

平成28年度十勝ボランティアキャラバン

## 『生活支援のための認知症介護のあり方』

宮崎直人

## 『繋がるということ』

## 自分自身との繋がりの中で 最近感じていること

50歳を過ぎた頃から・・・

### 自分自身の変化を感じませんか？

- 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

自分以外の人やものとの繋がりの中で  
ずっと気になっていること

皆さんは  
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

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)

『前提を考える』

## 『私の不思議』

- ・軽度の定義～自分たちの思うようになる認知症の人、若しくはおとなしい何も問題のない認知症の人
- ・重度の定義～自分たちの思うようにならない認知症の人、若しくは問題のある認知症の人
- ・問題の有無の定義～自分たちが安心（思い通りになる人、自分たちの言うことを聞いてくれる人、静かに一日黙って座ってくれている人、自分たちがやってもらいたい役割を気持よくやってくれる人、そもそも帰るなどと言わない人等々）してみれるかみれないかの違い

## 『前提の歴史』

- 何よりも大切に何よりも優先して守らなければならないことが間違っていた
- それは
- 彼らは弱者で、守られるべき人で、介護される対象者であり、その介護や看護の名の管理下におかれているという前提があった⇒つまり、主体が私たちに在る
- しかし
- 毎日の彼らの暮らしの中に、主体者としての存在という前提があった⇒つまり、主体は彼らに在る

## 『の』から『と』へのすすめ

### 「認知症の人」への提言

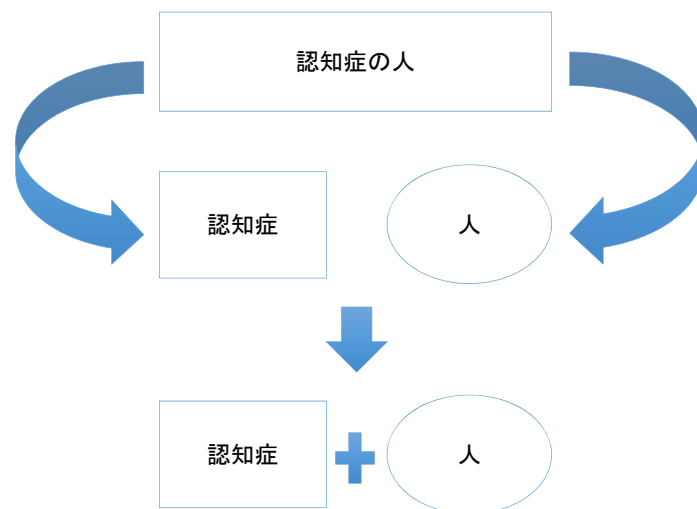
- 認知症のケアなのか？
- 人のケアなのか？
- 認知症の状態をケアする
- 人が生きることを支援する
- 認知症の理解
- 人の理解

それぞれ別々に考えてみる

別々に捉えた（考えた）上で  
足して考えてみる  
すると

認知症を持つ『人の姿』が見えてくる

## 『認知症』と『人』の図解



## これまで から これから

### 認知症⇒人

- ⇒認知症の人・認知症高齢者
- ⇒認知症の宮崎さん
- ⇒便を壁に塗り付ける
- ⇒弄便行為
- ⇒つなぎ服

### 人⇒認知症

- ⇒認知症と人
- ⇒宮崎さんに認知症
- ⇒便を壁に塗り付ける
- ⇒便の処理が困難
- ⇒事前のアセスメントを充実
- ⇒生活のピンポイントの支援

## 『の』から『と』へ

『認知症の人』



認知症を通して人を一括りに捉える文化



『認知症』と『人』



人と認知症をそれぞれ捉える文化



## 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

前提が変わると  
その人の評価が変わる

# 『認知症とは？』

## 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

## 日常生活に支障が生じる 程度にまで

これまでできていたことが  
できたりできなかったりと  
困難と思える状態へと向かう

その4

## 記憶機能及びその他の 認知機能が低下した状態

知的な能力が変化してゆく

### 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

## 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。

## 認知症の本質

# 認知症とは

複合した認知機能障害の総称  
どの機能が障害を受けているのかをみる事が重要

# 『認知症ケアとは？』

『点』から『線』へ  
そして『面』への話し



もっと具体的に  
身近な出来事を通して  
考えてみます

困っているポイントはここ！！

## 日常生活に支障が生じる

これまでできていたことが  
できたりできなかったりと  
困難と思える状態へと向かう

# お茶を飲むまで

## ～「お茶を飲むまで」の思考と認識と行為と感情の関係～

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  
 やかんを手取る  
 やかんのふたをとる  
 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」の思考と認識と行為と感情の関係～

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  
 急須のふたをとり  
 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」の思考と認識と行為と感情の関係～

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（よっこらしょ！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

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
 ～思考や認識や行為や感情の関係の繋がりによって達成される～

- 私達は、普段の生活において、このように細かい思考や認識や行為や感情の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識や行為や感情の関係の集まりということ。
- 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のけている。

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
 ～思考や認識や行為や感情の関係の繋がりによって達成される～

- 一つの思考や認識や行為や感情を「点」と考えるのであれば、その「点」の一つひとつが出来ると同時に、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。

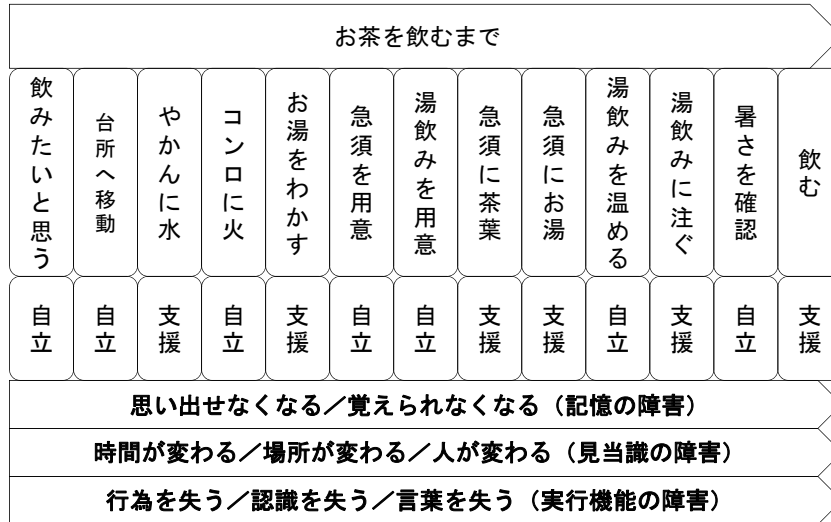
『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 認知機能の変化によって、生活に不自由を感じる。
- 記憶、見当、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」の一連の思考や認識や行為や感情の關係に不適応な状態をきたす事は言うまでもない。
- ましてや、今までできていたことが出来なくなってゆく様を経験するのは、耐え難い経験とを感じる人もいる。

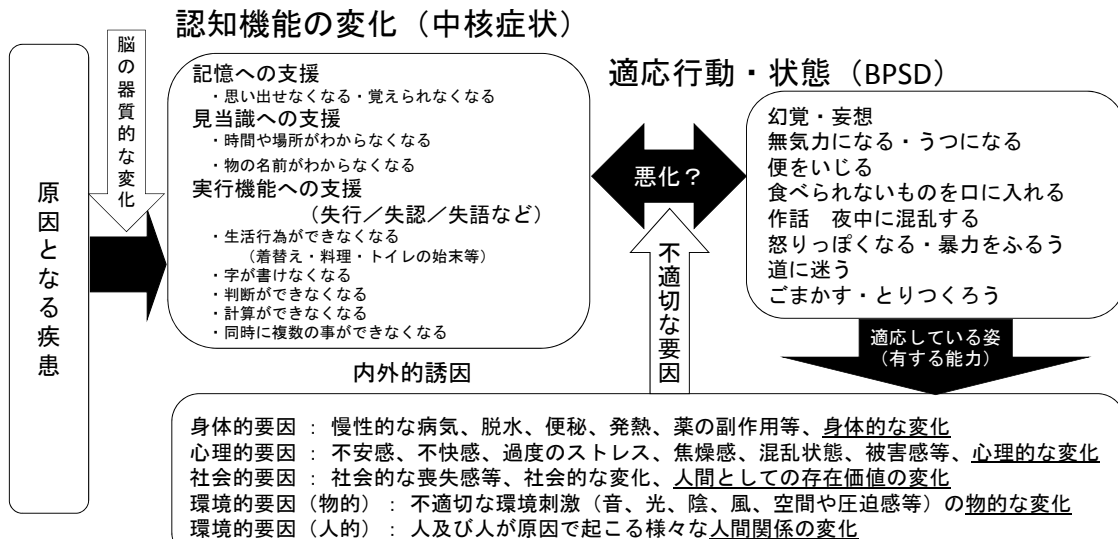
『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 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、生活をベースとした、この一連の思考や認識や行為や感情の關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。
- 私たちの専門性とは、「ひとの生活の営みの中で起こる変化」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げてゆくこと。
- 確かに「認知症の理解」も大切だが、その前に「ひとの営みの理解」が先だろうと思う。

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



『人』と『認知症』の繋がり図（全体像）



人（宮崎さん）の過去・現在・未来・終末

認知症ケアの本質

## 認知症ケアとは

認知機能が変化しても  
不適応な状態を発症させない支援

『人』と『認知症』の関係の  
原因と要因を理解し  
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

## 『生活の支援のあり方』

### 認知症と人の5つの繋がり支援フロー(Flow)

- ①心地よく良好な関係づくり（日常的に・な）
- ②支援の前の準備・備え・仕掛けを用意する
- ③仕掛けへの誘い（いざない）・そそり・導き
- ④心地好い展開（ライフヒストリーや嗜好などを活用）
- ⑤心地好い締めと結びと再会の約束（良好な印象づけ）



## 控えた方がいい

- なんてできないの？
- 忘れちゃったの？
- 前はできてたのにね？
- ダメだべさ！
- なにやってんの！
- そんなこともできないの？
- ちゃんとやってよ！
- あらららららら～！

ホウキとチリトリ  
なぜゴミ屋敷になるのか？

『手続き記憶に働きかける』

何食べましょうか？

『見当識への働きかけ』

買い物行きましょうか？

# 『実行機能への働きかけ』

## 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・捨てる／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ふ 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ふ お裁縫を教えてもらう  
 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  
 電話番号 戸締まり確認 笑顔を見せる 昔の歌をうたい懐かしむ  
 人間教育を教えてもらう 来客の対応 他の利用者の面倒を見てもらう  
 得意な事をみてもらふ 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。

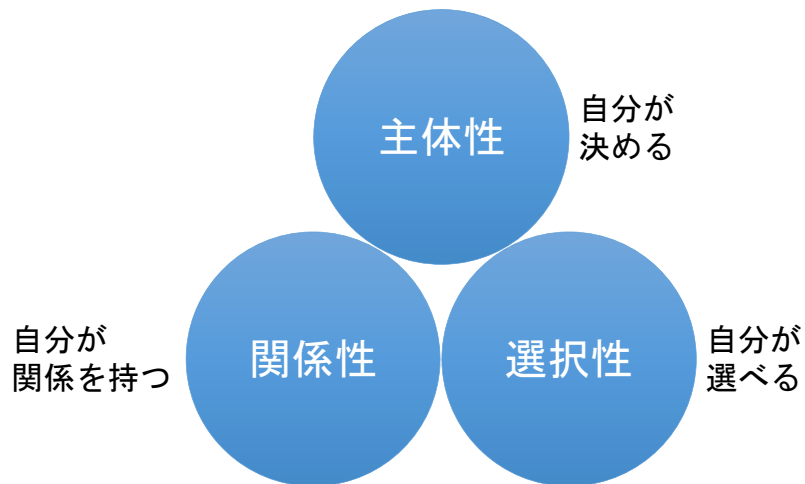
すべては  
繋がっているということ

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～

『まとめ』

## 『人』がよりよく生きるための3つの繋がり（主体性）



## 『これまで』と『これから』の応じ方の変化

- さんに～してあげる（提供）
- さんと～いっしょに（共生）
- さんが～したいこと（主体）

# 『心が先、現実の後』

僕の前提

# 『Doing』から『Being』へ

私達の在り方（Being）ひとつで  
行い（Doing）が変わるのです！

皆さんお疲れ様でした。  
ありがとうございました。