

## 『人と支え逢うための3つの大切なこと』

### 3つの大切なこと

- ① 『自分のことは自分ですること』
- ② 『互いに助け合うこと』
- ③ 『社会と繋がっていること』

## 『人』と『認知症』という見方・捉え方

人を見るスキルを高めれば  
支援は高まり充実してくる

### 今日のメニュー

1. モチベーション
2. 繋がるということ
3. 認知症とは？
4. 認知症ケアとは？
5. 認知症と人と向き合うということ

# モチベーション

## 『ハイタッチ！』

### 感情を交流してみよう！

- お隣さん、前後の方々のご挨拶して下さい。
- そして、握手をして下さい。
- できれば両手を使って！
  
- 更に！ハグできそうな人には、お互いにハグしてみてください。
  
- さあ！チャレンジです！できるだけ多くに方と感情を交流してみてください。

## その人との関係の中で 自己の在り方を認識しよう！

- ・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、ちょっと安心しませんか。
- ・お互いに少し気持ちが高揚するはずですよ。
- ・ただし一方的なコミュニケーションだけは避けたいものです。

7

## 最高の感情を味わう時 その瞬間の問題は消滅します！

私達の在り方（Being）ひとつで  
全て（Doing）が変わるのです！

# 『繋がるということ』

認知症支援のキーワード

『生き辛い世の中の一風景』

## 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」
  - ・ 口に咥えたカードを「ない！ない！」と言って探す
  - ・ 予定を忘れている
  - ・ 人の名前が覚えられない
  - ・ 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)

どう繋がっていたか？  
どう繋がっているか？  
どう繋がってほしいか？

人やものとの繋がりで、もっとも大切なこと

# 『認知症とは？』

## 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。

# 『認知症ケアとは？』

繋がりを大切に丁寧に繋いでゆく支援

『点』から『線』へ  
そして『面』への話し

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

もっと具体的に  
わかりやすく  
皆さんの  
身近な出来事を通して  
考えてみます

# 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。

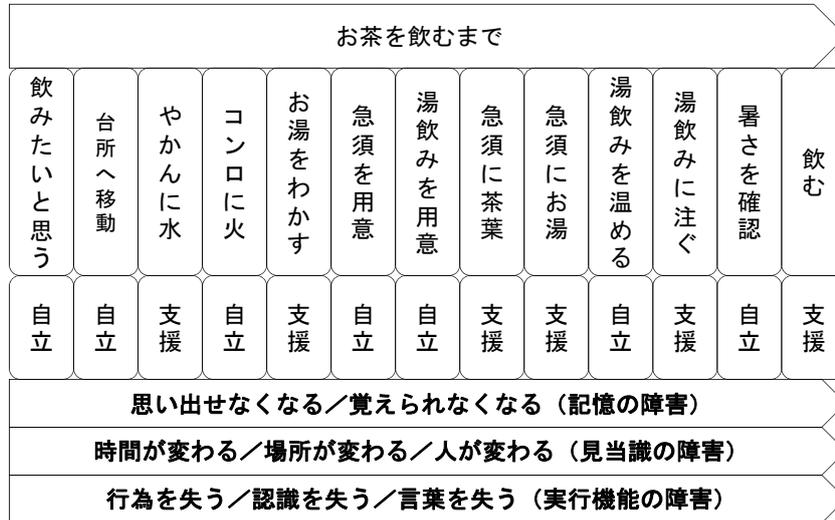
『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 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。

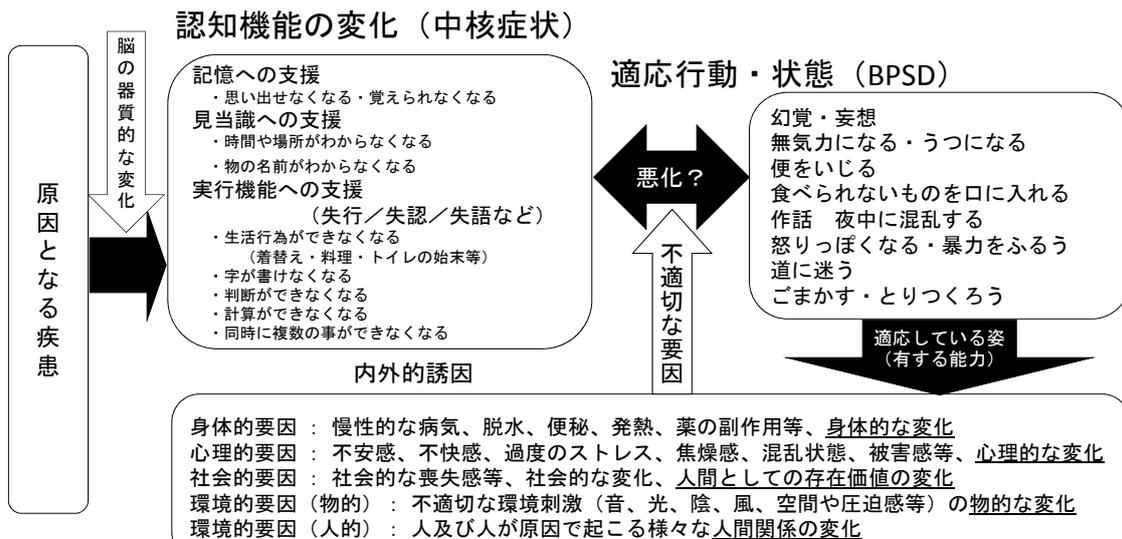
『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 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

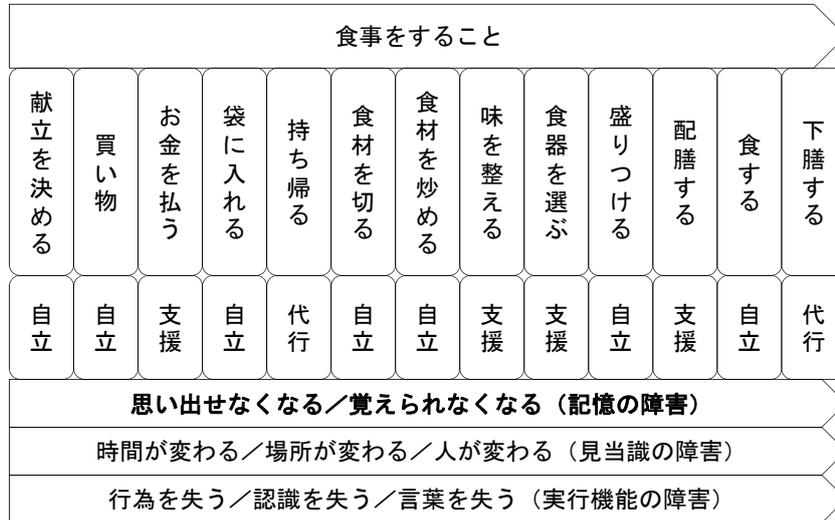


『人』と『認知症』の繋がり図（全体像）



人（宮崎さん）の過去・現在・未来・終末

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



ホウキとチリトリ  
なぜゴミ屋敷になるのか？

## 認知症というのは

認知機能の障害が複雑に絡み合うことによって  
生活がうまい具合にいかなくなってゆく状態をいう

## その人の持つ 認知症をケアするということは

生活をベースに  
どの機能等が複雑に絡み合っ  
てうかく繋がらないのかを見極めながら  
丁寧に支援ゆくことであり  
大事なことです

## 『認知症と人と向き合うということ』

### 認知症と人の5つの繋がりフロー(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）

## 不適切な（行うべきではない）関わり方

- 不適切な態度
- 不適切な言葉づかい
- もの忘れに対する不適応な対応
- 早口や理解できない言葉を使うこと
- 無理強いや強制すること

## 控えた方がいい不適切なかかわり（北海道編）

- なんでできないのさ？
- 忘れちゃったのかい？
- 前はできてたのにね？
- ダメだべさ！
- なにしてんのさ！
- そんなこともできないのかい？
- ちゃんとしてや！
- 早くして！
- あらららららら～！

## 認知機能の障害への支援

- 『手続き記憶に働きかける』
- 『見当識への働きかけ』
- 『実行機能への働きかけ』

## グループホームの場合の 支援について

『認知機能の繋がりと継続』

# デイサービスの場合の 支援について

『在宅生活の繋がりと継続』

互いに必要とする関係を  
作ることが出来た

スタッフが気づいたこと

# 死の尊厳

最後を迎えるにあたって…

「目を開けて  
もっと私を見て！」

イギリス ヨークシャー  
アシュルディー病院の  
老人病棟の奇跡

すべては  
繋がっているということ  
ですから  
その繋がりを大切にすることなんです

## 人間らしく生きる権利

具体的にどういうこと？

- ◆行きたいところに行く権利
- ◆食べたいものを食べる権利
- ◆住みたいところに住む権利
- ◆着たい洋服を着られる権利
- ◆SEXをする権利、恋愛をする権利

『自分にできることやりたいことの尊重』（わがのまま）

『人間の誇りと共同を大切にすること』（誇りと共同）

『地域の生活のつながりを意識すること』（おせっかい）

「生きるそなえ」として3つの大切なこと

どんな形でもいい  
自分たちの地域（くに）は  
自分たちで創り育む

どんな障害があっても  
笑い飛ばせる関係があるといい

## 『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。  
た。