

令和2年度 稚内市認知症地域支援・ケア向上事業研修会

『人と認知症と向き合うために』

～かかわり方の基本～

今日お話しすること

1. 「CARE」と「ケア」
2. 前提を考える
3. 人を理解する
4. 認知症を理解する
5. 生活（行為）を見極め繋げる
6. 生活に対する意欲を高める
7. 互いに必要とし、楽しめる関係を創る
8. まとめ

はじめに

私がこの業界にお世話になったのが、昭和63年の7月でした。特養の寮父としてでした。人前で話をするようになった頃、**介護の現場は、不可思議な言動を問題行動**とっていました。しかし、生活をベースに彼らの生活を丁寧に紐解いていった結果、そこには様々な要因や誘因が複雑に絡み合っ、尚且つ、複雑に絡み合った状況や状態に応じるかのように、**彼らなりの応じ方**をしていることに気がついたのです。つまり、**彼らの有する能力に応じていただけの姿**があったただけでした。

そこで考えたのが生活そのものを見直し、彼らがこれまで通り応じて来た姿を取り戻そう、若しくは、**それ以上困らないような心地よい生活環境を整える支援**をしてきました。

その結果、なんと！改善又は解消、若しくはこれまで通りの社会生活を取り戻していき、症状としての改善と同時に**「生きる」姿を主体的に獲得していった**のです。

それが**認知症対応型共同生活（グループホーム）**でした。

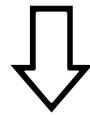
今日は、これまでの関わりの中で、人と認知症の基本的なことをおさらいする感じでお付き合いいただけると幸いです。どうぞよろしくお願い致します。

「CARE」と「ケア」

CAREとは⇒気を配ること

ケアとは⇒介護、世話

ウリエルのCAREとケア



私を気にかける⇨CARE
私をトイレへ導く⇨ケア
へと繋がる

いきなりケアではないはず

**良質なケア（所作）
は
良質なCARE（気にかける）
から
生まれる**

Naoto

『前提を考える』

『人を理解する』

典型的な一例をご紹介します

夜中、仕事に行くと 何度も起きてくる方がいます

- ・この方は女性です
- ・起きてくる時間帯は、夜勤帯の午前2時から3時頃
- ・年齢は、70代後半
- ・右足を少し引きずり気味に歩きます
- ・便秘気味

さて、なぜ
夜中に「仕事に行く」と
起きて来るのでしょうか？

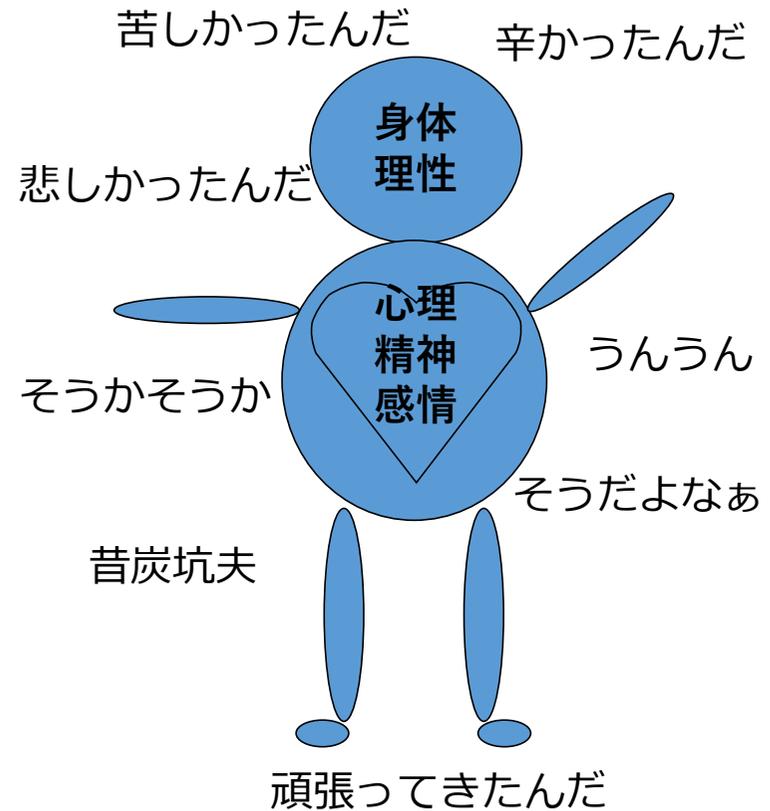
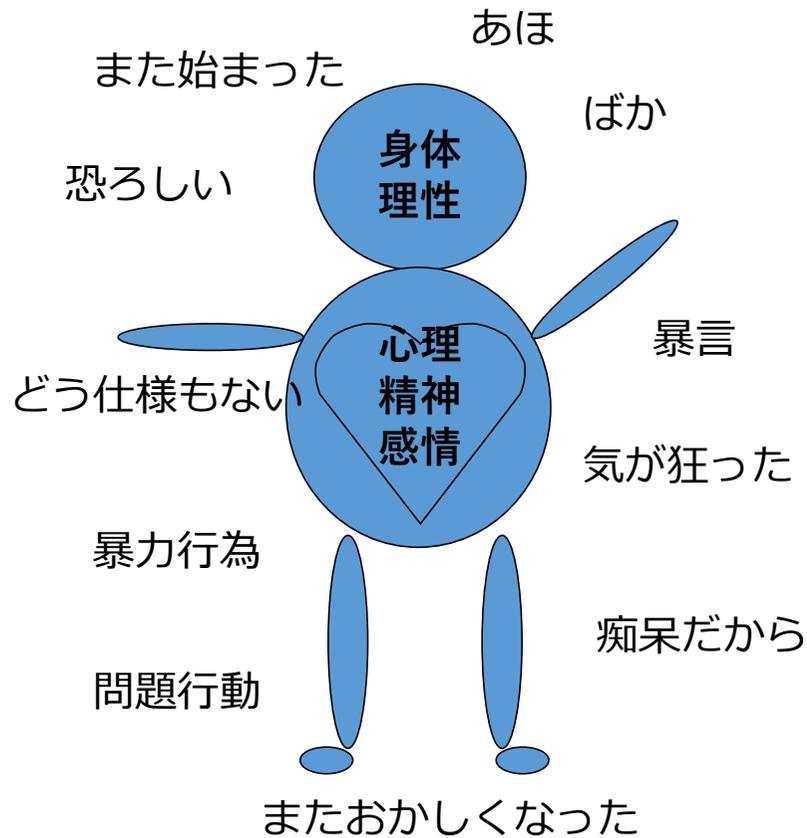
**みなさんが考える、こうかもしれないを
話し合ってください。**

Tさんの本当

ルームウォーカーに向かって 叫ぶAさん



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



つまり

問題な人と思っている人たちの
の中心に居る彼の存在価値



解ろうと思っている人たちの
中心に居る彼の存在価値



ライフヒストリー

過去の生活・人生背景を知る

高齢期の喪失体験

- 地位の喪失 仕事や家庭内の地位
- 収入の喪失 就労による社会的収入
- 健康の喪失 身体機能低下や病気
- 仲間の喪失 退職／転居／死別など
- 生きがいの喪失 退職／引退／育児など
- 役割の喪失 仕事・家庭・社会的役割
- 生命の喪失 加齢に伴う余命

ライフヒストリー（過去の生活背景）

旧姓・出生地（出身地）・方言・子供の頃・愛称・学歴・得意な科目・親の仕事・兄弟姉妹・仕事・結婚・本人の子供・病気・排泄習慣・いつもいた場所（家・その他）・ペット・本人の性格・髪型・食べ物の好き嫌い・食事習慣・好きな色・好きな物（小物など）・大切な家具・服装・整容・入浴習慣・得意なこと・本人の自慢話・本人の苦労話・家族の自慢と苦労・調理（料理）・畑仕事・その他生活習慣
資格過去の出来事（10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代・それ以上代など）・その他特筆すべきことなど

人間の身体は
身体・精神体・感情体
この3つで成り立っている

私たちは

身体（肉体）・精神体（心）・感情体（本能・感性）
のバランスを保ちながら生きている存在です

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**

『認知症を理解する』

『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。

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。

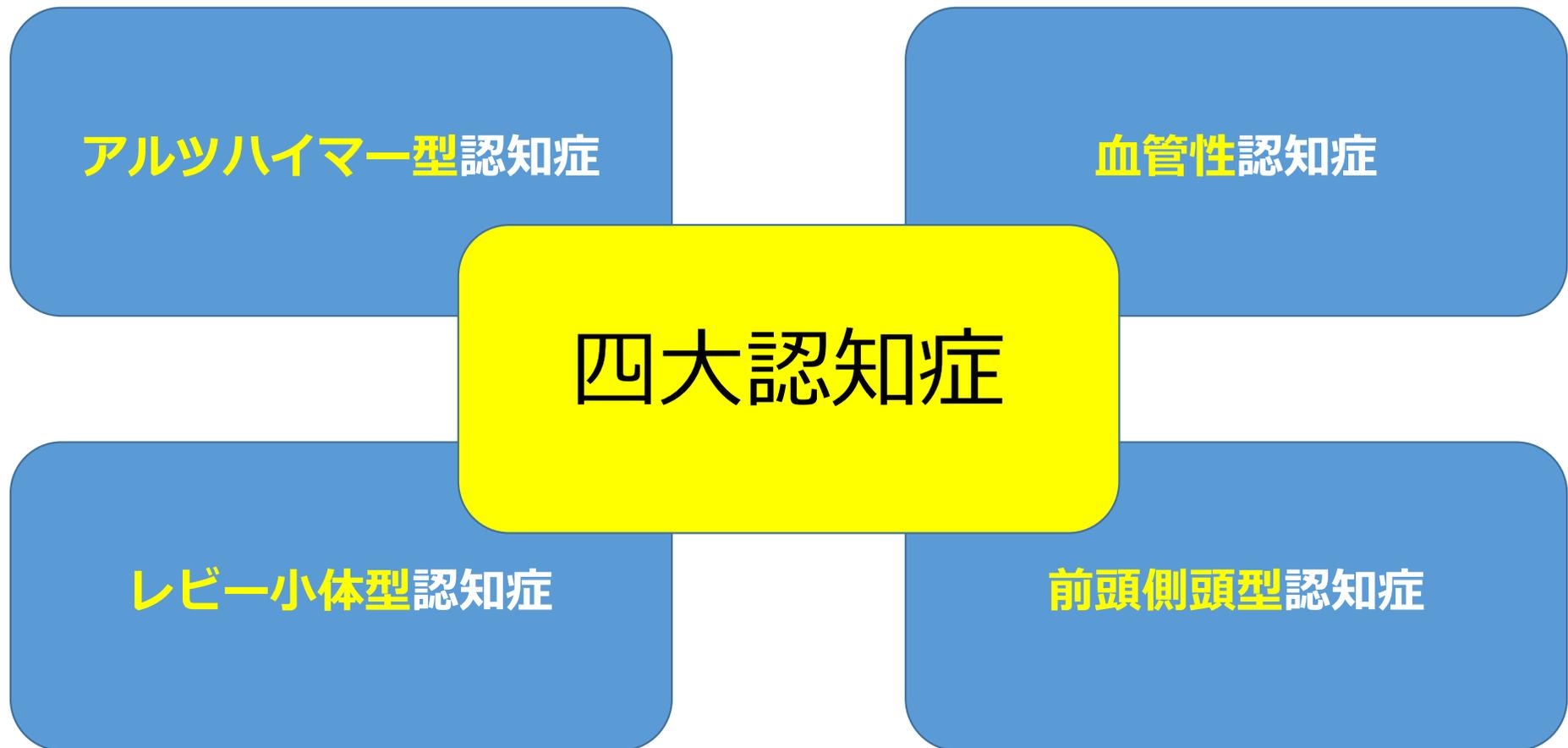
その1

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

認知症の原因疾患



認知症の原因と主な疾患

神経変性疾患 脳内の神経細胞の脱落や異常蛋白の蓄積などにより発症する認知症	アルツハイマー病、レビー小体病、パーキンソン病、大脳皮質基底核変性症、前頭葉側頭葉変性症、進行性核上麻痺、ハンチントン舞踏病
脳血管障害 血流が少ない又は遮断されることによって発症する	脳梗塞、脳出血、ビンズワンガー病
その他	アルコール脳症、薬物中毒、脳炎髄膜炎、クロイツフェルトヤコブ病、進行麻痺
治療や改善が望めるもの	慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、甲状腺機能障害、肝性脳症、良性脳腫瘍、ビタミンB1、B12ニコチン酸の欠乏

発生原因 その1

脳神経細胞の変性（神経変性疾患）

- ①脳神経細胞が死滅したり、脱落などによる脳の萎縮。
（アルツハイマー病）
- ②脳細胞変性の起きた部位や病理的变化（異常蛋白の蓄積）によって
脳のネットワークが壊れ機能しなくなる。（レビー小体病など）

アミロイドβ	脳神経細胞の老廃物で蓄積が続くと脳神経細胞先端部を傷つける。
タウタンパク質	脳神経細胞の中に蓄積し神経細胞そのものを死滅させる。
レビー小体	レビー小体型認知症特有の異常蛋白。

発生原因 その2

脳血管障害によるもの

- ①脳の血管が梗塞や出血による血流遮断や減少で脳細胞が死滅、機能低下することによりネットワークが壊れ機能しなくなる。
- ②梗塞や出血が繰り返されれば、都度拡大される。(階段状的に悪くなる)

発生原因 その3

その他

ビタミンの欠乏、アルコールの取りすぎや薬物の摂取、ホルモンの不足、病気や障害の後遺症などで、脳神経細胞がダメージを受けネットワークが壊れ、機能しなくなる。

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

アルツハイマー病に特徴的な病変 ～老人斑と神経原線維変化～

老人斑



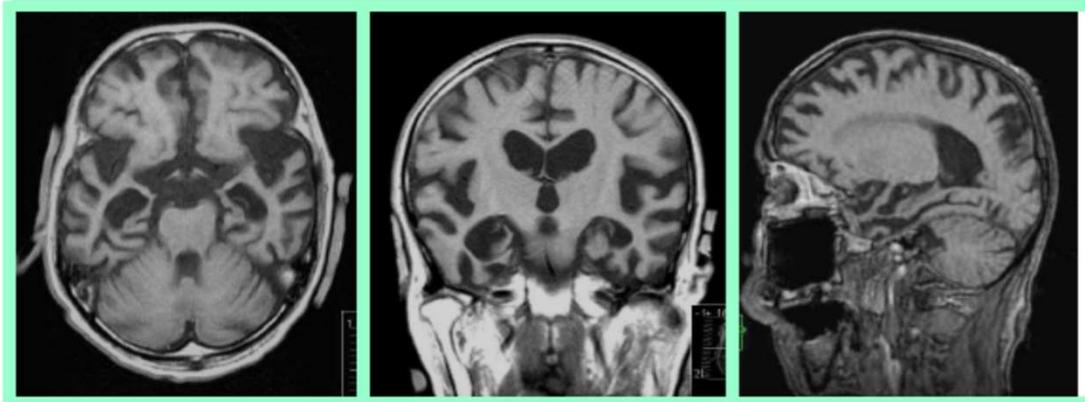
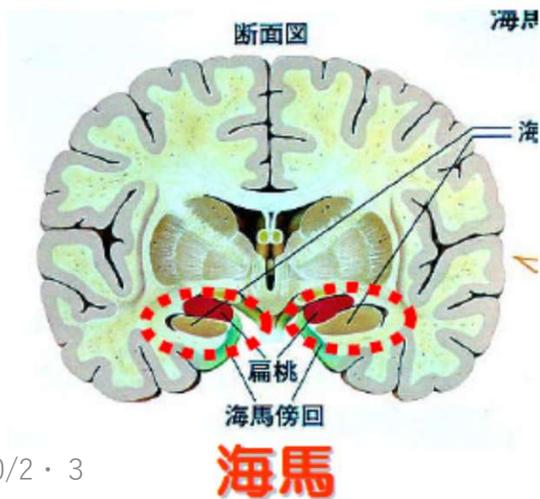
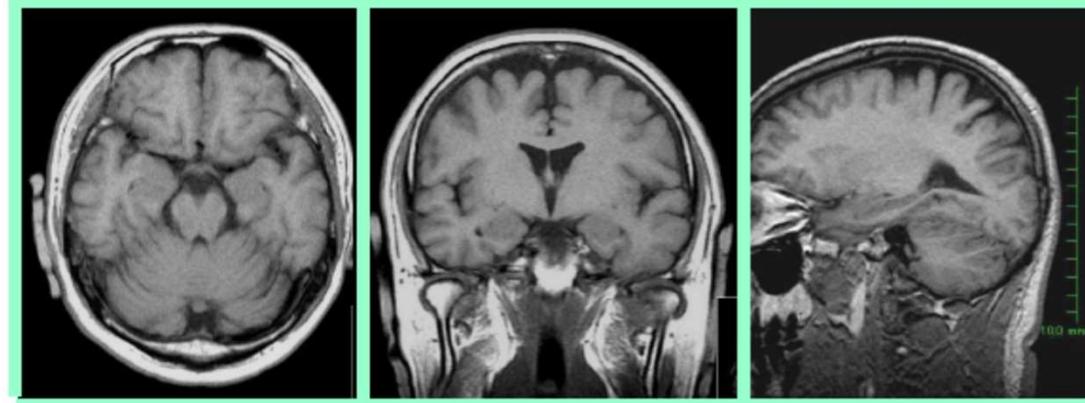
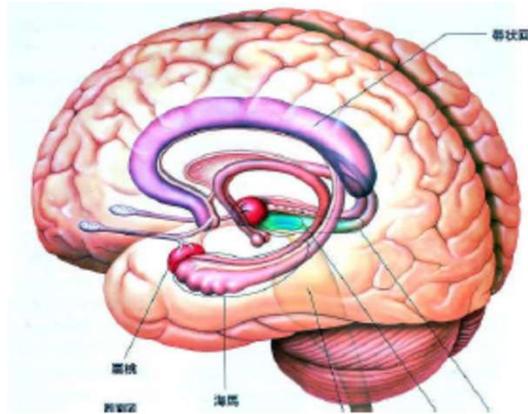
主成分：アミロイドβ蛋白
(Aβ)

神経原線維変化



主成分：異常リン酸化タウ蛋白

アルツハイマー型認知症の脳萎縮



a は脳幹型レビー小体・ b は皮質型レビー小体

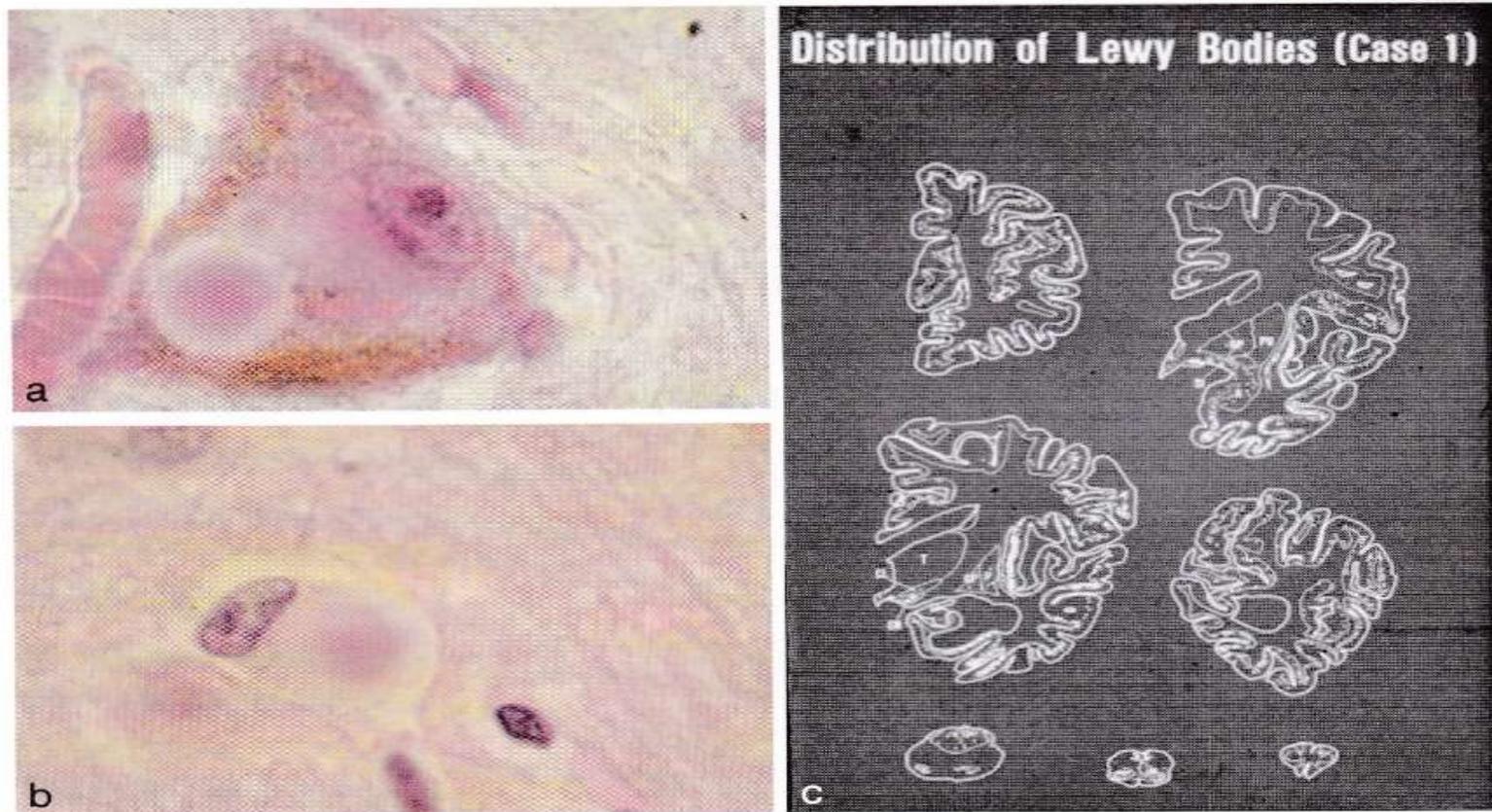


図 1-3 レビー小体 (a: 脳幹型, b: 皮質型, とともに HE 染色) と第 1 症例の
レビー小体の分布 (c)

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

- ・エピソード記憶. 意味記憶

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

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。

**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**

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 繋がってほしい
- 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)

『点』から『線』へ そして『面』への話し

彼らが困っているのは？

ポイントはここ！！

彼らが困っているポイントはこちら！！

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

何度も言いますが、彼らが困っているポイントはここ！！

日常生活に支障が 生じないようにする

生活をできるだけ繋げる支え方

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
- ・ やかんを手にする
- ・ 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～

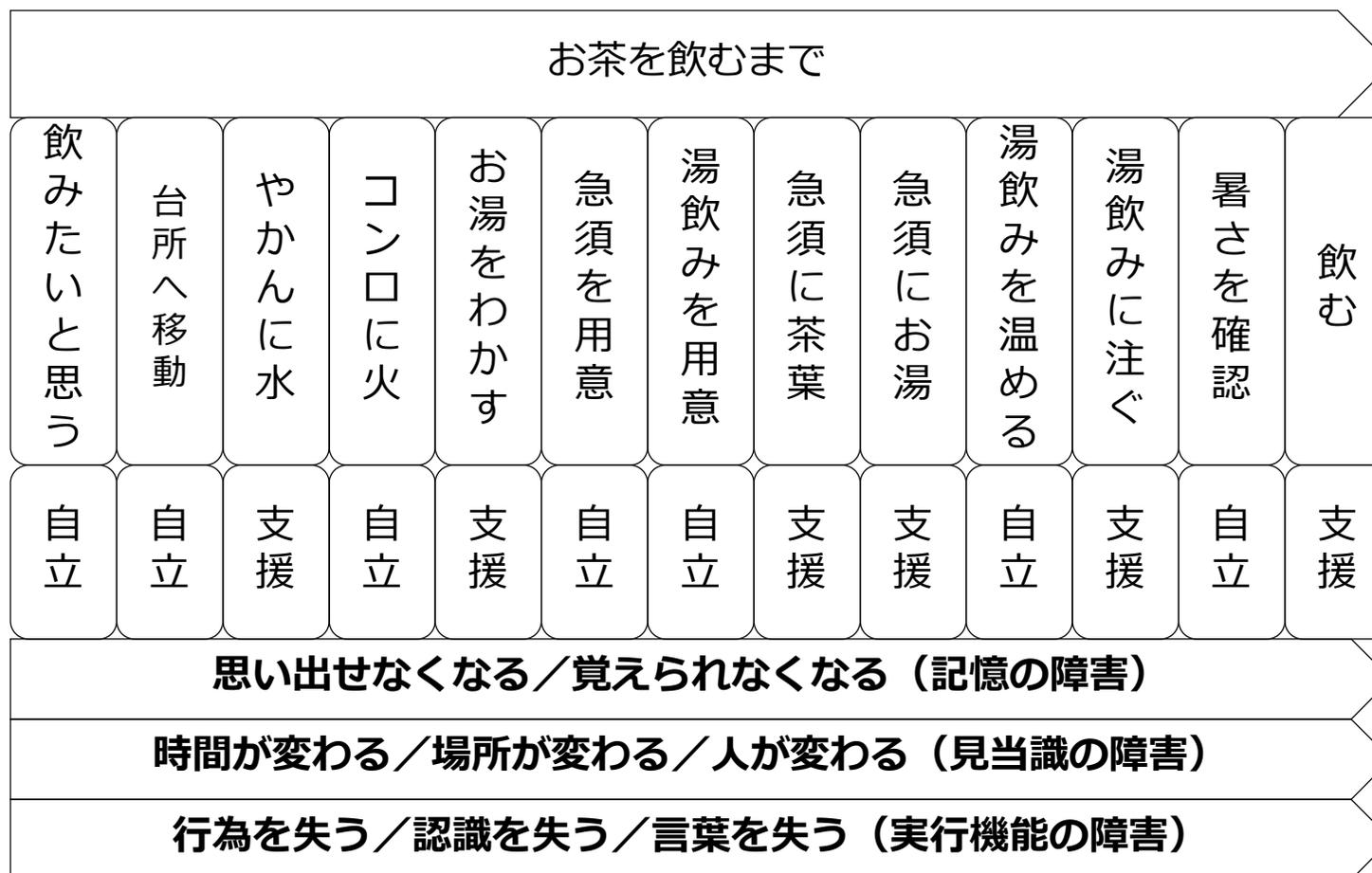
- ・ やかんをコンロに置く
- ・ コンロのダイヤルを回す
- ・ 火力を調節する
- ・ やかんの様子を気にかける
- ・ お茶っ葉のある場所の見当をつける
- ・ 左手で食器棚の扉を開ける
- ・ お茶っ葉の入った筒を探す
- ・ 右手で食器棚からお茶っ葉が入った筒を取り出し置く
- ・ 食器棚から急須を取り出し置く
- ・ 食器棚から湯飲み茶碗を取り出し置く
- ・ 食器棚の扉を閉める
- ・ お茶っ葉の入った筒のふたを開ける
- ・ 筒のふたを左手に持つ
- ・ 右手で筒を持ち
- ・ 筒のふたに適量のお茶っ葉を入れる
- ・ 急須のふたをとり
- ・ 急須にお茶っ葉を入れる
- ・ 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

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）

認知機能の変化（中核症状）

脳の器質的な変化

原因となる疾患

記憶への支援

- ・思い出せなくなる・覚えられなくなる

見当識への支援

- ・時間や場所がわからなくなる
- ・物の名前がわからなくなる

実行機能への支援

（失行／失認／失語など）

- ・生活行為ができなくなる
（着替え・料理・トイレの始末等）
- ・字が書けなくなる
- ・判断ができなくなる
- ・計算ができなくなる
- ・同時に複数の事ができなくなる

内外的誘因

- 身体的要因：慢性的な病気、脱水、便秘、発熱、薬の副作用等、身体的な変化
- 心理的要因：不安感、不快感、過度のストレス、焦燥感、混乱状態、被害感等、心理的な変化
- 社会的要因：社会的な喪失感等、社会的な変化、人間としての存在価値の変化
- 環境的要因（物的）：不適切な環境刺激（音、光、陰、風、空間や圧迫感等）の物的な変化
- 環境的要因（人的）：人及び人が原因で起こる様々な人間関係の変化

適応行動・状態（BPSD）

幻覚・妄想

無気力になる・うつになる

便をいじる

食べられないものを口に入れる

作話 夜中に混乱する

怒りっぽくなる・暴力をふるう

道に迷う

ごまかす・とりつくろう

適応している姿
（有する能力）

悪化？

不適切な要因

人（宮崎さん）の過去・現在・未来・終末

認知症の状態というのは

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ゆくことをいうのです

人間が持つ 認知症の状態をケアする ということとは

生活をベースに
どの機能等が抜け落ちることによって
複雑に絡み合いうかぐいかないのかを見極めながら支援してゆくことである

『生活（行為）を見極め繋げる支援』

アルツハイマー型認知症の支援のキーワード

ジャガイモの皮むき

ほうきとちりとり

『生活に対する意欲を高める支援』

脳血管性認知症の支援のキーワード

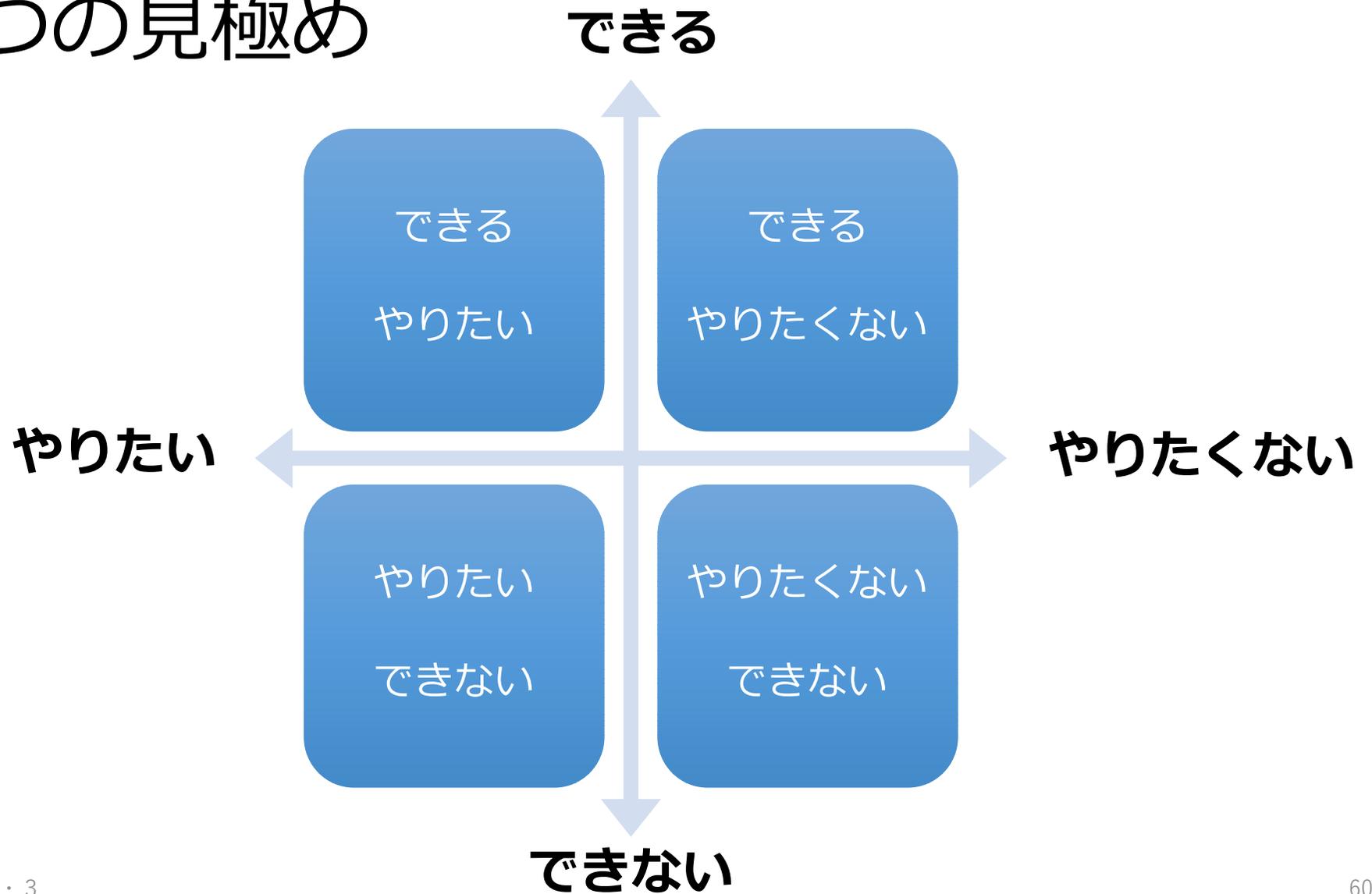
リサイクル発明品編

Nさんの場合

Nさんからの普遍の7つの教え

1. 主体的に行っていること
2. やりたいことであること
3. 好きなことであること
4. 人の役に立つこと
5. 人に喜ばれること
6. 人に伝えられること
7. 生業（なりわい）と繋がっていること

4つの見極め



『互いに必要とし、楽しめる関係を創る』

レビー小体型認知症の支援のキーワード

互いに必要とする関係を作ることが出来た

まとめ

最優先に信頼関係を築くこと

ひとは
どのような状態であっても
感情・感性は最期まで
そこに「在る」ものです

悲しみ・怒り・羨望・不安・愛

みなさんへ贈る 3つの大切な『こと』

1. ひとりで抱え込まないこと
2. うまくいくケアばかりに気を取られ
人の気持ちをどこかに置き去りにしないこと
3. 人と人との信頼関係を最優先に築くこと



イメージキャラクター もシカくん

伊達市

ありがとうございました

