- だから、いざ分析してみると多くの人は大雑把に分類することになる。
- しかし、ここで思い出したことは、「お茶を飲むまで」と言う行為は、このように様々な思考や認知や行為や関係の集まりということである。その一つひとつが繋がりがあって一連の生活動作として、若しくは生命活動として自然にやっているのだからである。

『彼らの中で起こっている認知機能の理解』

～思考や認知や行為や関係がつながって達成される目的～

- 一つの思考や認知や行為や関係を「点」と考えるのであれば、その「点」の一つひとつが出来るのと同時に、繋がってはじめて線となり、一つの目的を達成することで、面となり、生活に広がり潤いをもたせている。
- しかし、この「点」のどこかが、自然の変化である老化或いは、ある種の疾病や障害又は不自由であったり、更に「点」を阻害するような他の力が加わったとしたら果たしてどうなるであろうか。
- 間違いなく目的は達成されず、お茶を飲むことはできないであろう。目的が達成されるどころか、途中で戸惑い、混乱し、不安になるであろう。自分を責める人もあれば、他のせいにする人もいるであろう。
- そのことを私達専門職はずで知っている。

『彼らの中で起こっている認知機能の理解』

知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 認知機能の欠落もしくは欠如、そのことによる生活の不自由がある。脳梗塞と同じで、小さな梗塞による様々な目に見えない、感じない出来事は、別な機能や能力が補う。
- 記憶の不自由、見当の不自由、実行機能の不自由がその中枢にあるとすれば、「お茶を飲むまで」の一連の思考や認知や行為や関係に不適應な状態をきたす事は言うまでもないであろう。

『彼らの中で起こっている認知機能の理解』 知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 様々な不自由に照らし合わせれば、それぞれに違う支援がいる。彼らの不適応を知るということは、この一連の思考や認知や行為や関係を分析できる力とそこから彼らの不適応に対する支援を届ける力を持つことである。
- 専門職の専門性とは、「生活とは何か」を知り、経験し、感じ、気づくことであり、健全な生命活動の支援につながる。究極の活きたアセスメントになる。

生活の支援のポイント 『生活の点の見極めから線へ繋げる(生活の再構築)』 認知症の状態にある人の生活行為の困りごとと支援の理解シート

洗顔と歯磨き												
道具を用意する	洗面所へ行く	顔を濡らす	石鹸をつける	洗い流す	タオルで拭く	キャップを開ける	歯磨き粉をつける	キャップを閉める	歯を磨く	口をゆすぐ	口周りを拭く	道具を片付ける
支援	自立	自立	自立	自立	自立	支援	自立	支援	自立	自立	自立	支援
思い出せなくなる／覚えられなくなる(記憶の障害)												
時間が変わる／場所が変わる／人が変わる(見当識の障害)												
行為を失う／認識を失う／言葉を失う(実行機能の障害)												

生活の支援のポイント 『生活の点の見極めから線へ繋げる(生活の再構築)』
認知症の状態にある人の生活行為の困りごとと支援の理解シート

入浴												
浴室の準備	着替えの準備	お風呂場へ行く	服を脱ぐ	湯加減をみる	お湯をかける	髪を洗う	体を洗う	湯船に入る	湯船から出る	体を拭く	服を着る	道具を片付ける
代行	支援	自立	自立	代行	支援	支援	自立	支援	支援	自立	自立	代行
思い出せなくなる／覚えられなくなる(記憶の障害)												
時間が変わる／場所が変わる／人が変わる(見当識の障害)												
行為を失う／認識を失う／言葉を失う(実行機能の障害)												

生活の支援のポイント 『生活の点の見極めから線へ繋げる(生活の再構築)』
認知症の状態にある人の生活行為の困りごとと支援の仕組み

食事をする事												
献立を決める	買い物	お金を払う	袋に入れる	持ち帰る	食材を切る	食材を炒める	味を整える	食器を選ぶ	盛りつける	配膳する	食する	下膳する
自立	自立	支援	自立	代行	自立	自立	支援	支援	自立	支援	自立	代行
思い出せなくなる／覚えられなくなる(記憶の障害)												
時間が変わる／場所が変わる／人が変わる(見当識の障害)												
行為を失う／認識を失う／言葉を失う(実行機能の障害)												

認知症の本質

認知症は

複合した認知機能障害の総称。

介護保険法の基本方針には

(基本方針)

「介護保険法」より

『利用者がその有する能力に応じ自立した
日常生活を営むように』

生活の営みの中にある
認知機能への支援を充実させる

～認知機能(生活するための機能)への支援～

『人』と『認知症』を理解し
その上で
生活する事に対する
備えとお膳立て(準備)を怠らないこと

認知症ケアの本質

認知症ケアとは
認知機能が低下しても
不適応状態を発生させない支援

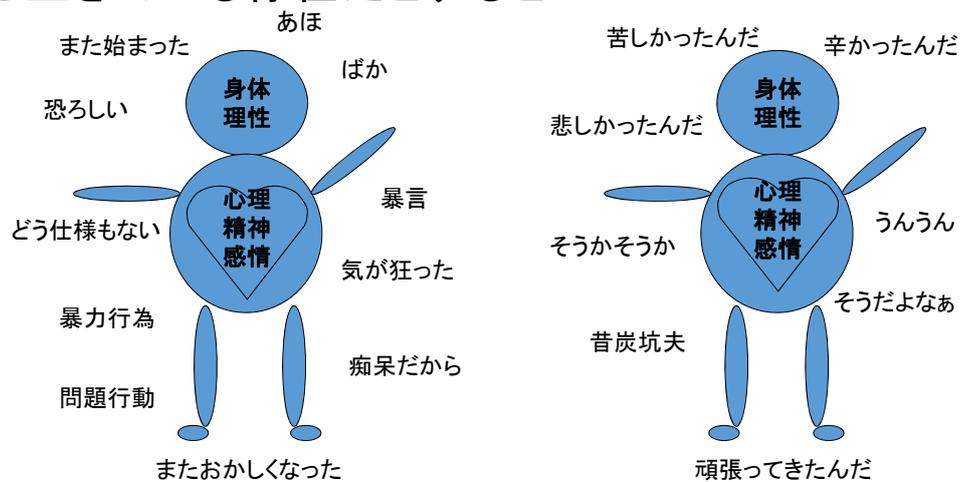
認知症とは(介護保険法上からの抜粋)

- 脳血管疾患、アルツハイマー病その他の要因に基づく
- 脳の器質的な変化により
- 日常生活に支障が生じる程度にまで
- 記憶機能及びその他の認知機能が低下した状態をいう。

しかし・・・

生活と環境の影響について

私たちは身体(肉体)・精神(心)・魂(本能・感性)で
感じ生きている存在だとすると



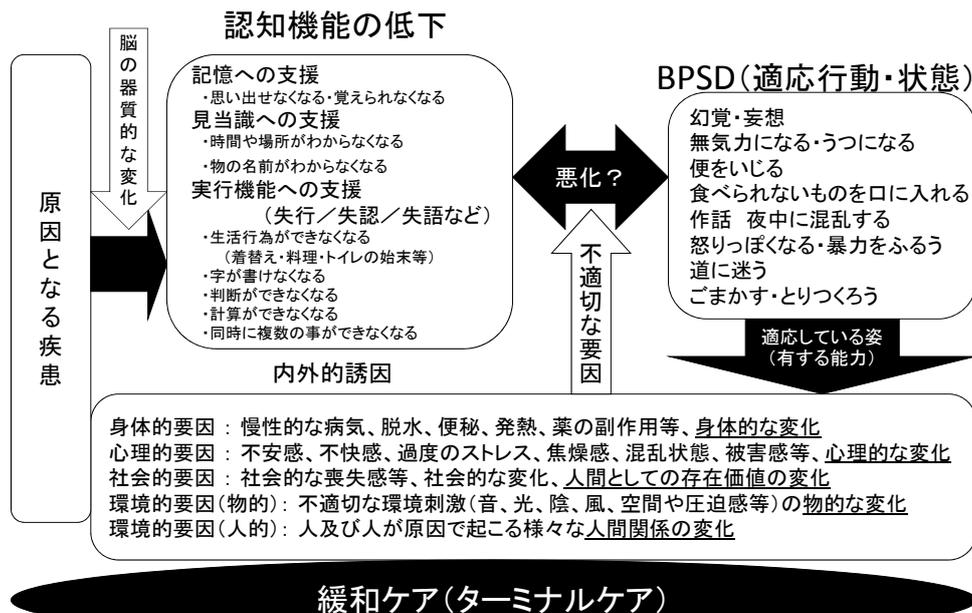
人の姿と認知症

• 姿の捉え方からスタート

どんな姿かと思っているかがその後の関わりや支援(介護・ケア)に影響する

視点(姿の捉え方)は認識を創造し
認識は経験を創造する

『人』と『認知症』の相関図(仕組み図)



支援の3つのステージ

支援の3つのステージ

- 1) その認知機能の低下により、うまく生活と折り合いが持てなくなる
ことにより起こってしまうあらゆるズレ(不適応な状態)を、生活を
ベースに予測し応じられること。
- 2) 認知機能の低下に伴う進行により起こる不適応な状態に対してノ
ンバーバルなかかわり方を必要とする、緩和的なケアの実践を充実
させていくこと。
- 3) 身体的な機能低下、疾患的な症状の進行に伴う終末期における
ケアの実践を充実させていくこと。
- 認知機能の衰退に伴う総合的な支援が継続的に展開できる場

1) その認知機能の低下により、うまく生活と折り合いが持てなくなることにより起こってしまうあらゆるズレ(不適応な状態)を生活をベースに予測し応じられること

2) 認知機能の低下に伴う進行により起こる状態に対してノンバーバルなかかわり方を必要とする方への実践を充実させていくこと

読み解く為の3つの基本中の基本

- 言語
- 準言語
- 非言語

感情・感性は最後まで
そこに「在る」ものです

悲しみ・怒り・羨望・不安・愛

3) 身体的な機能低下、疾患的な症状の進行に伴う終末期におけるケアの実践を充実させていくこと。

例えば

- 車椅子から椅子へ移乗する時
- ベッドに横になる時
- 立ち上がる時など

同時に複数の事を伝えた場合
体の動かし方の組み立てが難しくなる人

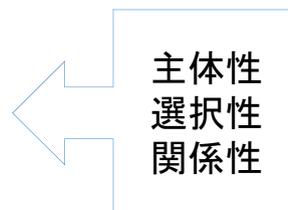
無意識の領域に働きかけ 自ら動きたくなるような 声掛け・関わり

移乗する時は

- 椅子同士を側に置くと、どう動いたらいいのかわからなくなり、動きが止まることもある。



- 椅子同士を少し離す。
- 目的の場所を視覚で確認する。
- テーブルつたいに歩く。
- 椅子へ移乗する。



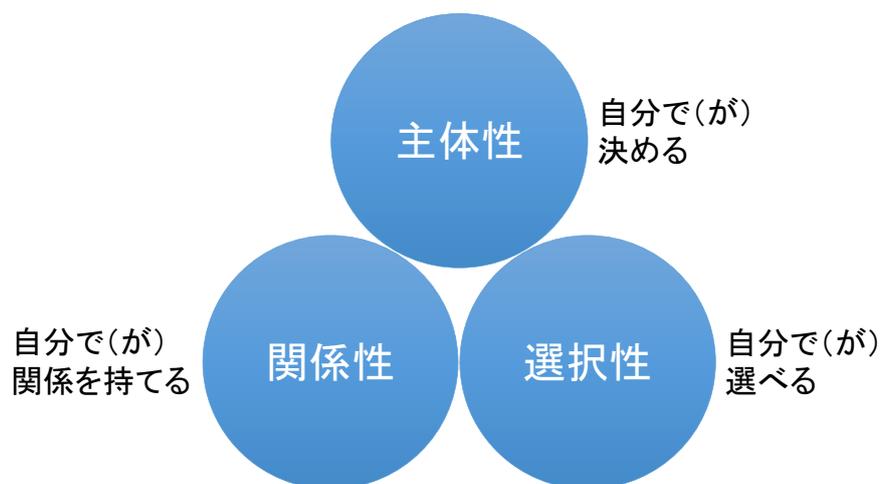
認知機能及び身体的機能の変化
に伴う総合的な
支援が継続的に展開できる場

9. まとめ

存在の支援のポイント10 人との関係の基本(ケアの本質)

- ①笑う(スマイル)
- ②どんな姿であろうが、あるがままの姿と共に居てみる(認める)
- ③ユーモアを見せる(遊び心)
- ④予測をたてる(予感)
- ⑤力を信じる(信頼と見極めと待つ)
- ⑥互いの感性に働きかける(視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚・喜怒哀楽など)(感性)
- ⑦自分を知ってもらうことに徹する(挨拶)
- ⑧彼らの世界(時間空間)を探り存在し支持する(時間の中を動く)
- ⑨伝わるチャンネルを探す(伝達)
- ⑩期待しない(人間関係)

『人』がよりよく生きるために守られるべき3つの原則



『爪切り』

昨年11月、グループホームで穏やかに生活していた91歳の母が2度目の脳梗塞を発症し、総合病院に緊急搬送された。

その後、私は往復2時間以上もかけて、母の見舞いを続けた。行く度に寝たきりに近づいていく母を見るのは、とても悲しく切なかった。

急性期も過ぎ、私自身の体力も考えて、通勤途中に寄れる近くの病院に転院できるようお願いした。

気になっていることがあった。タカの爪のように伸びた母の足の爪だ。新しい年が明けて早々、母は転院となった。爪はそのままに。転院して3日目、母の爪はきれいに切りそろえられていた。私はとてもうれしかった。

家族の思いとは、そういうことであり、人間の尊厳とは、そういうことであり。病院の質とは、そういうところにあると思えてならなかった。

私には、爪切りという小さな行為の中に、決して大げさではなく、全てが含まれているように感じられた。

終末が近ければ近いほど、大事なことは、高度な医療や技術ではなく、一人の人間として、どう向き合ってもらえるのかということではないだろうか。

近いということで希望した病院だったけれど、自分の選択にまちがいはなかったと満足している。

寝たきりの 母の爪切り 人として
ここに居ると 生きているよと

豊浦町 主婦

だれもが例外なく
思うところの自分の力で
自分の思うことにしたがって
自分で選択する権利を
思い描けるということ

私たちの目指す社会

そうしたそれぞれの思うところの環境で
生きる姿を支援するのが私たちの仕事です

皆さんお疲れ様でした。
ありがとうございました。

7. ひとつの姿

Only One

役割について

アンケート結果

- 入居者(利用者)の皆さんは
- ①どのような役割をしていますか？
 - ②若しくは、してもらっていますか？

質問項目

所属

- 老健 5
- 特養 6
- デイ 4
- グループホーム 8
- 訪介 1
- 小規模 2
- ショート 1

(認知症介護実践研修 修了者)

入居者(利用者)は、どのような役割をしていますか？若しくはしてもらっていますか？

順位	具体的な役割の内容	件数
1	洗濯物たたみ	12
2	おしぼりたたみ 掃除	9
3	テーブル拭き 食器洗い	8
4	食器拭き	7
5	調理(手伝い/切る・炒める・米とぎなど)	6
6	洗濯物を取り込む/配膳/洗濯干し	5
7	畑・花壇作業/盛りつけ	4
8	エプロンたたみ/牛乳パックをちぎってもらう	3
9	下膳/味見/お菓子づくり/縫い物	2
10	お茶入れ/カーテンの開閉/編み物/洗車/パソコン/縄ほどき 古新聞をたたむ/レクの声出し係/職員の手伝い/知恵袋 昔話/話し相手/人生相談	1

所属

- 特養 6
- デイ 4
- グループホーム 8
- 訪介 1

(認知症介護実践リーダー研修)

入居者(利用者)は、どのような役割をしていますか？若しくはしてもらっていますか？

順位	具体的な役割の内容	件数
1	洗濯物たたみ	9
2	掃除	5
3	食器洗い	5
4	調理の手伝い(味見・切る・炒める・米とぎなど)	5
5	盛りつけ	5
6	配膳／片付け	4
7	洗濯物干し	3
8	テーブル拭き	3
9	汚れを襲えてもらう／他の入居者を呼びに行ってもらう／洗濯物を取り込む／新聞を棚(いつもの場所)に置いてもらう／自分の洗濯物をタンスにしまう／駄菓子屋の店員(ケアハウスの入居者)／知恵袋／昔話／話し相手／人生相談／外出時のカメラ係／肩もみ／サークル活動の時の指導役／ムードメーカーなど／庭仕事／雪かきなど／牛乳パックをひろげる	1

所属

事業所所属	人数
認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	19
通所介護	7
計	27

入居者(利用者)は、どのような役割をしていますか？若しくはしてもらっていますか？

	具体的な役割の内容	件数
1	洗濯物たたみ	32
2	調理(下ごしらえ/むく/切る等)	24
3	食器拭き	23
4	洗濯物を干す	20
5	掃除(拭き/掃きなど)	19
6	テーブル拭き	15
7	食器洗い	14
8	配膳	11
9	片付け(下膳など)	10
10	洗面台の掃除/庭・畑の手入れ/買物(同行)/ゴミ集め・捨て/ 縫い物/おやつ作り/カーテンの開閉/生き物の世話/作品作り 身の回りの整理整頓	9~2

ひとつのこと

- トイレ掃除 洗面台の掃除 炒める 洗濯物をしまう 買物の荷物持ち カートを押す 他の入居者のお世話 生け花を生ける 仏壇関係 お茶詰め 食前の挨拶 カレンダーの日めくり 盛り上げ役 メニューの紹介 帰宅時の挨拶 ゲーム 体操 新聞を取りに行く ゲームの補助

所属

事業所所属	人数
居宅支援事業所	29
訪問介護事業所	12
地域包括支援センター	10
小規模多機能	6
グループホーム	4
通所介護	4
訪問看護	4
介護予防センター	3
老健	2
サ高住	2
その他(家族)	14
計	90

入居者(利用者)は、どのような役割をしていますか？若しくはしてもらっていますか？

	具体的な役割の内容	件数
1	調理(下ごしらえ/炒める/味付け/米とぎ等)	47
2	食器洗い/拭き	47
3	掃除	37
4	テーブルの用意、準備	28
5	食後の片付け	15
6	孫の世話	15
7	庭・畑仕事	14
8	買物	13
9	洗濯物を干す	11
10	洗濯物をたたむ(6)/お茶入れ/仏壇の掃除/縫い物/新聞の整理/昔話/話し相手/人生相談/カーテンの開閉/シーツの交換	9~2

ひとつのこと(役目)

季節の行事の飾りづくり キッチンペーパーの点線切り カレンダーをつくる
 カレンダーをめくる 水くみ 調理の指導 ギターを弾く 車椅子を押す
 お風呂の準備(お湯を入れる/着替え) ストープに灯油を入れる 縄結び
 好きな仕事をその日にしてもらい 作品を誉める メモ帳づくり お手紙配り
 安心感を与える タオルの管理 もちつき 簡単な記録の手伝い
 薬を取り出して飲む ゴミステーションの清掃 レジ袋をたたむ お化粧の手伝い
 語り部 ミシン掛け 手を握る 好きな歌をうたってもらい お裁縫を教える
 訪問に行く職員に気をつけてをこえがけしてくれる カラオケのセット
 レクリエーションの協力 デイサービスへ行く 家計簿をつける 日記をつける
 他者への介助 お風呂の栓をする 家の中での大黒柱 ポストの受け取り点検
 電話番 戸締まり確認 笑顔を見せる 昔の歌をうたい懐かしむ
 人間教育を教える 来客の対応 他の利用者の面倒を見てもらう
 得意な事をみってもらう お布施を渡す 子供達の指導

結果

- 彼らはいつも片付けばかりさせられているようだ。
- 施設、介護職側が考える『役割』を行っている傾向が垣間見られる。
- 主体的に生活を営むように支援するというよりは介護職の『手伝い』という感覚が否めない。
- 介護職用専門用語が生まれる
 「洗濯物をたたむ」⇒「洗濯物畳み」
- 認知機能への働きかけ(支援)を意識していない⇒すべてが単発でその場限りが目立つ。

考察

- 何らかの役に立っているという、若しくは役に立ちたいという『主体的な役割』という認識を見出すことができれば、お互いの有する能力に応じた共同生活を営むことができる。
- 自宅で生活している方々の『役割』の在り方へ近づけてゆく支援(生活の再編)が必要である。