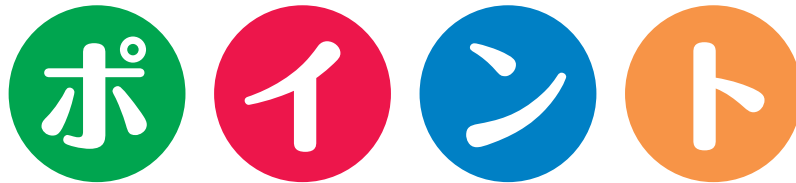


# ひもときシートの



社会福祉法人 浴風会  
認知症介護研究・研修東京センター

(1/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

## 事例

85 歳のみえ子さんはショートステイを利用して 3 日経ちました。初日から毎日決まって夕方になると、「こんなことはしてられない、ご飯の支度をしないと、旦那に叱られるから帰ります。」と玄関にやってきます。

家はすでに売られて無いことや、夫は亡くなり居ないことなどを話し、食堂まで誘導すると、一旦は落ち着きますが、夕食が始まるまで、数分ごとにこのようなことを繰り返します。

あなたは、この事例をどのように考えますか？

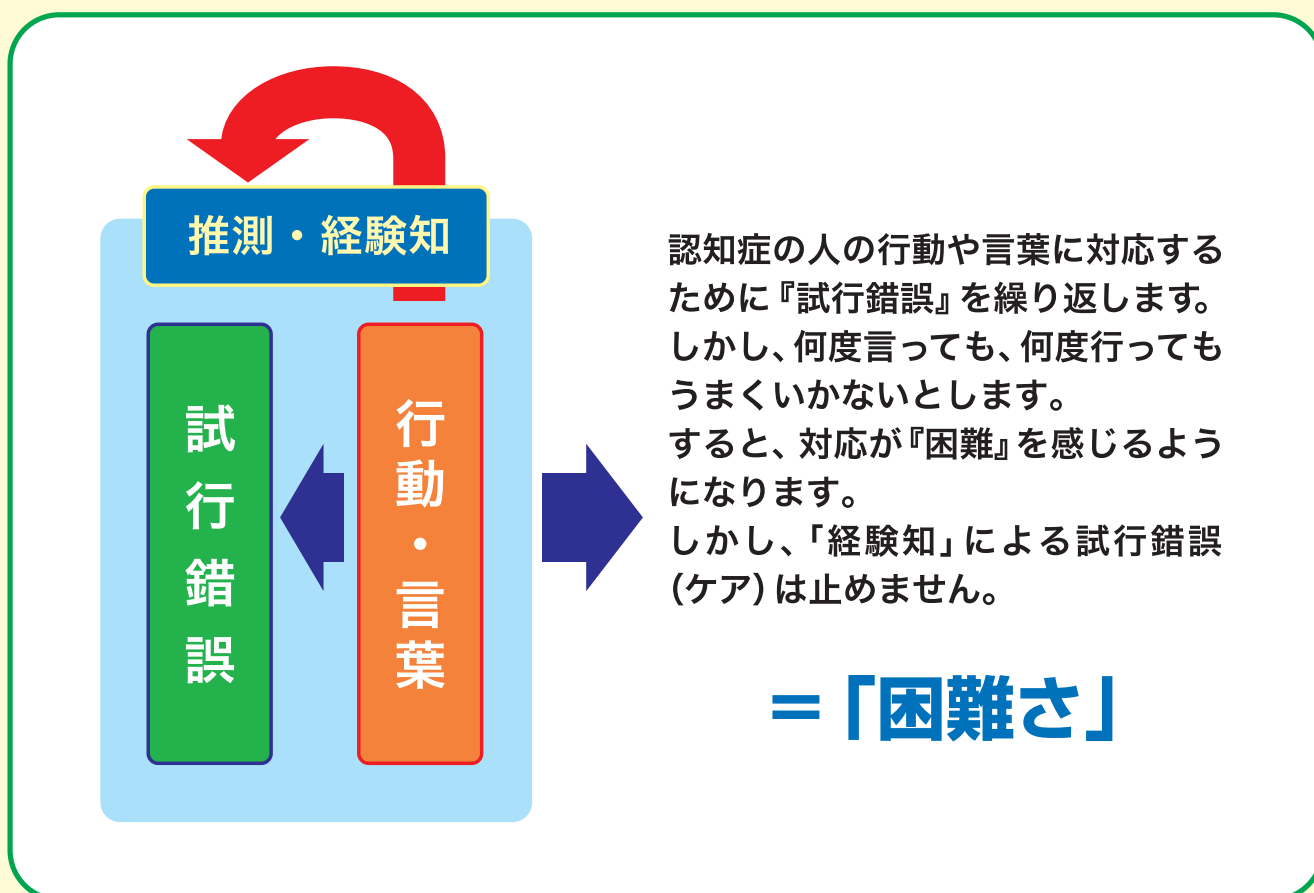
(2/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター



(3/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター



(4/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

認知症の方の行動や行為そのものを

**「変えよう」「止めよう」「抑えよう」**

とする方法が「認知症ケア」だと考えて  
いませんか？

でも、その裏には・・・

(変えたい・止まってほしい・やめさせたい)  
という、介護者の悲鳴しか聞こえないのでは？

(5/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

評価的理解

認知症の人の行動や発言に惑わされ表面的に「好き・嫌い・苦手・得意・いい人・悪い人」と理解してしまう。

分析的理解

「行動・言葉」の意味を本人の立場に立って「意味をつける」そのために、「なぜ?」「どうして?」と疑問を抱く。そしてそのわけを探る。

共感的理解

分析の結果、「言葉や行動の意味」がわかり、本人の気持ちが自分の中で共感できる。「なるほど・そうだったのか・もっともだな」と…。

(6/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

## ● 評価的理解

好き・嫌い・苦手・得意・いい人・悪い人  
とその理由

「～があるから、～をしなくちゃ、忙しいから、認知症だから、コミュニケーションが取れないから」

(7/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

### 介護者の思い

「繰り返し家に帰れないことを説明しても」  
あきらめてくれない  
**「現実」**

葛藤

「あきらめて静かに  
食堂の椅子に座って  
いてほしい」という  
**「思い」**

#### 適応機制

課題志向  
客観性  
知性と自立  
曖昧さに対する耐性  
感受性と共感能力

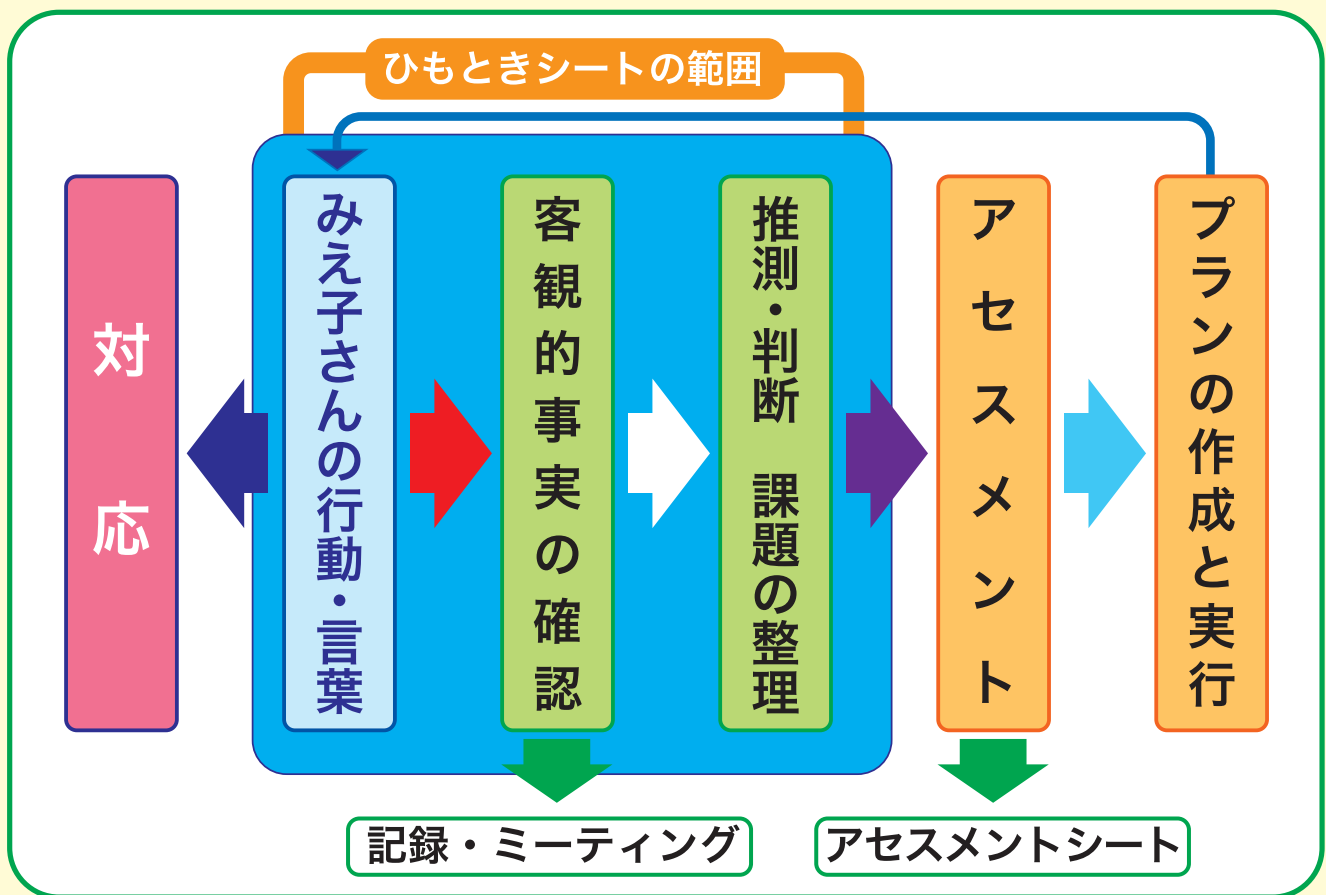
#### 防衛機制

合理化  
抑圧  
無意識化

不安・混乱

(8/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター



(9/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

●● 認知症ケアの理念 ●●

## 「パーソン・センタード・ケア」



**「認知症」**の人（みえ子さん）から

「認知症」の **人（みえ子さん）**へ



※ どこに重点・焦点・視点をおいてケアを工夫するか、創造するか

(10/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

### 認知症の状態を引き起こす5つの要因

脳神経疾患  
×  
生活歴  
×  
性格・気質  
×  
心理社会関係  
×  
身体状況・感覚

×

### 環 境

物理的環境  
( 設え・物品など )  
×  
人的環境  
( 職員・関わりなど )  
×  
感覚刺激  
( におい・色・音・  
温度・明るさなど )  
×  
ルール

=

言  
葉  
・  
行  
動

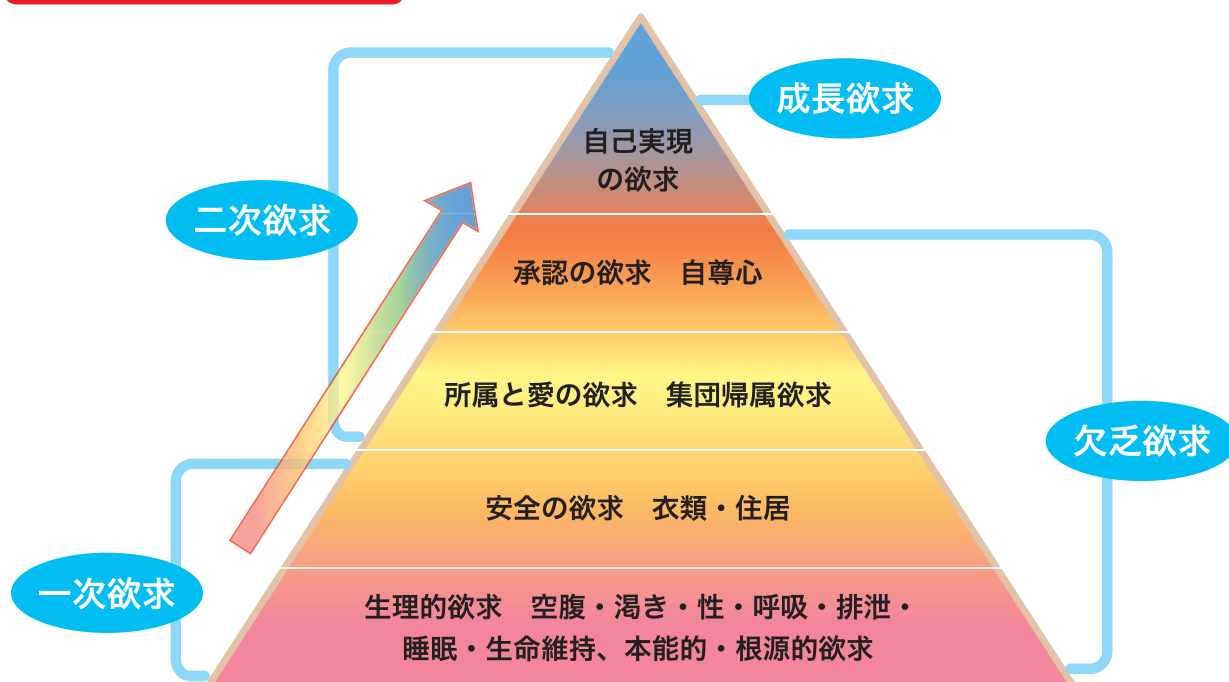
### 認知症の人が抱く 心理的ニーズ

自分らしさ  
結びつき  
たずさわり  
くつろぎ  
共にある  
↓  
愛 情

(11/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

### マズローの基本的欲求



(12/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター



(13/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター



(14/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

認知症高齢者と介護者の気持ちは「合わせ鏡」の関係になっている。

快の感情



不快の感情

愛・幸せ・安心感・満足

怒り・恐怖・欲求不満・猜疑

「BPSD」

不快感  
不安感  
混乱状態  
被害感  
ストレス

認知症の人

介護者

負担感  
不快感  
不安感  
いらつき  
不満  
ストレス

「不適切な関わり」

(15/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

こんなことしてられない。  
旦那が待っているから  
夕飯をつくりに帰らなきゃ。

いや、待てよ。  
みえ子さんは、  
どうして家に  
帰りたいのかなあ。  
何か理由が  
あるのかもしれない。

介護者

認知症のみえ子さん

言葉や行動はヒント？

(16/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター



## ● 分析的理解

なぜだろう？何か意味があるのか？

いつもはどうだろう？

昔の仕事に通じることはあるのかな？

(17/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

The worksheet consists of eight numbered boxes arranged in a 3x3 grid, with the center box being larger. Each box has a title and a dotted line for writing.

- (1) 病気の影響や、飲んでいる薬の副作用について考えてみましょう。
- (2) 身体的痛み、便秘・不眠・空腹などの不調による影響を考えてみましょう。
- (3) 悲しみ・怒り・寂しさなどの精神的苦痛や性格等の心理的背景による影響を考えてみましょう。
- (4) 音・光・味・におい・寒暖等の五感への刺激や、苦痛を与えていそうな環境について、考えてみましょう。
- (5) 家族や援助者など、周囲の人の関わり方や態度による影響を考えてみましょう。
- (6) 住まい・器具・物品等の物的環境により生じる居心地の悪さや影響について考えてみましょう。
- (7) 要望・障害程度・能力の発揮と、アクティビティ(活動)とのズレについて考えてみましょう。
- (8) 生活歴・習慣・なじみのある暮らし方と、現状とのズレについて考えてみましょう。

中央の大きなボックスには、以下の指示が記載されています：

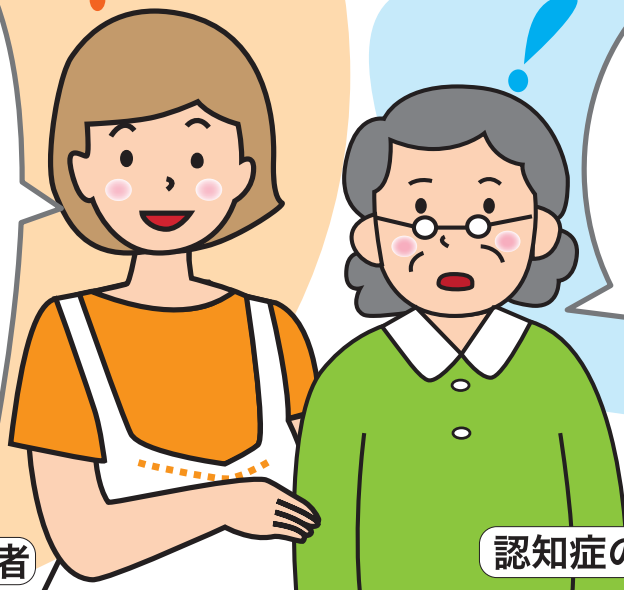
◎ 課題に関連しそうな本人の言葉や行動を書き出してみましょう  
あなたが困っている場面（Aに記載した内容）で、本人が口にしてた言葉、表情やしぐさ、行動等をありのままに書いてください。

(18/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

あ～よかった、  
みえ子さんらしい  
言葉が残っている  
わ。  
夕飯を待っている  
旦那さんのことが  
気がかりなのね。  
家を離れてしばら  
く経つから当たり  
前ね、同じ立場だっ  
たら私だってそう  
思う。

介護者



こんなことして  
いられない。  
旦那が待っている  
から夕飯をつくり  
に帰らなきゃ。

認知症のみえ子さん

みえ子さんの生活に共感できた介護者

(19/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

## ● 共感的理解

共感、同情、同調、対決

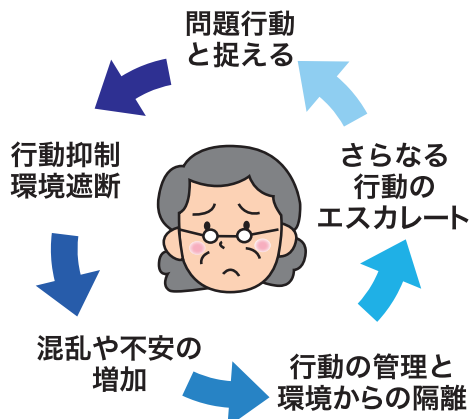
違いがわかりますか・・・？

(20/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

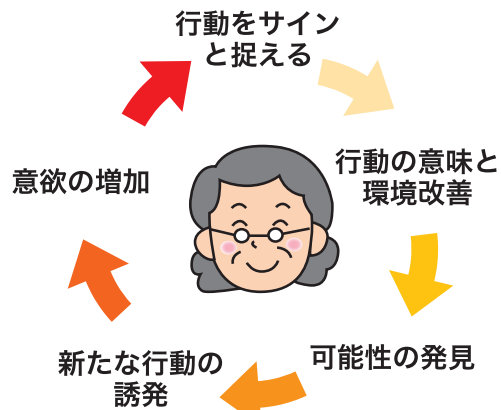
## 「認知症ケア」=BPSD への対応

行動の抑制による  
悪循環から



## 「認知症ケア」= 中核症状の緩和 と欲求への働きかけ

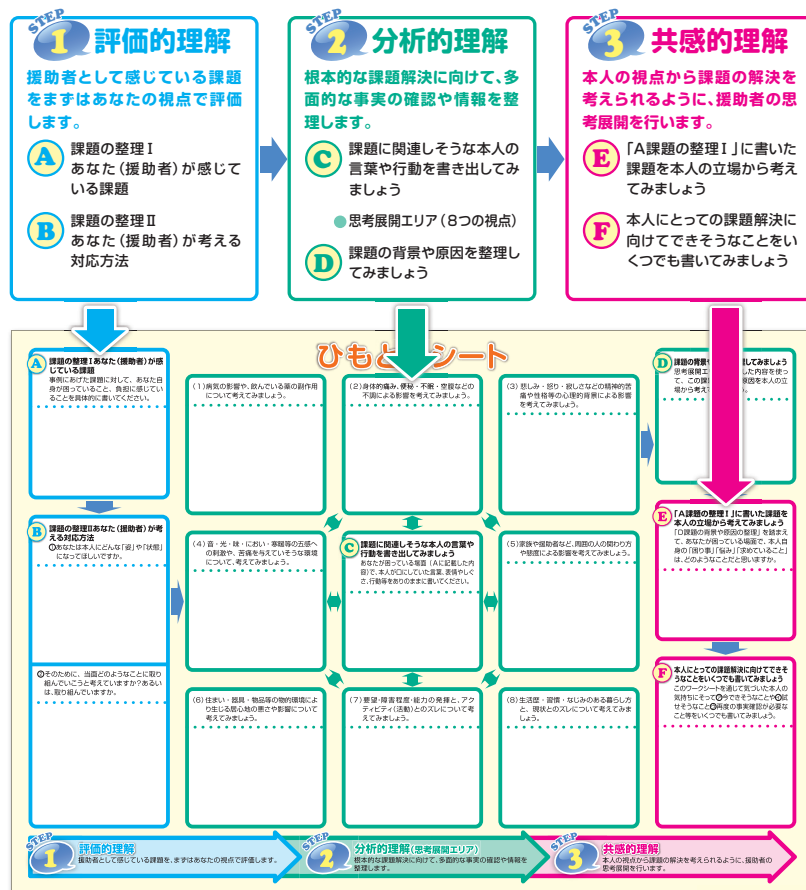
その人らしさを支援する  
好循環へ



(21/24)

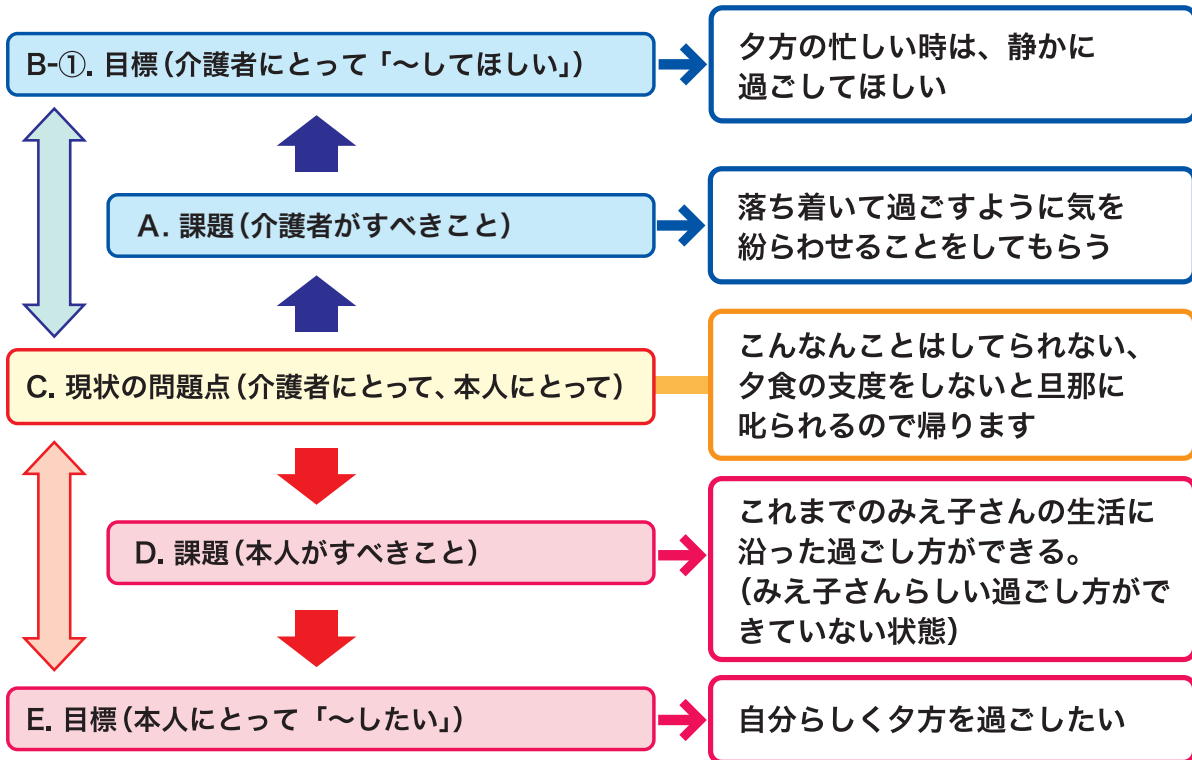
©2010 認知症介護研究・研修東京センター

## ひもときシートの構造



(22/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター



(23/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター

www.dcnet.gr.jp



## ひもときねつと 活用法

ひもときねつと 検索

**気づきを学ぶ**  
援助者とスーパーバイザーのやり取りを通じて「ひもとき」プロセスが学べます。  
▶ 気づきを学ぶ

**事例を探す**  
事例を通して認知症ケアの「気づきの視点」について考えてみましょう。  
▶ 事例を探す

**ひもときシート**  
ひもときシートとは、援助者中心になりがちな思考を本人中心の思考に転換し、課題解決に導こうとするものです。  
▶ シートを作った理由 ▶ Q&A  
▶ ひもときシートとは ▶ 効果検証  
▶ シートの使い方

**なるほどリンク**  
認知症ケア高度化事業成果報告  
個別訪問相談援助事業や成果物の効果検証のデータ等の報告です。  
海外認知症ケア情報  
海外の認知症ケアの最新の取り組みや動向を制度・支援システムとあわせて紹介しています。  
お役立ちコーナー  
認知症ケアに役立つ情報を掲載しています。  
ダウンロード  
ひもときシート書式や研修資料等がダウンロードできます。

(24/24)

©2010 認知症介護研究・研修東京センター