

## 入浴場面における認知症ケアの考え方

### ◎ 入浴における認知症介護の目標

#### ① 入浴の目的

入浴とは、身体の清潔を保つ行為であり、身体を温め血行を促進し、蓄積された疲労を取り除き心身機能を高める活動でもあります。入浴の目的は、2つあります。

##### ①皮膚を清潔にし、細菌感染を予防する

皮膚から出る汚れ、外部からつく汚れや細菌を落とし感染予防をすることです。また、油分や臭いが取り払われ、清潔にすることによって爽快感や満足感を得ることです。



##### ②心身機能を高め、心身をリラックスさせること

入浴することで、血液やリンパの循環を促進し、筋肉の緊張や疲労を和らげたり、胃腸や腎臓などの臓器の機能を高めたりすることです。また、新陳代謝を促進し、老廃物の排出を助け、心身をリラックスさせることです。



これらの2つの目的が達成されることで、身体機能の維持向上が図られ、精神の安定も図られやすくなります。また、清潔を保つことは身だしなみでもあります。清潔が保たれることで人間関係が良好になり、よりよい社会生活が送れることにもつながっていきます。そのためにも、入浴・清拭・洗髪が行えるようにすることが必要です。

## 2 認知症による入浴の課題

入浴を行い洗髪、洗身をすることは、私たちが日頃から、普通に行っている生活行為です。入浴により汚れや臭いが減り清潔感を保つことで、他者との人間関係を良好に保ち、新たな関係を形成していくなどの効果があります。血行促進や新陳代謝が良くなり、傷や褥瘡、感染など皮膚損傷からの回復や、適度な体力の消耗により安眠効果もあります。また、身体が温まる保温効果や、疲れがとれて身体が活性化し、その回復効果が食欲を促したり、ストレスを解消したりするなど精神的な効果もあります。

しかし、認知症になってしまうと、認知機能の低下によって、入浴、清拭、洗髪が困難になってしまいます。入浴も清拭も全くできなくなってしまうたり、洗髪が月に1度も行えないということが起こり、皮膚や頭皮が細菌に感染し病気になったり、汚れによる臭いや体臭が人間関係に支障をきたすようになってしまい、入浴のもたらす効果は全く得られなくなってしまいます。

## 3 認知症における入浴介護の目標

認知機能の低下によって起きやすい入浴課題を解決するためには、どのような介護や方法が望ましいのでしょうか。認知症高齢者への入浴介護の目標としては、2つの目的を同時に達成するようなサポートをすることです。

まずは、入浴、シャワー浴、清拭、洗髪をできるように勧め、身体の清潔を保ち、細菌感染予防をし、心身機能を高め、健康を維持するような介護が必要です。

次に、楽しく、くつろげる入浴環境を作ることが必要です。楽しく、くつろげる入浴は、高齢者の気持ちを安定させ、穏やかな生活を可能にします。

高齢や障害により代謝の低下や関節の可動域制限など、日常生活に不自由さが出現します。しかし、お湯の中に入ると、からだの重さから開放され、代謝も活発になり幾分からだをうごかしやすくなります。入浴のこれらの作用を心身機能促進の面と体力の消耗による疲労の両面から考えて効果的に介護していくことが必要です。

入浴介護の目標は、高齢者の気持ちにより添い、できることを尊重しながら、清潔保持ができ、そこから爽快感と満足感が得られるようにサポートすることでしょう。そのためには、常に、本人を中心とした入浴介護を心がけ、その人らしい入浴環境を整備することが必要です。

入浴により清潔が保持され、心身機能が高まり健康が維持されるとともに、入浴のもたらすリラックス効果により心の健康が維持され、認知症になっても安らかな、穏やかな、安心した生活を送るために支援し、そうした支援が潤いある生活を可能にするものです。

## ◎ 絶対にしてはいけない介護

認知症における入浴介護で絶対にしてはいけない事について説明します。

最も気をつけなければならないことは、先に述べた2つの入浴の目的をいずれか一方だけ達成し、もう一方は達成しないことです。これは非常に危険ですのでやめてください。

例えば、

### ① 高齢者の気持ちを無視し、何がなんでも無理矢理入浴、洗髪等をさせる場合

とにかく、清潔保持さえできれば本人の気持ちや事情は関係ないといったケースです。

「無理矢理、裸にしてお湯をかける」 「汚いからと、とても嫌がっているのに入浴を無理に勧める」  
「抵抗しないように手足を固定して、湯に入れる」

こういう介護は、確かに第一の目的である清潔保持はされますが、第二の目的である、心身のリラックスには全くなりません。精神的に不安になりかたくなに入浴を拒むなど、逆の効果が出てくると考えられます。生活を豊かにするような入浴の条件を無視していますので、絶対にしないようにしてください。

### ② 高齢者の気持ちや要求を聞きすぎて、全く入浴等をしない場合

先とは逆に、高齢者の好き嫌いや、気持ちを優先しすぎて、十分な入浴ができていない場合等で、

「高齢者が入りたくないと言っているのに、無理に勧めず、入浴は出来るときのみで1週間に一度も入浴等ができていない」  
「入浴が嫌いで、いつも入浴を拒否し皮膚病になってしまった」  
「入浴も洗髪もできず、体臭がひどくなり他者との人間関係に支障を生じてしまった」

確かに、高齢者の気持ちや要求を大事にすることは、利用者主体やその人らしい介護といった点から重要ですが、結果的に、健康を害したり、人間関係に支障をきたしたりすることは、本当の利用者主体とはいえません。利用者主体とは、必ずしも本人の希望を優先するだけで無く、本人にとって最も良い状態を最優先に考えて介護することです。

2つの目的を同時に達成できない介護は、絶対にやめるべきでしょう。



## 1 入浴を拒否する方へのケア

入浴は、気分のリフレッシュ感、リラクゼーションを図る、疲労感の軽減などの効果があることは一般的に知られているところです。また日本人にとっては、「裸の付き合い」という言葉に言い表されているようにコミュニケーションの場でもあるとも考えられており、一般には好ましい生活行為の一つとして捉えることができます。しかしながら、入浴の声かけに応じない、また入浴そのものを嫌がる認知症の人が少なくありません。「さっき入ったから」「家で入ります」など頑なに拒む姿は、私たちから見ると「どうして?」と不思議に感じられるところでもあります。

認知症の人は、その症状が進むにつれて、入浴そのものの意味や状況の理解が難しくなってきます。自分の体の変調や環境への不安、混乱といった心理的なことでも大きく動揺します。お風呂に入るということが理解できても、そのための手順がわからない、例えば着脱の仕方がわからないということもあるでしょう。また、人前で裸になるということは極めて無防備になることを意味しますが、羞恥心や自分を守る意味で入浴を嫌がるということも考えられることです。あるいはお風呂に入るのが面倒だということもあり、お風呂のことを忘れたという人もいるでしょう。人によって実にさまざまな理由が考えられます。

そういった認知症の人を前にして、スタッフが保清のための入浴を焦るあまり、半ば強引に入浴を試みることで、次の入浴の機会が困難になっていくことも少なくありません。認知症の人にとっても好ましい生活行為であるはずの入浴が、私たちのかかわり方一つで不愉快なものになってしまう可能性があるということをしっかりと認識しておかねばなりません。「入浴したくない」という表面に出てくる言葉は同じでも、その理由はその人によって全く違うのです。単純に「入浴拒否」という言葉で片付けてしまうのではなく、その後ろに隠れている認知症の人の思いや理由を考えることが大切です。



## ① 入浴方法の工夫

先に述べたように、入浴の効果は単に保清だけではなく、気分のリフレッシュ、またリラックスできる環境であることが大切です。複数のスタッフや他の入居者がいることや、介助業務に集中するあまり、本人に対する声かけがなかったり、逆に周囲でせわしなく動きまわることで、認知症の人の不安や混乱を招く要因になることも少なくないのです。あくまでもその人のペースで、ゆっくりと落ち着いて対応することが大切です。また入浴の手順は一人ひとり違いますし、本人にも確認しながら介助していくことが重要です。

不思議なことに、いったんお風呂に入ってしまうと、今度は気持ち良くなって、なかなか上がろうとしなくなることも少なくありません。そういった方たちを見ていると、決して入浴そのものが嫌いなわけではなく、入浴に至る過程（声かけ、脱衣等）の配慮がいかに重要であるかを考えさせられます。

また認知症の人の中には、自らの体の変調や異変を伝えることが難しい方もおり、同時にリスクの高い人たちでもあることから表情や動作を常に確認し、いつもと違う状態に気づけるよう観察を十分に行うことが必要でしょう。

### 実際の取組例

#### 1. ゆっくりと笑顔でコミュニケーションをとりながら対応する

本来、入浴はリラックスできる時間であり、浴室は空間でもあります。その人が穏やかな気分になれるようなかかわりが大切であると思います。「気持ちいいですか」「湯加減はどうですか」など、利用者のペースでコミュニケーションをとりながら楽しい入浴を演出しましょう。

#### 2. 目・耳等にお湯等が入らないよう配慮する

入浴したときに嫌な思いをしたということが入浴を嫌がる原因になっているかもしれません。洗髪を嫌がったりするので襟足から少しずつ洗ったり、目や耳にお湯が入らないよう配慮が必要です。「お湯が入るから目や耳を押さえてください」などの声かけや、タオルでお湯などが入るのを防ぐなど、入浴を嫌がる原因を作らないことが大切です。

#### 3. 本人のやり方(こだわり)を聞きながら、必要な(できない)部分を支援する

人によって入浴の手順やこだわりは違うものです。身体の洗い方一つをとっても、その人なりの習慣やこだわりがあるものです。本人に確認をしながら入浴をすすめることで次第に思い出すこともあるかもしれません。介助者が一方的にすべてをやってしまうのではなく、できる部分は自分で行ってもらいながら支援しましょう。



#### 4. 一つひとつ手順を説明し、本人が混乱しないよう対応する

入浴のすべての行為を行うことが無理でも、声かけや手順を示してもらうことによって自分でできる人も少なくありません。認知症の方が混乱しないよう、一度にたくさんのことを伝えるのではなく、一つひとつ本人のペースで行えるよう声かけしてみましょう。

#### 5. お礼や労うなどの声かけをする

入浴するということは高齢者にとってかなりの疲労感が伴うものです。私たちには普通のことでも高齢者にとっては大変なことなのです。大変な思いをして入浴してもらったことにきちんと感謝を伝えることや、労をねぎらうことが相手を認めることにつながり、お互いの信頼関係を深める意味でも必要なことでしょう。

#### 6. いきなりお湯をかけるのではなく、本人に確認しながらゆっくりとお湯をかける

入浴前は体が冷えていることが多いのですが、そこにいきなりお湯をかけられると実際以上に温度を高く感じてしまいます。本人の心の準備が整うよう、声をかけながら足元からゆっくりとお湯をかけるなどの配慮が求められます。

#### 7. いきなり入浴ではなく、身体の一部から入浴を始めよう

例えば、足浴などから始めることで、身体が温まることの気持ちよさや清潔になることでの爽快感が期待できます。入浴を嫌がっている人に、いきなりではなく手浴、洗顔など、徐々に本人の気持ちを入浴に結びつけていけていけるよう、段階的に働きかけていくことも一つの方法です。



## 2 入浴時間の工夫

暮らしの環境が変わったからと言って、長年の生活習慣は変えられるものではありません。湯の温度や時間帯など、それまでの生活スタイルをしっかりと把握しておくことが大切です。一般に認知症の人たちの時代、生活習慣からすれば、日中の明るい時間帯の入浴は不自然なものでしょう。例えば、仕事を終えた夕方や夕食後だったり、寝る前であったりと昔からなじんでいる時間帯に入浴するのが自然です。しかしながら施設においては、職員の配置、勤務体制などから、それらに対応することが難しい状況にあります。施設のスケジュールで入浴するのではなく、自分たちの入浴したい時間で入浴できるよう努めたいものです

### 実際の取組例

#### 1. 今までの生活習慣に合わせた時間帯を設定する

一般に入浴する時間は夕方から夜にかけてという方が多いのではないのでしょうか。施設では非常に難しいことですが、夜間浴やその方に合わせた入浴時間に取り組んでいる施設も少なくありません。施設に入ったから仕方がないではなく、今までの生活を継続できるよう支援していけるよう努める必要があります。

#### 2. 時間を決めずに、気分を見て入浴を促す

施設の都合に合わせて入浴するのではなく、その人の気分や体調などから自由に入浴できることが望ましいでしょう。入浴を嫌がる方にとって入りたい時が絶好のチャンスなのです。一日を通じて本人の表情のよい時間帯や疲労感なども考慮しながらお誘いするのも一つの方法です。

#### 3. 本人のペースに合わせて、ゆっくり入浴できるように

認知症の方たちは、考えながら、思い出しながら行動に移します。したがって私たちとは違い、そのペースが極めてゆっくりであるとも言われています。ともすれば私たちは業務効率を優先するあまり、時間を急いでしまう傾向がないのでしょうか。入浴の満足感をしっかりと味わってもらえるような配慮が私たちには必要です。



### 3 入浴メンバーの工夫

見知らぬ人の前で、あるいは異性や大勢の人の中で裸になることは、私たちにとってもたやすいことではありません。スタッフや他の入居者が、認知症の人にとって顔なじみの関係であることが重要なポイントになります。いたずらに不安や混乱を生じないように、本人の言動から、その思いや気分を尊重したかかわり方が大切になります。



#### 実際の実例

#### 1. 仲の良い人と一緒に入浴できるよう順番や曜日を調整する

見知らぬ環境の中で一人は心細いものですが、仲間がいると心強いものです。普段から仲の良い人が一緒であれば、気持ちも随分と軽いのではないのでしょうか。一緒に誘導することで、自然に入浴できるようになることも期待できるので、その方を取り巻く人間関係にも配慮しましょう。

#### 2. 浴室に誰もいないことを伝え、一人で入浴できる状況を作る

大勢で入浴することを好まない方もいます。プライバシーの部分や、一人でゆっくりと入浴したいなど理由は様々にあるでしょう。他の利用者が入浴していない時間を見計らって誘導するなど、本人の気持ちを尊重した対応が必要です。

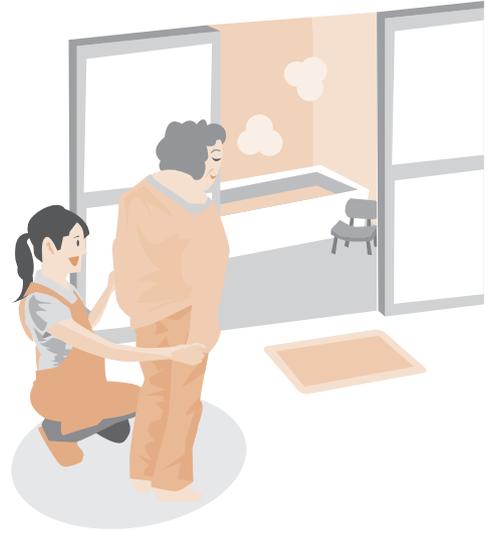
#### 3. 家族の協力を仰ぐ

利用者にとってなじみの関係の最たるものは家族でしょう。職員には難しいことでも、家族の口添えをもらえることで利用者に納得してもらえることもしばしばです。例えば入浴の声かけをしてもらったり、近くの銭湯や温泉と一緒にいくということも一つの方法です。可能であるならば施設の浴室を開放するといったことも考えられます。

## 4 入浴前の準備

入浴拒否の原因はさまざまです。入浴介助者が誰か分からない、時には家族であることですら分からなくなり、知らない人の誘いには乗れないとばかり、入浴を拒否することが多いようです。まず、自分が誰であるか、これから何をしようとしているのかを、きちんと伝えることが大切です。

強制的に入浴させるということは、認知症の人の立場から考えると、見ず知らずの赤の他人にいきなり服を剥ぎ取られることになるわけです。本人にしてみればこんな理不尽な話しはありません。当然、怒るでしょうし、言葉や態度も乱暴になるはずですが、私たちが無理強いすることで、その後の入浴ケアが困難な状態になりやすいということをしっかりと認識しておかなければなりません。



### 実際の取組例

#### 1. 安心してもらえらる人間関係を作る

入浴に対して不安を持っている方には声かけを工夫したり、入浴前にその人の好きな話題等を持ち出したりして安心感を持って頂くことで、介助への抵抗感が軽減します。気持ちをリラックスできる会話や相性の合う職員が対応するなど、決して無理強いせず対応することが必要です。

#### 2. リラックスした状態が持てる環境にする

楽しいことやうれしいことがあると気持ちが前向きになる経験をしたことがありませんか。認知症の人にも同じことが言えるのではないのでしょうか。

例えば、好きな歌や音楽が流れていたり、「お風呂の後で、美味しいジュースを飲みましょう」など、入浴後の楽しみを伝えることで誘導に応じてくれることもあります。楽しみにしていることの流れの中にパターン化すると、入浴を嫌がらなくなる方もいるようです。

#### 3. 一仕事して汗を流してから入浴しましょうと伝える

入浴は、仕事を終え一日の汗を流すというイメージがあります。入浴前に趣味活動を行ったり、散歩の後に入浴を勧めるなど、入浴したくなる条件を整え、自然な形で入浴に気が向くような機会を作ることも有効な方法です。

## 5 誘導方法の工夫

スタッフが伝えたつもりでも理解力や判断力の低下から、本人にはその意味が届いていないことがあります。入浴には同時に服を脱ぐという動作が伴いますから、一つひとつの動作を丁寧にわかりやすい言葉で伝えることも大切なことです。また、タオルや石鹸、お湯を触るなどの入浴を連想させる言葉以外のものを工夫することも必要です。スタッフが強引に入浴を勧めることで介護者に不信感を持つだけの結果に終わる可能性もあるので、保清のために無理に入浴するのではなく、本人の「入ろうか」という気持ちを引き出す方法を根気よく考えることが重要です。介護する側が無理強いをしてしまうと、認知症の人は自分の思いが伝わらない、思いどおりにならないことに不機嫌となり、「暴言」更には「暴力行為」へと発展しかねません。

### 実際の実例

#### 1. 入浴のイメージが膨らむように

入浴の声かけをしても、言葉が必ずしも認知症の人に届いているかどうかはわかりません。本人にとってお風呂を連想させる物やお湯に触れることで、お風呂だということが分かる方もいます。あるいは、「今日は温泉（銭湯）に行きましょう」と声かけすることで入浴してくれる方もいます。その方にとっての、入浴の意味が伝わりやすいコミュニケーションの方法を考えてみましょう。

#### 2. 本人が「入ろうか」という気になる声かけ

入浴で体が温まることやさっぱりして気分が良くなることなどを話し、入ってもらえる気分になるよう声かけを工夫することが必要でしょう。気持ちがどうしても入浴に傾かない時には、気分転換を図る意味で本人の趣味や関心のある「ひと仕事」をすることも有効である場合があります。また、沸かしたてで、まだ誰も入っていないお風呂に入ることは習慣や特権を感じさせるものであることから、「一番風呂」ということを伝えると声かけに応じてくれる利用者も少なくありません。

#### 3. 信頼関係を作ることを目指す

知らない場所で見ず知らずの人に服を脱がされ、お風呂に入ることでどれだけ不安を与えているかをケアする職員が理解することが前提になります。「大変だけど入浴してね。」といった気持ちが言葉かけや介助する姿勢に現れ、入浴を嫌がる方にも伝わるのかもしれません。認知症の人はスタッフの焦りや時間を気にするしぐさに敏感で、入浴してもらいたいがために無理強いた誘導は、その後のケアにも大きく悪い影響を与えます。



#### 4. 時間を置く、対応する相手を変えてみる

声かけをして「入りたくない」と言ったからといっても、次の機会には成功する可能性があります。認知症の症状の一つには気分が変わりやすいという特徴もあります。一度であきらめずに時間を変え、人を変え、何度かトライすることをお勧めします。しかしながら、あまりしつこ過ぎると逆効果になることも心に留めておかなければなりません。

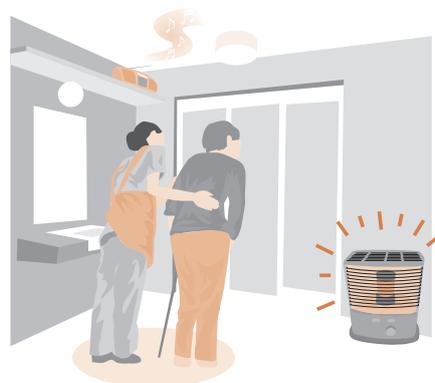
#### 5. 自然に衣服を脱げる声かけを工夫する

入浴するためには衣服を脱ぐという行為が必要になります。入浴を嫌がる認知症の方は入浴に至る一連の流れが順序立てて理解しにくくなっています。例えば、「薬を塗りたいので」や「体重を測りたいのですが」など、衣服を脱ぐことが自然に行えることで、そのまま入浴することができる場合もあります。

## 6 入浴環境の調整

認知症の人たちが生きてきた年代にとって、日中の明るいうちに入浴するのは銭湯であり、温泉ホテルのようなものがイメージしやすいと思います。浴室の入口に暖簾をかけたり、歌や音楽を流すなど気持ちがりラックスできるような雰囲気作りを心がけます。浴室までタオルや石鹸を持っていくのもいいでしょう。とにかくそこがどういう場所なのか、入浴に結びつけられる工夫を検討することが大切です。

浴室内、浴槽のお湯、シャワーの温度も快適な入浴のための重要な要素の一つです。浴室、浴槽、シャワーの温度を事前に整えておくことはスムーズな入浴のためには必要な準備です。



### 実際を取組例

#### 1. お風呂とわかるような環境を作る

自宅での入浴と施設等での入浴は、その環境や入浴時間がまったく違うことが多いようです。利用者が違和感を覚えるのは当然と言えるでしょう。人生の中で少しでも経験のある入浴とつながるように、例えば銭湯気分の風呂桶や温泉マークの暖簾、浴室内の明るさなど環境面の工夫を考えましょう。

#### 2. お湯の温度が本人の好みになるよう調整する

好みのお湯の温度に個人差があることは、私たち自身を振り返ってみても容易に想像できることです。長年の習慣から好みの温度でなければ、その楽しみは半減してしまうのではないのでしょうか。また、入浴後の満足感も大きく違うように感じます。一人ひとりの好みの温度を調整することは難しいかもしれませんが、できるだけ配慮できるよう対応しましょう。

#### 3. 脱衣室に衝立を置くなど着替えが人に見えないように配慮する

人前で裸になるのは恥ずかしいものです。衣服を脱ぎ、お風呂に入るという手順が理解されていれば納得もいきやすいのですが、衣服を脱ぐ目的が理解されていなければ「何のために？」と混乱を招きやすいと思います。他の入居者が少ない時間帯や、脱衣室にカーテンや衝立を置くなど人の視線をさえぎる工夫をすることで、恥ずかしさを感じるのが少ない環境を作ることも重要な視点です。

#### 4. 浴室内が寒くならないよう室温を保つよう配慮する

一般に高齢者は寒さに敏感だといわれています。浴室内では裸になるわけですから、寒さ対策には十分配慮しなければなりません。介護者は浴室内の暑さの中で仕事をしていますから気づきにくいという面もあります。肌寒く感じることでイライラしたり、本人の心理状態に影響を与える場合がありますので、浴室や浴槽の適切な温度管理を行いましょう。

## 7 介助者の調整

意味もなく人前で裸になるのは、どんな人であっても恥ずかしいものだと思います。特に入浴介助者が異性である場合、なかなか裸になるのは難しいものです。そんな時は、バスタオルなどで覆ってあげたり、同性の介助者と交代したりすると、うまくいくことがあります。

また、何人もかかわる人が入れ替わることで、混乱や不安の引き金を引いてしまうこともあることから、声かけ誘導から脱衣、入浴と一連の介助場面を同じスタッフが行うことも有効な方法の一つです。

### 実際の実例

#### 1. 異性(あるいは同性)を嫌がるので、本人が嫌がらないよう配慮する

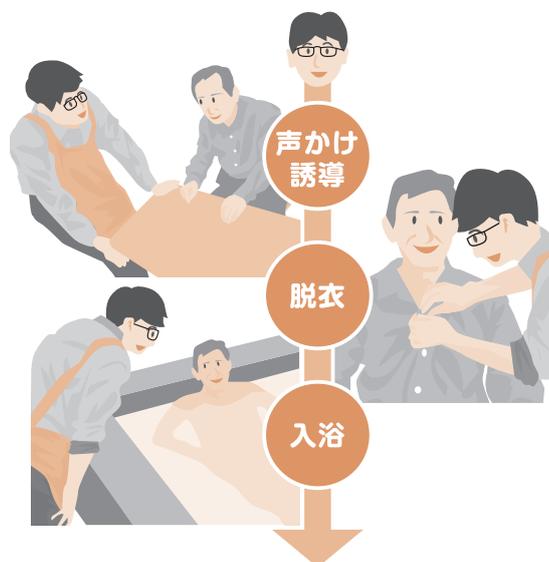
特に女性利用者に多くみられると思いますが、異性の介護者に抵抗感を示し拒否につながる方がいます。現状の職員体制では厳しい面もありますが、できるだけ同性の介護者を配置することで解決することもありますので、職員間の連携など工夫しながら対応にあたりましょう。

#### 2. 信頼関係のあるスタッフが対応する

信頼関係ができていない人に服を脱がされたり、体を洗われたりすることは、決して楽しいことではないはずです。知っている人であること、顔馴染みのスタッフが誘導から終了まで一緒にいてくれることで、安心して落ち着いて入浴することができます。

#### 3. 介助者の服装

服を着た人が浴室に入ってきて、お風呂に入ってるのを見てたり、髪を洗ったりするのは違和感があるし、認知症の人にしてみれば嫌だと感じるものではないでしょうか。そういった違和感を取り除くために、場合によっては介助者が服を脱いで一緒に入るということも方法の一つとして考えられます。



## 8 その他

### 実際の実例

#### 1. 拒否の理由を尋ねてみる

入浴拒否の背景には、自分が何かやらなければならないとか、家に帰って入浴するとか、必ず理由があると言われてしています。本人が言っているからといって、安易に入浴拒否と決めつけず、その理由を丁寧に聞くことで不安な気持ちを取り除いてから入浴を勧めるように対応しましょう。

#### 2. 下着の汚れを見られないように

人はいくつになっても、たとえ認知症の方でも、「恥ずかしい」という感覚は強く残っています。汚れたオムツや下着を見られることに抵抗を感じるお年寄りが多いのです。介護者はそういう気持ちを汲み取り、入浴前に下着の交換をする、他の利用者が入浴していない時に誘導するなど、できるだけプライドを守ってあげられるよう配慮する必要があります。

#### 3. 医師の指示で入浴してもらいたい

医師がどういった職業であるのかということも、認識している利用者はたくさんいます。つまり、病気を治してくれる人というように医師を見ているのではないのでしょうか。

また、「お医者さんの言うことは聞くものだ」という教えが経験的にも身についています。「受診があるので体をきれいに」「お風呂に入ったほうが体に良い」などと医師が言っていたと告げることも有効な方法です。



# 入浴拒否課題 介護チェック表

現在、実施しているケアを確認しましょう。

記入者氏名

記入日

高齢者氏名 ( )

◆身体機能  
(自立・やや機能低下)

◆認知症重症度(日常生活自立度判定基準)  
( I ・ II ・ III ・ IV ・ V )

状況

〇〇さんは、入浴に誘うといつも入浴を嫌がり、何日もお風呂に入っていません。

## 要注意!! こんなケアしてませんか?

- 本人の拒否を意思の尊重と言って放っておいていませんか?
- 強制的に声かけしたり、しかったり、どなったりしてませんか?
- いきなりお湯をかけたり、身体を洗い始めるなど本人のやり方を無視して介助していませんか?
- 本人の意向を無視して強引に服を脱がせたり、入浴させようとしていませんか?
- 入浴させたいあまり不潔であるなど本人を傷つけるような声かけや誘導をしていませんか?

●認知症の方は自分の心身の状況をうまく説明できない方も少なくありません。「入りたくない」という言葉だけで判断するのではなく、心身の状況を把握するよう努めましょう。

●介護者が入浴させたいあまり、強引に入浴させようとするのは得策ではありません。むしろ、無理やり入浴させられたという本人の不快感や自尊心を傷つけることにもなりかねません。その時は入浴できても、次の入浴はさらに難しくなることが考えられます。業務を優先して考えるのではなく、本人の気持ちを優先するよう気をつけましょう。

ケア方針

- ◎本人の身体状況や疾病、健康状態に応じたケアに努めましょう。
- ◎常に本人の気持ちや想いをくみ取り、本人の状態や心理を中心としたケアを行いましょう。
- ◎本人が「お風呂のことだ」と理解できる入浴環境を整えましょう。

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<b>体調</b> ●現病・既往歴 ○バイタル ○本人の気持ち、意志 ○気分 ○認知機能	<input type="checkbox"/> 体調があまりよくない理解力や判断力が低下している <hr/> <input type="checkbox"/> 本人の気分や気持ちが優れない <hr/> <input type="checkbox"/> 不安や困惑した表情をしている	◇認知症を患うと、自分の体の異変を適切に伝えることが難しい方もいます。いつもと違う状態に気づけるよう観察を十分に行いましょう。 ◇体調や気分の影響を受け、不安や混乱が生じている場合もあります。本人が安心できるような声かけや態度で接することが必要と考えられます。 ◇「入浴拒否」には本人なりの思いや理由があると考えられています。単純に「拒否」という言葉で片付けるのではなく、その後ろに隠れている心身の状態を考えながら対応しましょう。	浴室の温度やお湯の温度を調整する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-2 拒否の理由を尋ねてみる。 <input type="checkbox"/> p.115-0-1 清潔でいることや温まることが体によいことを伝える。 <input type="checkbox"/> p.111-0-2 寒くないかなど入浴中のコミュニケーションを多くとる。 <input type="checkbox"/> p.106-0-1 身体に変調がないか本人の状態を尋ねてから誘導する。 <input type="checkbox"/> p.111-0-2 いつもの状態と変わらないか表情等を確認し誘導する。 <input type="checkbox"/> p.108-0-2 本人の調子のよい時間帯に合わせて入浴する。 <input type="checkbox"/> p.108-0-2
	<input type="checkbox"/> 下着が汚れている <hr/> <input type="checkbox"/> そわそわと行動が落ち着かない <hr/> <input type="checkbox"/> 不安や困惑した表情をしている <hr/> <input type="checkbox"/> 羞恥心や怒りなどの感情が現れている <hr/> <input type="checkbox"/> 便秘や下痢などの症状がある <hr/> <input type="checkbox"/> 本人の恥ずかしさや混乱などの思いを汲んだ声かけができない	◇失禁していることが要因として、人前で服を脱ぐのを嫌がる場合があります。排泄状況の確認や入浴の前にトイレへ誘導するなど、また汚れた下着を着替えるなど本人が羞恥心を感じないような対応に努めましょう。 ◇誰にでも羞恥心はあります。年をとればその恥ずかしさはなおさらではないでしょうか。本人の心理状態を考え、下着等の汚れを目にしたときにも、それとなくそっと片づけるなど本人の自尊心を尊重したかかわりを心がけましょう。	着替えを準備していることを伝え、ついでに入浴しましょうと声かけする。 <input type="checkbox"/> p.111-0-2 受診や健康診断のために(Drに診てもらおう)という理由で誘ってみる。 <input type="checkbox"/> p.115-0-3 脱衣室に衝立を置くなど着替えが人に見えないように配慮する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-3 浴室に誰もいないことを伝え、一人で入浴できる状況を作る。 <input type="checkbox"/> p.109-0-2 入浴前にトイレ誘導、下着等の着替えをしてから声かけをする。 <input type="checkbox"/> p.115-0-2

身体状況

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<p><b>気分</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 本人の気持ち、意志</li> <li>○ 気分</li> <li>○ スタッフとの関係</li> <li>○ スタッフの声かけ内容・見守り方</li> <li>○ 興味・関心</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 本人に困りごとや不安がある</li> <li><input type="checkbox"/> 入浴の意味が本人に伝わっていない</li> <li><input type="checkbox"/> 一連の動作でできない部分がある</li> <li><input type="checkbox"/> 他の入居者との関係がよくない</li> <li><input type="checkbox"/> スタッフとの関係がよくない</li> <li><input type="checkbox"/> 羞恥心が強い</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 介護者が伝えたとつもりでも理解力や判断力の低下から、本人にはその意味が届いていないことがあります。一つひとつの動作を丁寧に、わかりやすい言葉で伝えましょう。</li> <li>◇ 見ず知らずの人の前で裸になることはできないことだと思います。スタッフや他の入居者との関係も大変重要なポイントではないでしょうか。顔なじみのスタッフや他の入居者と一緒であれば入浴に前向きになる可能性があります。</li> <li>◇ 入浴したくないという本人なりの理由、その思いや気分を耳を傾けましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>笑顔で相手のペースに合わせて声かけを行う。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.106-0-1</a></li> <li>気の合う利用者から声かけしてもらい、一緒に入浴できるよう協力してもらう。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.109-0-1</a></li> <li>面会時に合わせ家族から声かけしてもらおう(手伝ってもらおう)。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.109-0-3</a></li> <li>職員が交代せずに同じスタッフが入浴に対応する。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.110-0-1</a></li> <li>お風呂に入ってもらって自分たちが助かったことやお礼を述べる。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.107-0-5</a></li> <li>一度断られてもしつこくならないよう、時間をおき繰り返し声かけを行う。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.112-0-4</a></li> </ul>
<p><b>興味関心</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 興味・関心</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> <li>○ 気分</li> <li>○ スタッフの声かけ内容・見守り方</li> <li>○ 生活歴(幼少期から)</li> <li>○ スタッフとの関係</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 生活する場所として理解できていない</li> <li><input type="checkbox"/> 浴室及び脱衣室が連想できない</li> <li><input type="checkbox"/> 表情がよくない</li> <li><input type="checkbox"/> 過去に入浴に関するエピソードがある</li> <li><input type="checkbox"/> 本人の生活習慣と違う</li> <li><input type="checkbox"/> 落ち着けない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 今までの入浴環境とあまりにイメージが遠い場合、そこがどういう場所なのか入浴と結びつかないことが考えられます。設備等は仕方がないところですが、少しでも雰囲気や和らげる環境の工夫が必要です。</li> <li>◇ 気持ちがどうしても入浴に傾かない時には、気分転換を図る意味で本人の趣味や関心のある「ひと仕事」をすることも有効である場合があります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>今日は温泉(銭湯)に行きましよう誘導する。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.111-0-1</a></li> <li>自分の石鹸やシャンプーなどを用意し、入浴のイメージが膨らむよう対応する。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.111-0-1</a></li> <li>温泉マークの暖簾などお風呂とわかるような環境を作る。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.113-0-1</a></li> <li>入浴中のコミュニケーションを増やす。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.106-0-1</a></li> <li>好きな歌や音楽を流し、リラックスした状態が持てる環境にする。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.110-0-2</a></li> <li>一仕事して汗を流してから入浴しましょうと伝える。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.110-0-3</a></li> <li>本人の習慣になっている時間帯に入浴する。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.108-0-1</a></li> </ul>
<p><b>認知機能</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知機能</li> <li>○ 気分</li> <li>○ 言語理解</li> <li>○ スタッフとの関係</li> <li>○ スタッフの声かけ内容・見守り方</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 入浴の意味が伝わらない</li> <li><input type="checkbox"/> 場所を見てもお風呂と認識できない</li> <li><input type="checkbox"/> 嫌なことをされたという思いがある</li> <li><input type="checkbox"/> 大きな声で指示している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 言葉で伝わらないこともよくあることですが、例えばスタッフのしぐさや動作を交え、ゆっくりとかかわることが重要です。一度断られても時間をおいて繰り返し誘導するようにしましょう。</li> <li>◇ 言葉以外の、例えばタオルやせっけん、浴室など本人が入浴と連想しやすいものや場所を確認してもらいながら対応しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の石鹸やシャンプーなどを用意し、入浴のイメージが膨らむよう対応する。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.111-0-1</a></li> <li>本人が理解しやすい表現(近くの温泉名や行水など)で伝えてみる。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.111-0-1</a></li> <li>入浴が楽しく感じられるような工夫をする。(入浴剤や入浴後の楽しみなど) <input type="checkbox"/> <a href="#">p.110-0-2</a></li> <li>気分が変わらないよう、本人とコミュニケーションをとりながら対応する。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.106-0-1</a></li> <li>浴室内へ誘導、お湯に触れてもらうなど本人が入浴と感じ取れるよう視覚や聴覚、触覚など五感を活用し誘導する。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.111-0-1</a></li> <li>一度断られても、しつこくならないよう時間をおき繰り返し声かけを行う。 <input type="checkbox"/> <a href="#">p.112-0-4</a></li> </ul>

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<b>性格</b> ●性格 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○本人の気持ち、意志 ○気分 ○性別 ○認知機能	<input type="checkbox"/> 羞恥心が強い <input type="checkbox"/> 浴室・脱衣室が落ち着けない <input type="checkbox"/> 周囲がざわざわしている <input type="checkbox"/> 今までの生活習慣と違う <input type="checkbox"/> 入浴の意味が伝わりにくい <input type="checkbox"/> 過去に入浴に対する嫌な体験があった <input type="checkbox"/> 人前で服が脱げない	<p>◇浴室は声や音が反響しやすい場所です。複数のスタッフや他の入居者がいる場合ざわついて落ち着けないこともあるでしょう。また複数のスタッフが一度に関わることで、情報が整理できずに不安や混乱を招くことも考えられますので、かかわるスタッフはできるだけ少ない人数で行うことも大切な視点です。</p> <p>◇入浴してもらいたいのは、むしろスタッフの方と考えることができるでしょう。本人にとっては、入浴しないからといってさしたる問題もないわけです。そういう意味ではスタッフの仕事に協力していただいたことのお礼を述べることで入浴に対してのいい印象を与えることも考えられます。</p>	<p>お風呂に入ってもらって自分たちが助かったことのお礼を述べたり、労うなど声かけをする。 <input type="checkbox"/> p.107-0-5</p> <p>本人の気持ちを聴きながら、ゆっくりと対応する。 <input type="checkbox"/> p.106-0-1</p> <p>一つひとつ手順を説明し、本人が混乱しないよう対応する。 <input type="checkbox"/> p.107-0-4</p> <p>拒否の理由を尋ねてみる。 <input type="checkbox"/> p.115-0-1</p> <p>一度断られても、しつこくならないよう時間をおき繰り返し声かけを行う。 <input type="checkbox"/> p.112-0-4</p> <p>本人のやり方(こだわり)を聞きながら、必要な(できない)部分を支援する。 <input type="checkbox"/> p.106-0-3</p> <p>スタッフが入れ替わることをしないよう少数のスタッフで対応する。 <input type="checkbox"/> p.114-0-2</p>
<b>入浴習慣</b> ●入浴習慣(自宅) ○生活歴(幼少期から) ○過去の入浴体験 ○入浴のこだわり ○本人の気持ち、意志	<input type="checkbox"/> 入りたい時間に入浴できない <input type="checkbox"/> 入浴の習慣が違う <input type="checkbox"/> 入浴の意味が伝わらない <input type="checkbox"/> 人前で服が脱げない <input type="checkbox"/> 女性(あるいは男性)の後に入浴したくない <input type="checkbox"/> 銭湯などの経験がない	<p>◇場所が変わったとしても長年の生活習慣は変えられるものではありません。スタッフの生活リズムではなく、本人の生活リズムで入浴できるように状況を整えることが必要でしょう。</p> <p>◇本人の入浴に関する生活習慣がどのようなものであったのか家族等に確認してみましょう。</p> <p>◇羞恥心が大きく影響していることも要因としては考えられます。異性や大勢の人の前で裸になることは決してたやすいことではないでしょう。本人が恥ずかしさを感じる事が少ない環境を作ることも重要な視点だと思います。</p>	<p>本人の習慣に合わせた入浴時間に入浴できるようにする。 <input type="checkbox"/> p.108-0-1</p> <p>裸になるところを人に見られない環境(カーテンや衝立)、時間で入浴する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-3</p> <p>一番風呂であると誘導する。 <input type="checkbox"/> p.111-0-2</p> <p>お湯の温度が本人の好みになるよう調整する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-2</p> <p>目・耳等にお湯等が入らないよう配慮する。 <input type="checkbox"/> p.106-0-2</p> <p>浴室内が寒くならないよう室温を保つよう配慮する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-4</p>
<b>入浴方法</b> ●湯温 ○浴室の温度 ○入浴のこだわり	<input type="checkbox"/> 湯温が本人の好みになっていない <input type="checkbox"/> 浴室内が寒く感じる <input type="checkbox"/> 女性(あるいは男性)の後に入浴したくない <input type="checkbox"/> 本人が望むときに入浴できない	<p>◇湯温や室温は個人差があります。どのくらいで心地よいのか、本人に聞きながら入浴してもらええる配慮を心がけましょう。</p> <p>◇入浴の方法は一人ひとり手順が違いますし、生活習慣も大きく影響します。家族等の情報を入手し、本人にも確認しながら入浴の対応をしましょう。</p>	<p>お湯の温度が本人の好みになるよう調整する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-2</p> <p>本人の入浴のこだわりを教えてもらいながら対応する。 <input type="checkbox"/> p.106-0-3</p> <p>浴室内が寒くならないよう室温を保つよう配慮する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-4</p> <p>いきなりお湯をかけるのではなく、本人に確認しながら足元からゆっくりとお湯をかける。 <input type="checkbox"/> p.107-0-6</p> <p>温まるからとコミュニケーションをとりながら対応する。 <input type="checkbox"/> p.106-0-1</p>
<b>入浴時間</b> ●入浴時間帯 ○気分 ○本人の気持ち、意志 ○スタッフの声かけ内容・見守り方	<input type="checkbox"/> 本人の好きな時間帯に入浴できない <input type="checkbox"/> 本人の不安なことや心配なことがある <input type="checkbox"/> 職員の声かけの仕方がよくない	<p>◇必ずしも本人が望む時間帯に入浴できないことも少なくないと思います。繰り返し入浴の声かけや誘導を行い、本人が入っていただけやすい時間帯や状況を確認しましょう。</p> <p>◇本人なりの理由が考えられますが、入浴させようと無理に勧めることで逆にイライラ感が高まります。趣味活動や本人の関心事に話向けることで気分転換を図り、「ひと仕事」終えてから、誘導してみましょう。</p>	<p>時間を決めずに、気分を見て入浴を促す。 <input type="checkbox"/> p.108-0-2</p> <p>本人と相談し、混乱しないよう決った時間と曜日に入浴できるようにする。 <input type="checkbox"/> p.108-0-1</p> <p>入浴に対する不安感が和らぐよう、話を聞きながら誘導する。 <input type="checkbox"/> p.108-0-3</p> <p>なるべく今までの本人の生活習慣に近い時間に入浴する。 <input type="checkbox"/> p.108-0-1</p> <p>一度断られてもしつこくならないよう、時間をおき繰り返し声かけを行う。 <input type="checkbox"/> p.112-0-4</p> <p>レクやトイレ誘導など、本人が自然に動く時間帯に合わせて入浴への誘導を促す。 <input type="checkbox"/> p.110-0-3</p>
<b>入浴ペース</b> ●入浴のこだわり ○入浴時間帯 ○本人の気持ち、意志 ○気分	<input type="checkbox"/> 自分のペースで入浴できない(ゆっくりと入浴できない) <input type="checkbox"/> せわしい感じがする <input type="checkbox"/> 介助業務に集中し声かけられない <input type="checkbox"/> 大きな声で指示されたり、声かけや見守り方がよくない <input type="checkbox"/> 不安や困った表情をしている	<p>◇入浴はリラックスする生活行為でもあります。周囲の人の動き、自分とは関係のない声や音などは雑音と感じて、本人の気分や心理に強く影響しますので、ゆっくりと落ち着ける環境づくりを心がけましょう。</p> <p>◇人によっては長風呂の人もいますし、短時間で入浴する人もいます。体調との関連もありますが、できるだけ本人が満足できる時間、湯船につかることができるよう見守りましょう。</p>	<p>本人のペースに合わせ、ゆっくりと湯に浸かれるよう見守る。 <input type="checkbox"/> p.108-0-3</p> <p>できるだけ自分でできるよう、しつこ過ぎない声かけを心がける。 <input type="checkbox"/> p.106-0-3</p> <p>なるべく本人の生活習慣に近い時間に入浴できるようにする。 <input type="checkbox"/> p.108-0-1</p> <p>一度断られても、しつこくならないよう時間をおき繰り返し声かけを行う。 <input type="checkbox"/> p.112-0-4</p> <p>本人の気持ちを聴きながら、ゆっくりと対応する。 <input type="checkbox"/> p.106-0-1</p> <p>好きな音楽などを流し気分がリラックスできる環境をつくる。 <input type="checkbox"/> p.110-0-2</p> <p>入浴後に、気分が落ち着いたり、穏やかな気持ちになれるよう、飲み物、食べ物などを用意し、一緒に楽しむ。 <input type="checkbox"/> p.110-0-2</p>

性格

入浴状況

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<b>温度</b> ●浴室の温度 ○気分 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○スタッフとの関係 ○湯温 ○着替えのストック ○本人の気持ち、意志	<input type="checkbox"/> 気分や表情がよくない <input type="checkbox"/> 寒いと感じている <input type="checkbox"/> 安心できない <input type="checkbox"/> 過去に入浴に関する嫌な体験がある	◇体が冷え切った状態の方もいるので、体感温度を考えながらシャワーの温度を調節するなど、直接皮膚にあたる湯温に気を付けましょう。 ◇肌寒く感じることでイライラしたり、本人の心理状態に影響を与える場合がありますので、浴室や浴槽の適切な温度管理を行いましょう。 ◇認知機能の低下によって、適切に自分の希望や思いを伝えることが難しい場合もあるので、本人の表情や反応などを観察し対応しましょう。 ◇次にどうしていいかわからず、混乱や不安を感じることも少なくありません。本人が安心できるようなかかわりを心がけましょう。	本人の表情を観察し、表情の良い時間帯に入浴する。 <input type="checkbox"/> p.108-0-2 寒さ等を気遣い、本人に確認しながらコミュニケーションをとる。 <input type="checkbox"/> p.106-0-1 いきなりお湯をかけるのではなく、本人に確認しながら足元からゆっくりとお湯をかける。 <input type="checkbox"/> p.107-0-6 浴室内へ誘導、お湯に触れてもらうなど本人が入浴と感じ取れるよう視覚や聴覚、触覚など五感を活用し誘導する。 <input type="checkbox"/> p.111-0-1 一つひとつ手順を説明し、本人が不安感をもったり、混乱しないよう対応する。 <input type="checkbox"/> p.107-0-4 お湯の温度が本人の好みになるよう調整する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-2 浴室内が寒くならないよう室温を保つよう配慮する。 <input type="checkbox"/> p.113-0-4 「ありがとうございます」とお礼や労いの言葉をかける。 <input type="checkbox"/> p.107-0-5
<b>人間関係</b> ●他の入居者との関係 ○気分 ○興味・関心 ○家族関係	<input type="checkbox"/> 他の入居者との関係がよくない <input type="checkbox"/> 仲の良い人がいない <input type="checkbox"/> スタッフとの関係がよくない	◇仲の良い他の入居者や顔なじみのスタッフは、本人にとって心強い仲間になり得ますので、人間関係にも配慮した誘導を行うよう心がけましょう。 ◇本人にとって大事だと思える人の話はよく聞くものです。本人にとってのキーパーソンとなる人を確認し、協力を仰ぐことも有効な方法の一つです。	仲の良い他の入居者に促してもらう。 <input type="checkbox"/> p.109-0-1 仲の良い人と一緒に入浴できるような順番や曜日調整する。 <input type="checkbox"/> p.109-0-1 家族の面会時に入浴時間を合わせ、入浴を促してもらう。 <input type="checkbox"/> p.109-0-3 医師の指示で入浴してもらいたいことを伝える。 <input type="checkbox"/> p.115-0-3 家族から生活情報を得る。 <input type="checkbox"/> p.109-0-3
<b>スタッフとの関係</b> ●スタッフの声かけ内容・見守り方 ○スタッフとの関係	<input type="checkbox"/> 安心できない <input type="checkbox"/> 羞恥心が強くある <input type="checkbox"/> 人前で服が脱げない <input type="checkbox"/> スタッフの声かけ、誘導の仕方が良くない	◇今までと違う場所で、知らない人たちに囲まれて生活することは、非常にストレスの高い生活であると容易に想像できます。認知機能の低下により、混乱や不安感を生じさせているということを再確認しましょう。 ◇普通にできていたことが、できない苦しさを抱えて生活しているということを理解し、本人が安心できる声かけや対応が必要です。	笑顔でゆっくり、入居者のペースでコミュニケーションをとる。 <input type="checkbox"/> p.106-0-1 「ありがとうございます」とお礼や労いの言葉をかける。 <input type="checkbox"/> p.107-0-5 一度断られても、しつこくならないよう時間をおき繰り返し声かけを行う。 <input type="checkbox"/> p.112-0-4 異性(あるいは同性)を嫌がるので、本人が嫌がらないよう配慮する。 <input type="checkbox"/> p.114-0-1 入浴時だけでなく、普段からコミュニケーションをとる時間をつくる。 <input type="checkbox"/> p.114-0-2

現在の状態は  
どうですか

◎入浴を拒否する回数

拒否の回数  回/日

◎ケアをしたときの表情

- 笑顔みられる…  悲しそうである…   
 穏やかである…  苦しそうである…   
 落ち着いている…  怒っている…   
 集中している…  泣いている…

◎行動やしぐさの様子

- そわそわしている…   
 寝ている…   
 無関心である…   
 同じ動作の繰り返し…

## 2 清拭を拒否する方へのケア

清拭は、入浴と同様に汗や汚れを除去し、新陳代謝や血液循環の生理作用を高め、細胞を活性化させて感染防止に効果があることは一般的に知られているところです。

認知症の人は、その症状が進むにつれて、清拭そのものの意味や状況の理解が難しくなってきました。自分の体の変調や環境への不安、混乱といった心理的なことでも大きく動揺します。身体を拭くということが理解できても、そのための手順がわからない、例えば着脱の仕方が分からないということもあるでしょう。また、人前で裸になるということは極めて無防備になることを意味しますが、羞恥心や自分を守る意味で清拭を嫌がるということも考えられることです。

そういった認知症の人を前にして、スタッフが保清のための清拭を焦るあまり、半ば強引に清拭を試みることで、次の清拭の機会が困難になっていくことも少なくありません。認知症の人にとっても好ましい生活行為であるはずの清拭が、私たちのかかわり方一つで不愉快なものになってしまう可能性があるということをしっかりと認識しておかねばなりません。「清拭したくない」という表面に出てくる言葉は同じでも、その理由はその人によって全く違うのです。単純に「清拭拒否」という言葉で片付けてしまうのではなく、その後ろに隠れている認知症の人の思いや理由を考えることが大切です。

## 1 清拭方法の工夫

清拭の効果は単に保清だけではなく、気分のリフレッシュ、またリラックスできる環境であることが大切です。複数のスタッフや他の入居者がいることや、介助業務に集中するあまり、本人に対する声かけがなかったり、逆に周囲でせわしなく動きまわることで、認知症の人の不安や混乱を招く要因になることも少なくないのです。あくまでもその人のペースで、ゆっくりと落ち着いて対応することが大切です。また清拭の手順は一人ひとり違いますし、本人にも確認しながら介助していくことが重要です。

不思議なことに、身体を拭き始めると、気持ち良くなって、抵抗や拒否が弱まることも少なくありません。そういった方たちを見ていると、決して清拭そのものが嫌いなわけではなく、清拭に至る過程（声かけ、脱衣等）の配慮がいかに重要であるかを考えさせられます。

また認知症の人の中には、自らの体の変調や異変を伝えることが難しい方もおり、同時にリスクの高い人たちでもあることから表情や動作を常に確認し、いつもと違う状態に気づけるよう観察を十分に行うことが必要でしょう。



## 実際の取組例

### 1. できるかぎり本人が自分で拭けるように対応する

人は気持ちが動かないかぎり自分から進んで行動しません。まずは、自分で拭ける箇所を自分で拭いてもらうような声かけ・関わりが大切です。その際、人肌に触れて気持ちが良い適温のタオルを多めに用意（ホットキャビネット、発泡スチロール、小型クーラーボックス等を活用）して、ていねいなコミュニケーションを交わしながら、手や指など、比較的容易にできる箇所から自分で拭いてもらうよう支援しましょう。

### 2. いきなり全身ではなく、身体の一部から清拭を始める

例えば、足浴などから始めることで、身体が温まることの気持ちよさや清潔になることでの爽快感が期待できます。清拭を嫌がっている人に、いきなりではなく手浴、洗顔など、徐々に本人の気持ちを清拭に結びつけていけていけるよう、段階的に働きかけていくことも一つの方法です。

### 3. トイレ時に実施する

排尿便の失禁などで衣服が汚れトイレで脱いだ際、「体を拭きましょう」と声かけし、清拭することも一つの方法です。

### 4. 時間を決めずに、気分を見て清拭を促す

施設の都合に合わせて清拭するのではなく、その人の気分や体調などから自由に清拭できることが望ましいでしょう。一日を通じて本人の表情のよい時間帯や疲労感なども考慮しながらお誘いするのも一つの方法です。

### 5. リラックスした状態が持てる環境にする

楽しいことやうれしいことがあると気持ちが前向きになる経験をしたことがありませんか。認知症の人にも同じことが言えるのではないのでしょうか。

例えば、好きな歌や音楽が流れていたり、「体を拭いた後で、美味しいジュースを飲みましょう」など、清拭後の楽しみを伝えることで誘導に応じてくれることもあります。楽しみにしていることの流れの中にパターン化すると、清拭を嫌がらなくなる方もいるようです。

## 2 清拭環境の調整

清拭を行う場所は、肌を露出しても寒くないよう室温を整え、かつプライバシーに十分配慮しつつ、その人にとって安心感や心地よさがより増すようにすることが大切です。

また、湯温バケツ、汚水用バケツ、ピッチャー、石けん、清拭剤、タオル、着替え、クリームなどを事前に整えておくことはスムーズな清拭のためには必要な準備です。

### 実際の取組例

#### 1. 清拭する場所が寒くならないよう室温を保つよう配慮する

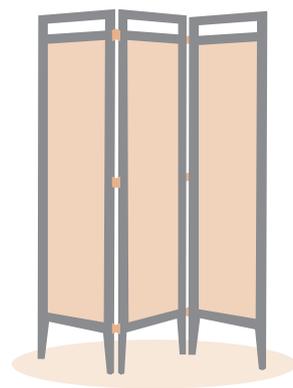
一般に高齢者は寒さに敏感だといわれています。部分清拭では一部の肌が露出し、全身清拭では裸になるわけですから、寒さ対策には十分配慮しなければなりません。介護者自身の体感温度とおとしよりの体感温度は異なることが少なくなく、気づきにくいという面もあります。肌寒く感じることでイライラしたり、本人の心理状態に影響を与える場合がありますので、清拭を行う場所の適切な温度管理を行いましょう。

#### 2. 清拭布の温度が本人の好みになるよう調整する

入浴の好みのお湯の温度に個人差があることは、私たち自身を振り返ってみても容易に想像できるところです。長年の習慣から好みの温度でなければ、その楽しみは半減してしまうのではないのでしょうか。また、清拭後の満足感も大きく違うように感じます。一人ひとりの好みの温度を調整することは難しいかもしれませんが、できるだけ配慮するよう対応しましょう。

#### 3. 衝立を置くなど人に見えないように配慮する

居室が個室である場合は、プライバシーは守れるでしょう。しかしながら、多床室や脱衣場、トイレなどで行う場合には、十分にプライバシーを守らなければなりません。人前で裸になるのは恥ずかしいものです。衣服を脱ぎ、清拭するという手順が理解されていれば納得もいきやすいのですが、衣服を脱ぐ目的が理解されていなければ「何のために？」と混乱を招きやすいと思います。他の入居者が少ない時間帯や、清拭する場所にカーテンや衝立を置くなど人の視線をさえぎる工夫をすることで、恥ずかしさを感じるのが少ない環境を作ることも重要な視点です。



#### 4. 一人で清拭できる状況を作る

プライバシーの部分や、一人でゆっくりと清拭したいなど理由は様々にあるでしょう。本人の気持ちを尊重した対応が必要です。

### 3 声かけの工夫

スタッフが伝えたつもりでも理解力や判断力の低下から、本人にはその意味が届いていないことがあります。清拭には同時に服を脱ぐという動作が伴いますから、一つひとつの動作を丁寧にわかりやすい言葉で伝えることも大切なことです。また、タオルや石鹸、お湯を触るなどの清拭を連想させる言葉以外のものを工夫することも必要です。スタッフが強引に清拭を勧めることで介護者に不信感を持つだけの結果に終わる可能性もあるので、保清のために無理に清拭するのではなく、本人の「体を拭こう」という気持ちを引き出す方法を根気よく考えることが重要です。介護する側が無理強いをしてしまうと、認知症の人は自分の思いが伝わらない、思いどおりにならないことに不機嫌となり、「暴言」更には「暴力行為」へと発展しかねません。



#### 実際の取組例

#### 1. 声かけの態度の工夫

基本姿勢である柔和な表情で、視線の高さを合わせ、相手との呼吸を合わせながら、ゆっくり丁寧に声をかけましょう。「体を拭きましょう」も丁寧な言葉ではありますが、指示・命令的な言葉です。原則は「体を拭きませんか」と質問・依頼形を用いることが、「意志の尊重」を具現化した声かけです。また、清拭に対して不安を持っている方には、清拭前にその人の好きな話題を持ち出したりして安心感をもって頂くことで、介助への抵抗感を軽減します。

#### 2. 声かけを簡単に

「清拭」「足浴」等は、言葉は専門用語であるため極力使わない方が良いでしょう。「タオルで体を拭きませんか」「足だけを洗いませんか」と平易な言葉を使うようにしましょう。また、浴室・部屋等へ移動する場合、「向こうへ」とか「あっちへ」とか使わずに、行き先の方を指さし、「風呂場」「お部屋」とはっきり言った方が安心感が増すでしょう。

#### 3. お礼やねぎらいを

全身清拭ともなれば高齢者にとってかなりの疲労感が伴うものです。介助者の声かけや依頼に対して利用者が理解・同意してくれたことに、さりげなく微笑みながら「ありがとうございます」「お疲れ様でした」「つらくなかったですか」と声をかけることが相手を認めることにつながり、お互いの信頼関係を深める意味でも必要なことでしょう。

時々、感謝の気持ちを「すみません」という言葉で表す人がいますが、本来「すみません」は謝罪の言葉です。生活の主人公は利用者本人です。むやみに「すみません」を連発して、逆に利用者に「なんでこの人さっきから謝っているのだろう」と誤解を与えたり不安な気持ちにさせないことも大切です。

#### 4. 本人のペースで声かけ

人によって清拭の手順やこだわりは違うものです。拭き方一つをとっても、その人なりの習慣やこだわりがあるものです。本人に確認をしながら清拭をすすめることで次第に思い出すこともあるかもしれません。介助者が一方的にすべてをやってしまうのではなく、できる部分は自分で行ってもらいながら支援しましょう。

#### 5. 好きな話題をしながら

その人が穏やかな気分になれるようなかかわりが大切であると思います。「気持ちいいですか」「タオルの温度はどうですか」など、利用者のペースでコミュニケーションをとりながら、その人の自慢話やよく知っている歌と一緒に歌うなど、楽しい清拭を演出しましょう。



## 4 誘導の工夫

スタッフが伝えつつも理解力や判断力の低下から、本人にはその意味が届いていないことがあります。清拭には同時に服を脱ぐという動作が伴いますから、一つひとつの動作を丁寧にわかりやすい言葉で伝えることも大切なことです。また、タオルや石鹸、お湯を触るなどの清拭を連想させる言葉以外のものを工夫することも必要です。スタッフが強引に清拭を勧めることで介護者に不信感を持つだけの結果に終わる可能性もあるので、保清のために無理に清拭するのではなく、本人が「体を拭こう」という気持ちを引き出す方法を根気よく考えることが重要です。介護する側が無理強いをしてしまうと、認知症の人は自分の思いが伝わらない、思いどおりにならないことに不機嫌となり、「暴言」更には「暴力行為」へと発展しかねません。

### 実際の実例

#### 1. 家族からの依頼

日頃から家族との関係が良好な人には、家族の来訪時に、家族から直接誘導の声かけをお願いしていただきましょう。また、本人が認知できる娘、息子等の固有名詞を出して、「〇〇さんから、明日一緒に美容室に行くので今日のうちに体を拭いてもらうように頼まれています」と話してみるのも一つの方法です。

#### 2. 内科受診のため

定期受診をしている人には、体を拭いてから受診することを勧めてみましょう。

#### 3. 薬を塗るため

持病を抱え塗り薬を塗布している人には、薬の効果を高めるために、一度前の薬を取り除き、きれいな状態で塗ると良いことを説明することも一つの方法です。



#### 4. 清潔、血行など効果を説明

体を拭くことにより、体に付着している汚れや垢が取り除かれます。また、マッサージ効果により、体の血行がよくなり、痛み、むくみ、冷えなどを解消する効果があることも強調すると良いでしょう。

#### 5. 他者からの誘導

人それぞれに馴染みの関係があります。ストレスが少なく落ち着いた気持ちで清拭ができるよう、日頃から相性の良い人（家族、他の入居者を含む）から誘ってもらってみるようによいでしょう。

#### 6. 介助者と一緒に

清拭前に一緒に趣味活動・散歩などを行い、「汗をかいたので一緒に体を拭きませんか」と声かけをしてみましょう。馴染みのスタッフが誘導から終了まで一緒にいてくれることで、安心して落ち着いて清拭することができます。

#### 7. 清拭前に散歩する

清拭前に趣味活動を行ったり、散歩の後に清拭を勧めるなど、清拭したくなる条件を整え、自然な形で清拭に気が向くような機会を作ることも有効な方法です。



#### 8. 医師の指示で清拭してもらいたい

医師がこういった職業であるのかということも、認識している利用者はたくさんいます。つまり、病気を治してくれる人というように医師を見ているのではないのでしょうか。

また、「お医者さんの言うことは聞くものだ」という教えが経験的にも身についています。「受診があるので体をきれいに」「体を清潔にすると泌尿器系の病気予防にもなる」などと医師が言っていたと告げることも有効な方法です。

## 5 介助者の調整

意味もなく人前で裸になるのは、どんな人であっても恥ずかしいものだと思います。特に清拭介助者が異性である場合、なかなか裸になるのは難しいものです。そんな時は、バスタオルなどで覆ってあげたり、同性の介助者と交代したりすると、うまくいくことがあります。

特に女性利用者に多くみられると思いますが、異性の介護者に抵抗感を示し拒否につながる方がいます。現状の職員体制では厳しい面もありますが、できるだけ同性の介護者を配置することで解決することもありますので、職員間の連携など工夫しながら対応にあたりましょう。

また、何人もかかわる人が入れ替わることで、混乱や不安の引き金を引いてしまうこともあることから、声かけ誘導から脱衣、清拭と一連の介助場面を同じスタッフが行うことも有効な方法の一つです。

### 実際の取組例

#### 1. 信頼関係のあるスタッフが対応する

信頼関係ができていない人に服を脱がされたり、体を拭かれたりすることは、決して楽しいことではないはずです。知っている人であること、顔馴染みのスタッフが誘導から終了まで一緒にいてくれることで、安心して落ち着いて清拭することができます。

#### 2. 複数のスタッフ

人には相性というものがあり、理屈では推し量れないことがあります。最初の関わりで利用者が不穏・興奮した場合、無理強いしたり、しつこく関わらずに、別な職員に替わってもらいましょう。

#### 3. 家族の協力

利用者にとってなじみの関係の最たるものは家族でしょう。職員には難しいことでも、家族の口添えをもらえることで利用者に納得してもらえることもしばしばです。例えば清拭の声かけをしてもらったり、家族に介助を手伝ってもらいながら一緒に清拭するのも一つの方法です。

## 6 その他

#### 1. 過去の否定的な出来事や劣等感を確認

清拭に限らず介助を拒否する背景には、なにがしかの理由があるかもしれません。たとえば、「人前で裸になったことが少ない」とか「乳癌で乳房を切除している」といったことが、清拭を拒む理由になっているかもしれません。本人が拒否しているからといって、安易に清拭拒否と決めつけず、その理由を丁寧に聞くことで不安な気持ちを取り除いてから清拭を勧めるように対応しましょう。

# 清拭拒否課題 介護チェック表

現在、実施しているケアを確認しましょう。

記入者氏名

記入日

高齢者氏名 ( )

◆身体機能  
(自立・やや機能低下)

◆認知症重症度(日常生活自立度判定基準)  
(I・II・III・IV・V)

状況

〇〇さんは、入浴が嫌いなため、清拭をしようとする、嫌がり、何日も清拭できていません。

## 要注意!! こんなケアしてませんか?

- 強制的に声をかけたり、叱ったり、怒鳴ったりしていませんか?
- 汚い、臭いなどと、相手を脅かしたり、否定していませんか?
- 無理矢理浴室に連れていったり、突然服を脱がしたりしていませんか?
- 手が使えないようにしたり、動けないようにしていませんか?
- 本人の拒否を「意志の尊重」とはきかえて、それを理由に放置していませんか?

- 清拭は身体を清潔にし、疾患を予防したり、不潔になるのを防ぐ意味があります。特に皮膚疾患など高齢者がかかりやすい疾患の予防に役立ちますから、ほうっておかず、こまめに実施するようにしましょう。
- 無理矢理怒ったり、強制したりすると恐怖感が身についてしまい、二度と清拭をしたくなるかもしれません。できるだけ本人が拒否する理由や原因を考えて、納得した上で実施してください。
- 清拭は入浴の代わりでもあるので、とてもプライバシーに関わる援助です。できるだけ羞恥心や、プライバシーを守りながら、自尊心を尊重するよう心がけましょう。

ケア方針

- ◎本人の身体状況や疾病、健康状態に配慮しながら、心地よく清潔が保たれるように心がけましょう。
- ◎常に本人の気持ちや思いをくみ取り、本人の状態や心理を中心としたケアを行いましょう。
- ◎安全・安楽・安心して、心地よく清拭できるよう、環境づくりを行いましょう。

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<b>体調</b> ●病気や体調、認知機能 ○水分量 ○運動量や睡眠状況	<input type="checkbox"/> その日の体調(熱、顔色、痛みなど)に気を配り、体調の悪いときに無理強いしていない	◇脱水症による意欲低下、不穏はないのか、一日に必要な水分摂取量を正確に把握しましょう。	トイレで衣服等を脱いだ時に声かけをしてみる。 <span style="float: right;">p.121-①-3</span>
	<input type="checkbox"/> 水分摂取量が不十分である	◇向精神薬に対する副作用がないのか確認しましょう(特に、レビー小体病の場合)	塗り薬を使っている場合、前に塗った薬を取って、きれいな肌に薬を塗ると効き目が良くなることを伝える。 <span style="float: right;">p.125-①-3</span>
	<input type="checkbox"/> 空腹によるイライラ感	◇体調や気分による影響もありますので、できるだけ安心感をもってもらような関わりを心がけましょう。	清拭をするとサツパリすることや、血行が良くなって歩くのが楽になったり、疼痛がやわらぐことを伝える。 <span style="float: right;">p.126-①-4</span>
	<input type="checkbox"/> 皮膚疾患がある	◇記憶力の低下や、判断力の低下など認知機能の低下も要因となっているので、「清拭する」ことをわかりやすく理解してもらい関わりが必要です。	周囲に誰もいないことを伝え、ゆっくりと1人でできる環境を作る。 <span style="float: right;">p.122-②-4</span>
	<input type="checkbox"/> 失禁の有無	◇運動量の不足によって、体調不良や睡眠不足になり、ひいては周辺症状に影響をあたえる場合があるので、適度な運動と十分な睡眠に心がけましょう。	気持ちの良い温度のタオルを渡し、手や指など自分で拭けそうところから、自分でやってもらうように声をかける。 <span style="float: right;">p.121-①-1</span>
	<input type="checkbox"/> 便秘による腹痛やいらだち		いきなり全身を拭くのではなく、手指から腕、顔などへ徐々に範囲を広げてみる。 <span style="float: right;">p.121-①-2</span>
	<input type="checkbox"/> 記憶量・理解力など認知機能が低下している		本人の調子のよい時間帯や、安らいだ表情の時などに合わせて行う。 <span style="float: right;">p.121-①-4</span>
	<input type="checkbox"/> 薬の副作用による体調不良		本人が理解しやすい表現を使って、手順などをひとつひとつゆっくりと伝える。 <span style="float: right;">p.123-②-2</span>
	<input type="checkbox"/> 運動の量が不足している		なじみのスタッフが対応する。 <span style="float: right;">p.127-⑥-1</span>
	<input type="checkbox"/> 睡眠時間が不足している		本人が落ち着いて話せる時や、家族から過去の出来事を聞いてみる。 <span style="float: right;">p.127-⑥-1</span>

身体状況

	確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
心理	<p><b>心理</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 気分</li> <li>○ 興味・関心</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 本人の気持ちや気分が優れない</li> <li><input type="checkbox"/> 本人に心配事・不満がある</li> <li><input type="checkbox"/> 職員の声かけや見守りがよくない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 高齢者本人の気分や気持ち、想いを確かめてみましょう。気分や気持ちに応じた気分転換を図ったり、環境を整えてみましょう。</li> <li>◇ 本人に何か悩み事や心配事がある場合には、安心感をもってもらうような関わりが必要でしょう。</li> <li>◇ 清拭に対する認識があいまいで、不安が強いような場合は、清拭を認識してもらうような関わりが必要でしょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>好きな歌や曲を流したり、好みの飲み物を飲んでから行ったりして、常にリラックスした状況にする。 <input type="checkbox"/> p.124-③-5</li> <li>家族に、直接誘導の声かけをしてもらう。 <input type="checkbox"/> p.125-③-1</li> <li>かよっている内科を受診するために、衣服を脱がなければならないことを伝え、体を拭くことをすすめてみる。 <input type="checkbox"/> p.125-③-2</li> <li>仲の良い利用者から声かけてもらったり、家族の来訪日に家族と一緒に入浴してもらったりする。 <input type="checkbox"/> p.126-③-5</li> <li>なじみのある言葉(方言や、昔の呼ばれ方など)を使ったりして、優しい笑顔で、ゆっくり声をかけ、本人の不安感や抵抗感をなくすようにする。 <input type="checkbox"/> p.123-③-1</li> <li>声かけに応じてくれた時や、清拭後に「ありがとうございます」「おつかれになったでしょう」などの言葉かける。 <input type="checkbox"/> p.123-③-3</li> </ul>
	性格	<p><b>性格</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 性格</li> <li>○ スタッフの声かけ内容・見守り方</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> <li>○ 気分</li> <li>○ 清拭時間帯</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 清拭の仕方にこだわりがある</li> <li><input type="checkbox"/> 職員の声かけや見守りがよくない</li> <li><input type="checkbox"/> 本人の気持ち、意志を尊重していない</li> <li><input type="checkbox"/> 気分が優れない</li> <li><input type="checkbox"/> 強い羞恥心</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 清拭の仕方にこだわりがあるか確かめてみましょう。習慣や好み、時間帯、場所などの好みを知り、できるだけ意志を尊重した関わりと環境が必要でしょう。</li> </ul>
認知機能		<p><b>認知機能</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症による周辺症状や様子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 周辺症状、心理・行動症状が見られる</li> <li><input type="checkbox"/> 職員の声かけ見守り方がよくない</li> <li><input type="checkbox"/> 清拭中の会話がないう、足りない</li> <li><input type="checkbox"/> 本人の気分や気持ちが悪くない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 認知症による周辺症状によって、不安が高まったり、落ち着かない場合がありますので、できるだけ安心できるような環境や関わりを心がけましょう。</li> <li>◇ 清拭中の表情や行動などのようすをみながら、羞恥心に配慮し、落ち着いた安心できる対応が必要でしょう。</li> </ul>

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<p><b>清拭布の温度</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 清拭タオルの温度</li> <li>○ 気分</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 清拭タオルの温度が低く冷たい</li> <li><input type="checkbox"/> 本人の気持ちが優れない</li> <li><input type="checkbox"/> 気分がよくない</li> </ul>	<p>◇人前で裸になり、陰部をさらすことは、誰も耐え難いこと。拒否があっても当然との理解をした上で、できる限り、短時間で安全・安楽にするため事前に準備を周到にしましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>気持ちの良い温度のタオルを渡して、手や指など自分で拭けそうなところから、自分でやってもらうように声をかける。 <input type="checkbox"/> p.121-0-1</li> <li>いきなり全身を拭くのではなく、手指から腕、顔などへ徐々に範囲を広げてみる。 <input type="checkbox"/> p.121-0-2</li> <li>トイレで衣服等を脱いだ時に声かけをしてみる。 <input type="checkbox"/> p.121-0-3</li> <li>好きな歌や曲を流したり、好みの飲み物を飲んでから行ったりして、常にリラックスした状況にする。 <input type="checkbox"/> p.124-0-5</li> <li>塗り薬を使っている場合、前に塗った薬を取って、きれいな肌に薬を塗ると効き目が良くなることを伝える。 <input type="checkbox"/> p.125-0-3</li> <li>なじみのある言葉(方言や、昔の呼ばれ方など)を使ったりして、優しい笑顔で、ゆっくり声をかけ、本人の不安感や抵抗感をなくすようにする。 <input type="checkbox"/> p.123-0-1</li> <li>初めにバスタオルで足を包んで冷えないようにしたり、衣服を脱いでも寒くないように室温をごまめにチェックしたりする。 <input type="checkbox"/> p.122-0-1</li> <li>タオルを本人の好みの温度になるように調整する。 <input type="checkbox"/> p.122-0-2</li> <li>多くの人の目に触れないように、衝立やカーテンを活用する。 <input type="checkbox"/> p.122-0-3</li> </ul>
<p><b>入浴習慣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 浴室環境(自宅)</li> <li>○ 入浴習慣(自宅)</li> <li>○ 家族関係</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 自宅での入浴は好きではなかった</li> <li><input type="checkbox"/> 自宅での浴室環境と異なっている</li> <li><input type="checkbox"/> 家族との関係がよい</li> </ul>	<p>◇人前で裸になり、陰部をさらすことは、誰も耐え難いこと。拒否があっても当然との理解をした上で、できる限り、短時間で安全・安楽にするため事前に準備を周到にしましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>いきなり全身を拭くのではなく、手指から腕、顔などへ徐々に範囲を広げてみる。 <input type="checkbox"/> p.121-0-2</li> <li>家族に、直接誘導の声かけをしてもらう。 <input type="checkbox"/> p.125-0-1</li> <li>かよっている内科を受診するために、衣服を脱がなければならぬことを伝え、体を拭くことをすすめてみる。 <input type="checkbox"/> p.125-0-2</li> <li>初めにバスタオルで足を包んで冷えないようにしたり、衣服を脱いでも寒くないように室温をごまめにチェックしたりする。 <input type="checkbox"/> p.122-0-1</li> <li>なじみのスタッフが対応する。 <input type="checkbox"/> p.127-0-1</li> <li>家族の来訪時に手伝ってもらいながら行う。 <input type="checkbox"/> p.127-0-3</li> <li>本人が落ち着いて話せる時や、家族から過去の出来事を聞いてみる。 <input type="checkbox"/> p.127-0-1</li> </ul>
<p><b>入浴体験</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 過去の入浴体験</li> <li>○ 生活歴(幼少期から)</li> <li>○ 入浴習慣(自宅)</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> <li>○ 認知機能</li> <li>○ 家族関係</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 過去に入浴でいやな体験をしている</li> <li><input type="checkbox"/> 子供の時から入浴は好きじゃない</li> <li><input type="checkbox"/> 自宅での入浴もあまりしていなかった</li> <li><input type="checkbox"/> 本人の気持ちがすぐれない、恥ずかしい</li> <li><input type="checkbox"/> 認知機能が低下している</li> <li><input type="checkbox"/> 家族関係がよかった</li> </ul>	<p>◇人前で裸になり、陰部をさらすことは、誰も耐え難いこと。拒否があっても当然との理解をした上で、できる限り、短時間で安全・安楽にするため事前に準備を周到にしましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>トイレで衣服等を脱いだ時に声かけをしてみる。 <input type="checkbox"/> p.121-0-3</li> <li>本人の調子のよい時間帯や、安らいだ表情の時などに合わせて行う。 <input type="checkbox"/> p.121-0-4</li> <li>好きな歌や曲を流したり、好みの飲み物を飲んでから行ったりして、常にリラックスした状況にする。 <input type="checkbox"/> p.124-0-5</li> <li>家族に、直接誘導の声かけをしてもらう。 <input type="checkbox"/> p.125-0-1</li> <li>かよっている内科を受診するために、衣服を脱がなければならぬことを伝え、体を拭くことをすすめてみる。 <input type="checkbox"/> p.125-0-2</li> <li>仲の良い利用者から声かけしてもらったり、家族の来訪日に家族と一緒に入浴してもらったりする。 <input type="checkbox"/> p.126-0-5</li> <li>本人が理解しやすい表現を使って、手順などをひとつひとつゆっくと伝える。 <input type="checkbox"/> p.123-0-2</li> <li>タオルを本人の好みの温度になるように調整する。 <input type="checkbox"/> p.122-0-2</li> <li>なじみのスタッフが対応する。 <input type="checkbox"/> p.127-0-1</li> <li>本人が落ち着いて話せる時や、家族から過去の出来事を聞いてみる。 <input type="checkbox"/> p.127-0-1</li> </ul>
<p><b>介護者の性別</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 介護者の性別</li> <li>○ 気分</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> <li>○ スタッフの声かけ内容・見守り方</li> <li>○ 興味・関心</li> <li>○ 言語理解</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 介護者が異性である</li> <li><input type="checkbox"/> 気分が優れない</li> <li><input type="checkbox"/> 本人の気がすずまない、恥ずかしい</li> <li><input type="checkbox"/> スタッフの声かけ内容・見守り方がよくない</li> <li><input type="checkbox"/> 入浴以外に関心がある</li> <li><input type="checkbox"/> 理解力が低下している</li> </ul>	<p>◇介助者の性別によって、介助を拒む場合もあるので変えてみましょう。</p> <p>◇日頃の声かけや、関わりの方を見直して、安心できるような対応をしましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>いきなり全身を拭くのではなく、手指から腕、顔などへ徐々に範囲を広げてみる。 <input type="checkbox"/> p.121-0-2</li> <li>トイレで衣服等を脱いだ時に声かけをしてみる。 <input type="checkbox"/> p.121-0-3</li> <li>好きな歌や曲を流したり、好みの飲み物を飲んでから行ったりして、常にリラックスした状況にする。 <input type="checkbox"/> p.124-0-5</li> <li>なじみのある言葉(方言や、昔の呼ばれ方など)を使ったりして、優しい笑顔で、ゆっくり声をかけ、本人の不安感や抵抗感をなくすようにする。 <input type="checkbox"/> p.123-0-1</li> <li>本人が理解しやすい表現を使って、手順などをひとつひとつゆっくと伝える。 <input type="checkbox"/> p.123-0-2</li> <li>声かけに応じてくれた時や、清拭後に「ありがとうございます」「おつかれになったでしょう」などの言葉をかける。 <input type="checkbox"/> p.123-0-3</li> <li>周囲に誰もいないことを伝え、ゆっくりと1人でできる環境を作る。 <input type="checkbox"/> p.122-0-4</li> <li>なじみのスタッフが対応する。 <input type="checkbox"/> p.127-0-1</li> <li>本人が落ち着いて話せる時や、家族から過去の出来事を聞いてみる。 <input type="checkbox"/> p.127-0-1</li> </ul>

清拭方法

介護・対応

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<b>介護者の性別</b> ●介護者の性別 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○下着の状態 ○気分 ○失禁有無 ○清拭時間帯	<input type="checkbox"/> 介護者の性別が異性である <input type="checkbox"/> スタッフの声かけ内容・見守り方がよくない <input type="checkbox"/> 下着が汚れていて恥ずかしい <input type="checkbox"/> 気分が優れない <input type="checkbox"/> 失禁がある <input type="checkbox"/> 清拭の時間帯が気に入らない	◇ 介助者の性別によって、介助を拒む場合もあるので変えてみましょう。 ◇ 日頃の声かけや、関わりの方を見直して、安心できるような対応をしましょう。	トイレで衣服等を脱いだ時に声かけをしてみる。 <input type="checkbox"/> p.121-①-3 好きな歌や曲を流したり、好みの飲み物を飲んでから行ったりして、常にリラックスした状況にする。 <input type="checkbox"/> p.124-②-5 清拭をするとサッパリすることや、血行が良くなって歩くのが楽になったり、疼痛がやわらかくことを伝える。 <input type="checkbox"/> p.126-④-4 なじみのある言葉(方言や、昔の呼ばれ方など)を使ったりして、優しい笑顔で、ゆっくり声をかけ、本人の不安感や抵抗感をなくすようにする。 <input type="checkbox"/> p.123-③-1 声かけに応じてくれた時や、清拭後に「ありがとうございます」「おつかれになったでしょう」などの言葉をかける。 <input type="checkbox"/> p.123-③-3 周囲に誰もいないことを伝え、ゆっくりと1人でできる環境を作る。 <input type="checkbox"/> p.122-②-4 なじみのスタッフが対応する。 <input type="checkbox"/> p.127-⑥-1 本人が落ち着いて話せる時や、家族から過去の出来事を聞いてみる。 <input type="checkbox"/> p.127-⑥-1
	<b>声かけ方法</b> ●言語理解 ○本人の気持ち、意志 ○気分 ○生活歴 (幼少期から)	<input type="checkbox"/> 理解力が低下している <input type="checkbox"/> 本人の気持ちや気分が優れない <input type="checkbox"/> 子供のころから風呂嫌いである	◇ 職員の声かけや関わり方が高齢者の気分に強く影響を及ぼしている場合があるので、日頃から信頼してもらえるような関わり方を心がけましょう。 ◇ 日頃の声かけや、関わりの方を見直して、安心できるような対応をしましょう。
<b>スタッフ関係</b> ●スタッフとの関係 ○性格 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○本人の気持ち、意志	<input type="checkbox"/> スタッフとの関係があまりよくない <input type="checkbox"/> スタッフの声かけ内容・見守り方がよくない <input type="checkbox"/> 本人の気持ちがすぐれない <input type="checkbox"/> 性格的にはずかしがりやである	◇ 本人の好みや状況を把握することで、不安や不快感を生じないように配慮することが必要です。 ◇ 人前で裸になることは、誰も耐え難いこと。拒否があっても当然との理解をした上で、できる限り、短時間で安全・安楽にするため事前に準備を周到にしましょう。	家族に、直接誘導の声かけをしてもらう。 <input type="checkbox"/> p.125-④-1 なじみのある言葉(方言や、昔の呼ばれ方など)を使ったりして、優しい笑顔で、ゆっくり声をかけ、本人の不安感や抵抗感をなくすようにする。 <input type="checkbox"/> p.123-③-1 声かけに応じてくれた時や、清拭後に「ありがとうございます」「おつかれになったでしょう」などの言葉をかける。 <input type="checkbox"/> p.123-③-3 なじみのスタッフが対応する。 <input type="checkbox"/> p.127-⑥-1 本人が落ち着いて話せる時や、家族から過去の出来事を聞いてみる。 <input type="checkbox"/> p.127-⑥-1
	<b>人間関係</b> ●他の入居者との関係 ○スタッフとの関係 ○本人の気持ち、意志 ○性格	<input type="checkbox"/> 他の入居者との関係がよくない、親密でない <input type="checkbox"/> スタッフとの関係がよくない <input type="checkbox"/> 本人の気持ちが優れない <input type="checkbox"/> 性格的に恥ずかしがりやである	◇ 本人の好みや状況を把握することで、不安や不快感を生じないように配慮することが必要です。 ◇ 人前で裸になることは、誰も耐え難いこと。拒否があっても当然との理解をした上で、できる限り、短時間で安全・安楽にするため事前に準備を周到にしましょう。

現在の状態は  
どうですか

◎清拭を拒否する回数

拒否回数 \_\_\_\_\_ 回/日

◎ケアをしたときの表情

笑顔みられる…  悲しそうである…   
 穏やかである…  苦しそうである…   
 落ち着いている…  怒っている…   
 集中している…  泣いている…

◎行動やしぐさの様子

そわそわしている…   
 寝ている…   
 無関心である…   
 同じ動作の繰り返し…

### 3 洗髪を拒否する方へのケア

認知症機能の低下により、洗髪することへの理解ができないことや、ADLの低下、頭部の外傷や頭痛などの心理的な働きや状態、浴室の環境や過去からの生活習慣、頭髪に対する羞恥心やコンプレックスなどによる影響等様々な要因をきっかけとして、洗髪を嫌がる場合があります。日頃から頭部の確認、身体状況の確認、認知機能の程度の把握、ADLの確認、生活習慣やコンプレックス等の把握などを心がけ、様々な対応方法を視野に入れ、清潔で爽快感が得られるよう、その状態にあった適切なケアを柔軟に提供することが必要です。

まずは、このような状況を見かけたら以下のような、すぐに取り組むことのできる方法を紹介していますので参考にしてみてください。



#### 1 洗髪方法の工夫

洗髪を嫌がることや、拒否する要因として、認知機能の低下や頭皮の状況、羞恥心や頭髪へのコンプレックスなど心理的な状態など様々な要因が考えられます。無理に浴室に連れて行き洗髪をするケアは不安感や恐怖心をますます増大させてしまいますので、原因をよく探り、本人の気持ちや気分、気温、洗髪の習慣を尊重したケアが必要です。

重要なことは、洗髪をしないことでの頭皮の清潔がたもたれず、頭皮の異常や異臭により対人関係に影響が生じないように考えなければなりません。そのためにここでは洗髪へ心が動く働きかけの工夫や、日々の体調や気分に対応する工夫、本人の生活習慣を重視したアプローチ、清潔を保持できる洗髪ケアのあり方を考えてみましょう。

#### 実際の取組例

##### 1. 顔に湯がかからないように配慮し洗髪してみる

自分で洗髪ができない、認知症により洗髪が理解しづらい高齢者にとっては、顔に湯がかかることは、視界が遮られる、呼吸がしづらい、目や耳、口内に水が入るなどの恐怖を感じる行為です。まずは恐怖となることを取り除く工夫からはじめてみましょう。

##### 例 1

タオルやシャンプーハットを使用してみる。  
洗髪前にタオルで目と耳を押さえてもらったり、シャンプーハットをかぶってもらったりし、目や耳に湯がかかるのを防ぐ。

##### 例 2

浴室ではなく、理容室を利用してみる。  
洗髪専用の椅子を使用し、顔に湯がかかるのを防ぐ。

## 2. 一部分から洗髪してみる

認知症や聴力障害、視力の低下している高齢者の場合などは、洗髪することについて言葉では十分に理解できないことがあります。言葉での説明だけでなく、部分的な行動からはじめ、少しずつ理解をして頂くことが必要です。本人が十分に理解できていない状態で、通常の洗髪のようにシャワーを頭部に掛けることは、強い恐怖心や不快感を残し今後の洗髪に大きな悪影響を及ぼすことになりかねません。

また、本人のその日の気分や体調によっても強く不快を示すことがありますので、洗髪を行う前までの気分や体調、前日の睡眠状況、頭痛や頭皮の外傷を考慮し行いましょう。

**例 1** 洗面器を利用し少しずつ毛先から洗い、届かないところは手汲み桶を利用し徐々にそっと洗う。

**例 2** 背部から続けて後頭部にぬるめの湯を掛け、本人の気分や様子を見ながら徐々に洗う。

**例 3** 介助者の手を濡らし、徐々に水分を多くし様子を見ながら頭部全体を濡らし洗う。

**例 4** 毛先から洗い始め、頭頂部を洗った後、素早く全体を洗い終えるようにする。

## 3. 洗髪環境を整える

利用者の入浴や洗髪の順番や方法はひとり一人違ってきます。浴室では裸になるので寒さを強く感じたりします。そのことだけで、入浴や洗髪全てが嫌になり、億劫になることがあります。身体を温めリラックスしてから洗身や洗髪をする方が、心地よいという方もいますので、まずは入浴を先に進めてみましょう。

**例 1** 先に湯船につかって頂き、身体を温めてから洗髪してみる。

## 4. 不安を取り除きながら洗髪してみる

心に何か不安があると、全てのことが受け入れられず、次の行動に移れないものです。入浴や洗髪は裸になり、頭から湯を掛けるので、不安な状態ではその行為を受け止められないだけでなく、不安を助長させることになりかねません。

まずは不安のない状態にすること、又は、不安を取り除き気分の良い状態で行うことが大切です。本人の不安の原因を知る努力や、本人の気分が良くなることをすすめ、気持ちを良くすることからはじめることが、洗髪につながる一歩になることがあります。

不安な気持ちを取り除き、心地よく、気分良く洗髪できる検討を試みましょう。



例 1

洗髪を拒否するときの本人の気持ちや状況を把握する。  
ご本人の話をよく聴き、不安の原因を確認し、取り除いていく。

例 2

入浴前にコミュニケーションをとり、介護者と和やかに話し安心感をもっていただくようにする。

例 3

気分転換を図りながら勧める。  
好きな歌を流したり、一緒に歌ったりすることで気分良い状態を継続させ勧める。  
好きな食べ物を食べ、気分の良い状態で勧める。

例 4

不安なことはしなくて良いことを説明し、安心して頂きながら勧める。  
常に側にいることや、次に何をするかを説明し、不安を取り除く。  
浴槽に入ることが不安な様子の際には、入らなくて良いことを説明する。  
他のご利用者に安心できること、清潔になると気持ちよいことを話して頂き、一緒に誘う。  
職員ができないところや、不安なところは側にいて手伝うことを約束し、安心して頂く。

例 5

大切にしているぬいぐるみと一緒に入浴してみる。

5. 洗髪後の手入れを行うことをきっかけに洗髪する

洗髪後のすっきり感や、整髪することで衛生面や精神面の安定が生まれると、その人らしさや自信が持て、社会性が維持できるようになります。

誰しもきれいになり褒められるのはうれしいものです。洗髪し清潔になることでの喜びを感じてもらえるよう、過去の生活習慣や好みの髪型などに配慮するようにしましょう。

例 1

洗髪後にきれいにブローし、「きれいになりましたよ」と声をかけ鏡を確認してもらう。

例 2

洗髪中にもきれいな髪の毛であることなどを、褒める。

例 3

洗髪後に化粧や髪の毛を整える。

例 4

耳の掃除や髪型へのケアを本人の好むようにおこなう。



## 6. 毛染め、散髪をきっかけに洗髪する

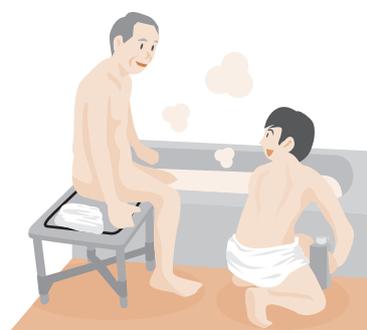
白髪になることで老化を感じたり、今までと違う外見の自分に気づいたりし、羞恥心や悲壯感を持ってしまうことがあります（特に女性に多い）。髪染め、髪型、散髪の期間などには十分配慮し、いつまでも自信を持って生きられるよう支援しましょう。

### 例 1

美容室に行き毛染めや、散髪をして髪の毛に関心を持っていただく。

## 7. 介護者の工夫

裸になって他者の介助を受けることは、恥ずかしく、不安を抱き、受容しづらいものです。特に認知症のある方にとっては理解できないことがあります。その際に、これまでの生活習慣の中で、一緒に銭湯に入るように介助者が裸で入浴することは介助される側から見るととても自然で受け入れやすいことがあります。また、浴槽につかる、身体を洗う、洗髪するというのを、介助者が先に行くことで認知しやすいということもあります。皮膚疾患や失禁、感染症もありますので、介助者は自分自身の皮膚疾患、健康状態、心身状況に十分配慮し無理せずに入浴の用意を一緒にする等から工夫してみましょう。



### 例 1

入浴の準備を一緒に行い、洗面器や石けん、シャンプーを用意する。

### 例 2

介助者が一緒に入浴し、洗身洗髪を一緒に行う。

## 8. 自分の方法に任せて洗髪する

洗髪は湯を頭に掛けるという行為からはじまるため、視界が遮られるので洗髪すると理解していても、湯の温度や湯のかけ方、湯の量によっては恐怖を感じるものです。また、髪の毛、頭皮の洗い方、強さ、すすぎ方はそれぞれ違うものですので、自分では十分でなくとも、他者にしてもらうよりは満足が得られることもありますので、ご自分でできるよう工夫してみましょう。

### 例 1

時間を気にせずご自分の力で洗ってもらう。

### 例 2

ご本人の洗髪習慣を尊重し、自分で好きなように洗髪してもらう。

### 例 3

シャワーを使わず湯桶で流す。

### 例 4

自分で洗い流すようすすめる。

### 9. 洗髪時間の調整

入浴の時間や身だしなみの時間は一人ひとりの生活スタイルやその日の気分によって変わってきます。夏場や運動をして汗をかいた時などは、すぐに汗を流したいと思えますし、冬の寒い時期は頭を洗うことは嫌になってしまうことがあるものです。天候や気温、生活習慣、気分を考慮し洗髪時間に幅を設けてみましょう。

**例 1** 毎日入浴を勧め気分の良い日に洗髪する。

**例 2** 入浴時間を変えてみる。

**例 3** 入浴と一緒にではなく、洗髪を単独で行う。



### 10. その他

洗髪を拒否するからといって、洗髪しないことは他者との交流を妨げる原因になったり、皮膚疾患を引き起こすきっかけになり得ることがありますので、本人の気持ちに十分配慮しながら、気分が変わらないようにできるだけ素早く行ったり、湯船の中でそのまま洗髪したり一定の方法にこだわらずに工夫し勧めてみましょう。

## 2 洗髪環境の調整

洗髪に集中してもらうためには、様々な環境要因に配慮しておく必要があります。温度、音、光、臭い、などの環境要因と、周囲の人との関係性といった人的環境要因が影響し、洗髪する気持ちになれないといった状況を招く事があります。不快な環境要因を取り除き、静かで気持ちの良い環境を整えましょう。洗髪場所についても固定的な考えではなく、本人の気持ちに沿った柔軟な対応が必要です。

また、気を散らす要因の除去や必要な条件を整え、音楽、空気の入れ替えなど、気持ちがゆったりと落ち着くような環境の演出も考えてみましょう。

### 実際の実例

#### 1. 好きなシャンプー、リンスを使用する

人それぞれ髪の毛の質や好きな香りが違うものです。自分の好きなものを使用することが気分を良くすることもあります。以前から使用しているものや、気に入っているものを使用することで、洗髪への関心が高まるように工夫してみましょう。

##### 例 1

美容室で髪の毛にいいというシャンプーをご自分で購入する。  
髪の毛が抜けづらいことや、艶が良くなることを話す。

##### 例 2

美容室で頂いたトリートメントを使ってみる。

##### 例 3

自宅で使用していたシャンプーを持参いただき使う。

#### 2. 浴室の温度や湯温の調節をする

浴室の室温が寒かったり、熱すぎたりすると不快を感じてしまうものです。室温が低いと温度差によって血圧の上昇を招いたりするので、浴室の室温は25℃位にするのが良いでしょう。また、湯の温度は身体が冷えているため、低めの温度（38℃位）を手や足下からかけ、湯温を確認してもらいおすすめしましょう。

#### 3. 洗髪場所の環境

一般的には洗髪を入浴時に行うことが多いですが、高齢者の中には体力的に湯につかることや、洗身をすることだけで体力を奪われてしまうことも少なくはありません。

また、認知症のある方は入浴と洗髪の両方を理解することが難しく、いっぺんに行うことが難しい場合があります。

洗髪場所を浴室だけに限るのではなく、洗面所などを利用し、理容室のような環境を作ってみる等の工夫をしてみましょう。

##### 例 1

落ち着いて洗髪できるように、車椅子や扉が開いているなどの周りの環境を確認し、調整する。

##### 例 2

シャワーの圧力の調整。

### ③ 声かけ・誘導の工夫

認知症の進行によって洗髪を認識できなくなったりして、洗髪ができないことが見られます。洗髪できるかどうかは、先ず洗髪ができる気分になって頂くことが重要です。根気よくコミュニケーションを図り、決して焦らずに本人のペースや気持ちに沿った、安心を感じてもらえるケアが必要です。

また、徘徊や妄想などの周辺症状が見られ、不安、気分の落ち込み、興奮などの状態にあるときは、洗髪が行えないこともあります。その時は本人の気持ちや行動に寄り添い、しっかりと訴えを聞き取りながらコミュニケーションを図り、気がかりを解消したり、気持ちが落ち着くまで待ったりする姿勢が必要です。何をすることが理解でき、気持ちよく、安心して身を任せることができるような声かけと誘い方になるように工夫してみましょう。



#### 実際の取組例

##### 1. 声かけの態度を工夫

やさしく心地よい声をかけられると、自然と人は気分が良くなるが多くなります。そこで、洗髪に誘う方が気分の優れないままよりは洗髪しやすいと考えられます。少しでも心配や不安などのストレスが少なく楽しい落ち着いた気持ちで洗髪ができるような声かけを、ケアするチーム全体で統一してできるようにしてみましょう。

##### 例 1

声のかけ方を統一する。

##### 例 2

一つ一つの行為をきちんと説明し理解を取るようになっているか振り返って確認する。

## 2. 単純な声かけでわかりやすくする

認知症の状態によっては、長い言葉で説明しても理解できない場合があります。また、言葉だけでは内容が十分に伝わらないこともあります。ジェスチャーを交えると理解しやすいことも多く見られますし、他にもできるだけゆっくりとわかりやすい言葉で説明することも良いと思います。一人ひとりにあわせて工夫してみましょう。

**例 1** 洗髪のジェスチャーをしてわかりやすく伝える。

**例 2** 耳の聞こえない方にジェスチャーで伝える。

**例 3** 本人の気持ちを重視しながら、見当識を修正して、ゆっくり、わかりやすく伝える。

**例 4** カレンダーを用意し洗髪日を知らせる。

## 3. お礼やねぎらいの言葉を掛け洗髪する

人は誰でもが認められたい、褒められたいと思うものです。少し嫌なことだとしてもそれを乗り越えると他者が喜んでくれたり、褒めてくれたりすることは心地よいものです。一緒にきれいになったことやできたことを喜んであげるように心がけましょう。

**例 1** 洗髪後、きれいな髪の毛であるとみんなで褒める。

**例 2** 髪の毛の美しさを褒め、洗髪する利点を伝える。

**例 3** 洗髪後「きれいになりましたね。子供さんも喜ぶますね」と褒める。

**例 4** 洗髪時、泡立ちや香りが良いことを伝え、髪の毛の美しさを伝える。

**例 5** 髪型や洋服などのおしゃれについての話をし興味関心を抱いていただくようにしてみる。

## 4. 好きな歌や会話をしながら

認知症の方は記憶の障害はありますが、感情は残ると言われています。前にも述べたように洗髪とは目を開けられないことや、顔に水がかかることで恐怖や不安が多少なりともわきやすい行為です。ですから、少しでも心地よい感情でできるように支援することが大切であり、重要です。洗髪をする際は利用者と介護者がマンツーマンで話ができる機会です。この時間に沢山の話しを聞いてもらったり、好きな歌を歌ったりすることが楽しみや喜びになり洗髪が定期的に行えるようになることもありますので、コミュニケーションを図ってみましょう。

- 例 1** 洗髪前に好みの歌を一緒に歌う。
- 例 2** 故郷のことや子供の話をし、和やかな雰囲気作りをする。
- 例 3** 興味関心のある話をする。
- 例 4** 今までの生活歴や親のことなどで誇りに思っていることを褒め気分を良くしてもらい勧める。
- 例 5** 本人の得意なことや好きなことの話しを入浴中にきき、気分を良くしていただき行う。
- 例 6** ゆっくりとコミュニケーションをとってから入浴に誘う。

### 5. 仲の良い人に一緒にさそってもらう

認知症のある方は、次に自分が何をして良いのかわからなく不安になることがあります。そのようなときに、いつも同室にいる人や食事を一緒にする人、仲のいい人、見たことがある人と一緒に行動することで安心することがあります。どこの誰だかわからない職員に誘われるよりも、気の合う方に「一緒に入りましょう」「私も洗ってきたので、あなたもどうぞ」等と誘われると安心して行うことができますので、他のご利用者にも協力してもらい誘ってみましょう。



## 4 介助者の調整

洗髪は一般的には入浴時に行うことが多いので、裸になり行うこととなります。裸になることはとても無防備になり、羞恥心や不安が増します。その不安や羞恥心を少しでも取り除くためには介護者が誰であるかが大きく影響します。昔は女性が人前で肌をさらしたり、素顔を見せたり、髪の毛を洗うところを見せることは恥ずかしいこととされていたこと等もありますので、風習や生活習慣に配慮し、同性介助やマンツーマン対応、一人でできるようにするなどの調整を図ってみましょう。

まずは、身を任せられ、安心できる人間関係を作ることに重点を置くことが、洗髪を嫌がっている方の心を解く鍵になるのではないかと思います。心を通わせ信頼関係ができてから徐々に洗髪を勧めていくことが、一番の近道ではないかと思います。そのためにも、本人の性格や生活歴をアセスメントし、本人の言葉や表情を見極める適切な介護者を選択できるようにしていきましょう。

### 実際の取組例

#### 1. 気に入っている職員や顔なじみの職員が対応する

先にも述べたように、洗髪は裸になり、頭から湯を掛けられ、顔が濡れ、視界が妨げられたり呼吸がしづらくなったりしますので、その不安を少しでも取り除くためにも顔がわかり、気に入っている職員や信頼が置ける職員が関わることは大きな安心感となり、洗髪を怖がり嫌がっている方の不安を取り除く糸口になると思いますので取り組んでみましょう。

- 例 1 顔なじみの職員が対応する。
- 例 2 気に入っている男性職員に誘ってもらう。
- 例 3 慣れるまでの間は、同一のスタッフが対応する。
- 例 4 気に入っている職員の介護を多くする。
- 例 5 同性介護にて対応する。
- 例 6 介護者の性別について本人と話し確認する。
- 例 7 日頃から信頼関係を作るように心がけて関わり、徐々に洗髪を勧める。
- 例 8 マンツーマン入浴を試みる。



## 2. ご家族の力を借りる・一人での洗髪を勧める

洗髪時の恥ずかしさや不安を一番少なくするのは、一番身近にいたご家族が行うことや、ご自分一人で洗髪を行うことだと思われます。自立できる場合はできるだけ一人で行える環境を作ることが大切です。また、介護者との信頼関係ができるまでの間、ご家族の力を借りることも一つの方法と考え協力を求めてみることも試みてみましょう。

**例 1** 一人で洗髪できるように、環境を整える。

**例 2** ご家族に来てもらい、洗髪する。

**例 3** ご家族に洗髪して欲しいと手紙を書いてもらう。



## 5 その他（身体状況やコンプレックス）

洗髪を嫌がることに影響するその他の要因として、睡眠の状態や排便の状態、頭のけが、めまい、頭痛など既往歴も含めた病気、薄毛やハゲがあるなどのコンプレックスが考えられます。ひとり一人に合った生活リズムを整え、毎日が健康的でメリハリのあるものとなるよう考え、安眠の促進、便秘の予防に心がけることや病状について医師と相談し理解を深めることが必要です。また、コンプレックスに対する心のケアを心がけることも、洗髪を勧める上で非常に重要なことです。それぞれをきちんとアセスメントし、ケアする上で無理をせず、留意して勧めてみましょう。

### 実際の取組例

#### 1. 洗髪の効能を説明

認知症があっても、洗髪の意義や皮膚への影響を信頼できる者が話すことにより、理解し気持ちが動く場合があります。押しつけや、説得にならないように注意し説明することも重要ですので、試してみてください。

##### 例 1

洗髪すると頭皮が清潔になり、かゆみや抜け毛が少なくなることを説明してみる。

#### 2. コンプレックスの確認

コンプレックスがある場合、洗髪を拒否することが多くみられます。コンプレックスがあるかないかを十分に把握し、そのコンプレックスをできるだけ気にしなくて済むような関係づくりや環境作りを今までの項目で確認し工夫してみましょう。

##### 例 1

他人の目が気にならないよう、一人での入浴を実施してみる。



#### 3. 医師の指示

疾患や頭皮の状況によっては、洗髪ができない場合や洗髪しなければならない場合の両方があります。洗髪できないようなけがをした場合やめまいを起こしたことがある場合、医学的には完治したとしても心にその時の不安感や入ってはいけないという思いが残っている場合がありますので、医師や看護師に説明してもらおうと理解ができることがあります。また、頭皮の状況により洗髪しなければならない場合も同じように、説明し洗髪を勧めると良いでしょう。いずれの場合も「医師が言ったから」「頭のために洗わなければいけない」等と脅すような言い方で誘わないよう注意も必要です。

# 洗髪拒否課題 介護チェック表

現在、実施しているケアを確認しましょう。

記入者氏名

記入日

高齢者氏名 ( )

◆身体機能  
(自立・やや機能低下)

◆認知症重症度(日常生活自立度判定基準)  
(I・II・III・IV・V)

状況

〇〇さんは、入浴時、洗髪を嫌がり、1週間以上洗髪していません。

## 要注意!! こんなケアしてませんか?

- 本人任せにして放っておいていませんか?
- 強制的に声をかけたり、叱ったり、怒鳴ったりしていませんか?
- 手が使えないようにしたり、動けないようにしていませんか?
- 突然、お湯をかけたりしていませんか?
- 汚い、臭いなどと、相手を脅かしたり、否定していませんか?

- 洗髪をしないでいると、老廃物がたまり、皮膚疾患をおこしたり、異臭を放つことで他者との人間関係に影響が出る場合がありますので、清潔が保てているかに、気をつけましょう。
- 洗髪をいやがるからといって、手足を動けないようにし、急にお湯をかけたり、叱責したり、怒鳴ったり、無視するのは根本的な解決にはなりません。できるだけ本人の精神的な安定を考慮し、強制的になったり、尊厳を無視しないように気をつけましょう。

ケア方針

- ◎本人の身体状況や疾病、健康状態に配慮しながら、心地よく清潔が保たれるように心がけましょう。
- ◎常に本人の気持ちや思いをくみ取り、本人の状態や心理を中心としたケアを行いましょう。
- ◎安心して、心地よく、清潔が保たれるよう、入浴、洗髪環境づくりを行いましょう。

	確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
身体状況	<b>体調</b> ●病気や体調の確認 ○清潔度 ○本人の気持ち、意志 ○皮膚疾患 ○洗髪への反応・様子 ○スタッフの声かけ内容・見守り方	<input type="checkbox"/> 現在に頭部に関連した病気がある <hr/> <input type="checkbox"/> 過去に頭部に関連した病気がある <hr/> <input type="checkbox"/> 体調があまりよくない ・睡眠 ・排泄 ・食欲 ・他の疾病	◇現在や過去の病気によって、痛みやめまい等を感じたり、洗髪を制限される場合もあるので、医師の指示に従いながら対応を考慮しましょう。 ◇体調や気分による影響もありますので、できるだけ安心感をもってもらうような関わりを心がけましょう。	体調や病気を考慮し、部分的に洗髪する。 <input type="checkbox"/> p.133-0-2 <hr/> 目や耳に水が入る不安を除くよう、タオルで押さえ洗髪する。 <input type="checkbox"/> p.133-0-1例1 <hr/> 常に次に何をするか説明し、不安を取り除くよう心がける。 <input type="checkbox"/> p.133-0-4 <hr/> 本人の好きな曲を流したり、歌ったりし気分を和らげてから行う。 <input type="checkbox"/> p.140-0-4例1 <hr/> 洗髪すると頭皮が清潔になり、かゆみや抜け毛がすくなることを説明してみる。 <input type="checkbox"/> p.143-0-1例1 <hr/> 洗髪に対して何か不安や心配があるのか確認し、その不安を取り除いてみる。 <input type="checkbox"/> p.133-0-4
	<b>認知機能</b> ●認知機能 ○介護者の性別 ○言語理解 ○本人の気持ち、意志 ○気分	<input type="checkbox"/> 入浴したり洗髪したことをすぐに忘れる又は、最近行ったかと思いついてしまうようになっている <hr/> <input type="checkbox"/> 洗髪という言葉の意味が理解できなくなっている <hr/> <input type="checkbox"/> 本人の気持ちや気分が洗髪以外のことで優れない	◇記憶や見当識が低下しています。わかりやすい言葉や記憶を助ける工夫をしましょう。 ◇認知機能の低下によって洗髪への認識が低下しているため、不安がある場合がありますので、安心してもらうような関わりを心がけましょう。 ◇認知機能の低下によって、他の心配事や気になること、気分の優れないことで、次の出来事に集中できないことがあるので、確認しそのことが取り除けたり解決し、気分が安定する関わりを持ちましょう。	入浴前にゆつくりとお話しし、介護者に安心感を持ってから入浴してみる。 <input type="checkbox"/> p.138-0-1 <hr/> 洗髪時のジェスチャーを用いて説明してみる。 <input type="checkbox"/> p.139-0-2例1 <hr/> 洗髪時、泡立ちや香りが良いことを伝え、髪的美しさをほめる。 <input type="checkbox"/> p.139-0-3例4 <hr/> 本人の関心のある話題や、喜ぶことを話しながら行う。 <input type="checkbox"/> p.140-0-4例3

認知機能

性格	確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
心理、興味	<p><b>性格</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 性格、生活歴の確認</li> <li>○ 性格</li> <li>○ スタッフの声かけ内容・見守り方</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 洗髪の方法やその後のケアにこだわりがあり、気持ちや気分が優れない</p> <p><input type="checkbox"/> 本人に心配・不満・コンプレックスがある</p>	<p>◇ご本人の生活習慣によっては、洗髪へのこだわりがある場合があります。生活習慣をよく理解した関わりが必要です。</p> <p>◇洗髪に対しての不安や、洗髪方法への不満がないか確認し、安心して洗髪できるよう心がけましょう。</p> <p>◇髪の毛や頭、体に対してのコンプレックスがある場合がありますので、その悩み事や不安を取り除く工夫や配慮が必要です。</p>	<p>洗髪後どんな髪型が好きなのか確認し、満足のいくようにブローする。 <input type="checkbox"/> p.134-0-5例4</p> <p>髪型や洋服などおしゃれについて話しを入浴中にきき、気分を上げていただくようにしてみる。 <input type="checkbox"/> p.139-0-3例5</p> <p>本人の得意なことや好きなことの話をして入浴中にきき、気分を良くしてから行ってみる。 <input type="checkbox"/> p.140-0-4例5</p> <p>他の人の目が気にならないよう、一人での入浴を実施してみる。 <input type="checkbox"/> p.143-0-2例1</p> <p>本人の落ち着いて話せるときや、家族からコンプレックスについて確認してみる。 <input type="checkbox"/> p.143-0-2</p>
興味関心	<p><b>心理、興味</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 気分や気持ちの確認</li> <li>○ 気分</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> <li>○ 興味・関心</li> <li>○ スタッフの声かけ内容・見守り方</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 本人の気持ちや気分が優れない</p> <p><input type="checkbox"/> 本人に心配事・不満がある</p> <p><input type="checkbox"/> 職員の声かけや、見守り方がよくない</p>	<p>◇高齢者本人の気分や気持ち、思いを確かめてみましょう。気分や気持ちに応じた気分転換を図ったり、環境を整えてみましょう。</p> <p>◇本人に何か悩み事や心配事がある場合は、安心感をもってもらうような関わりが必要でしょう。</p> <p>◇洗髪に対する認識が曖昧で、不安が強いような場合には、洗髪を認識してもらうような関わりが必要でしょう。</p> <p>◇不安や心配の原因が、職員の対応である場合もありますので、できるだけ安心感をもってもらうような関わりをおこないましょう。</p>	<p>シャンプー・ハットを使ってみる。 <input type="checkbox"/> p.132-0-1例1</p> <p>毛先から洗い、徐々に範囲をひろくしてみる。 <input type="checkbox"/> p.133-0-2例4</p> <p>湯船につかり十分温まってから、順番を本人に確認し洗身から行ってみる。 <input type="checkbox"/> p.136-0-10</p> <p>たとえ不十分であっても自分でできる場合は自分で行ってもらう。 <input type="checkbox"/> p.135-0-8</p> <p>耳の掃除や髪型へのケアを本人の気に入るように行う。 <input type="checkbox"/> p.134-0-5例4</p> <p>毎日、入浴を勧め気分の良い日に洗髪する。 <input type="checkbox"/> p.136-0-9例1</p> <p>家族の力も借りてすすめ、一緒に髪型や髪の毛を褒めてもらう。 <input type="checkbox"/> p.142-0-2</p> <p>気の合う利用者と一緒に洗おうと誘ってもらってみる。 <input type="checkbox"/> p.140-0-5</p> <p>マンツーマンで介助者も一緒に入浴してみる。 <input type="checkbox"/> p.135-0-7例2</p>
	<p><b>興味関心</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 興味・関心の確認</li> <li>○ 気分</li> <li>○ 本人の気持ち、意志</li> <li>○ 入浴のこだわり</li> <li>○ 入浴時間帯</li> <li>○ スタッフとの関係</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 認知機能の低下により興味・関心がない</p> <p><input type="checkbox"/> 他のことへの心配、不安があり集中できない</p> <p><input type="checkbox"/> 職員の声のかけ方、見守り方がよくない</p>	<p>◇本人が洗髪に対しどのような思いや考えているのかを確認してみましょう。</p> <p>◇本人に何か悩み事や心配事がある場合は、安心感をもってもらうような関わりが必要でしょう。</p> <p>◇興味や関心を洗髪や入浴に向けるような声かけや話題をしてみましょう。</p>	<p>美容室に行き毛染めや、散髪をして髪の毛に関心をもってもらう。 <input type="checkbox"/> p.135-0-6例1</p> <p>本人の好みのシャンプーを使ってみる。 <input type="checkbox"/> p.137-0-1</p> <p>慣れるまでの間、同じ介護者が行ってみる。 <input type="checkbox"/> p.141-0-1例3</p> <p>美しい髪であることをみんなに褒めてみる。 <input type="checkbox"/> p.139-0-3例2</p> <p>落ち着いて洗髪できるように、車椅子や戸が開いているなどの周りの環境を確認し、整理してみる。 <input type="checkbox"/> p.137-0-3例1</p>

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<p><b>湯温</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●湯温の確認</li> <li>○湯温</li> <li>○シャワーの水圧</li> <li>○浴室の温度</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 本人に適した湯温ではない</p> <p>-----</p> <p><input type="checkbox"/> シャワーの水圧が強すぎることで、不快を感じている</p>	<p>◇本人の好みや状況を把握することで、不安や不快感を生じないように配慮することが必要です。</p> <p>◇本人が自分でできるようにしたり、不快に思うようなことをできるだけ取り除くようなことができないか工夫することが必要です。</p> <p>◇事前の準備や本人を不快を取り除くための道具や器具の調整が重要です。</p>	<p>シャワーを使わず、湯おけを使ってみる。 <input type="checkbox"/> p.135-0-8例3</p> <p>自分で流すようにすすめてみる。 <input type="checkbox"/> p.135-0-8例4</p> <p>ぬるめのお湯を用意して、確認してもらいながら流してみる。 <input type="checkbox"/> p.137-0-2</p> <p>シャワーの圧力を調整してみる。 <input type="checkbox"/> p.137-0-3例2</p>
<p><b>浴室温度</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●浴室温度の確認</li> <li>○浴室の温度</li> <li>○本人の気持ち、意志</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 本人に適した室温ではない</p>	<p>◇本人の好みや適切な脱衣室、浴室の環境を事前に準備することが、本人の満足につながるために重要です。</p>	<p>湯船につかったり温まってから洗髪を勧めてみる。 <input type="checkbox"/> p.133-0-3例1</p> <p>浴室の温度調整をしてみる。 <input type="checkbox"/> p.137-0-2</p>
<p><b>入浴人数</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●入浴状況の確認</li> <li>○本人の気持ち、意志</li> <li>○入浴時間帯</li> <li>○介助者の人数</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 本人の気持ちや気分が優れない</p> <p>-----</p> <p><input type="checkbox"/> 職員の人数、性別、声のかけ方が良くない</p>	<p>◇本人の生活週間や入浴の環境により、不安や恥ずかしさを助長させる場合があるので配慮が必要です。</p> <p>◇介護者の性別や年齢や声のかけ方で不安をいただくこともあるので、できるだけ安心できるように工夫や配慮をしましょう。</p>	<p>入浴する時間を変えてみる。 <input type="checkbox"/> p.136-0-9例2</p> <p>寒くないように脱衣室、浴室の温度を上げてみる。 <input type="checkbox"/> p.137-0-2</p> <p>マンツーマンの入浴を行ってみる。 <input type="checkbox"/> p.141-0-1例8</p> <p>慣れるまでの間、同じ介護者がかわってみる。 <input type="checkbox"/> p.141-0-1例3</p>
<p><b>洗髪日</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●洗髪日の確認</li> <li>○本人の気持ち、意志</li> <li>○気分</li> <li>○スタッフの声かけ内容・見守り方</li> <li>○洗髪拒否の開始時期</li> <li>○床屋に行った日</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 認知機能の低下により洗髪した日を覚えておくことができない</p> <p>-----</p> <p><input type="checkbox"/> 本人の気持ちや気分が優れない</p> <p>-----</p> <p><input type="checkbox"/> 職員の声かけや関わり方がよくない</p>	<p>◇記憶力の低下や判断力の低下など認知機能の低下も要因となっているので、入浴日や洗髪した日が判るような関わりが必要です。</p> <p>◇本人の体調や気分による影響もありますので、できるだけ安心感を持ってもらえるような関わりで心がけましょう。</p>	<p>カレンダーを用意し、洗髪日を記入してみる。 <input type="checkbox"/> p.139-0-2例4</p> <p>家族の力を借り、入浴へ誘ってもらってみる。 <input type="checkbox"/> p.142-0-2</p> <p>毎日、入浴を実施してみる。 <input type="checkbox"/> p.136-0-9例1</p> <p>ジェスチャーを使いわかりやすく説明してみる。 <input type="checkbox"/> p.139-0-2例1</p>
<p><b>反応</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●本人の様子の確認</li> <li>○洗髪への反応・様子</li> <li>○スタッフとの関係</li> </ul>	<p><input type="checkbox"/> 本人の気持ちや気分が優れない</p> <p>-----</p> <p><input type="checkbox"/> 洗髪という言葉が理解できない</p> <p>-----</p> <p><input type="checkbox"/> 職員の人数、性別、声のかけ方が良くない</p>	<p>◇認知機能の低下によって、洗髪の見識が低下しているため認識を促すような関わりをしましょう。</p> <p>◇本人のおしゃれや、髪の色に対する思いが洗髪に大きな影響を与える場合があります。本人の意志を確認し、工夫や準備をできることから始める対応をしましょう。</p>	<p>ゆっくりとコミュニケーションをとってから入浴へ誘ってみる。 <input type="checkbox"/> p.140-0-4例6</p> <p>入浴と一緒にではなく、洗髪だけを単独で行ってみる。 <input type="checkbox"/> p.136-0-9例3</p> <p>大切にしているぬいぐるみなどと一緒に入浴してみる。 <input type="checkbox"/> p.134-0-4例5</p> <p>一つ一つの行為をきちんと説明し理解を取ることをしているか振り返ってみる。 <input type="checkbox"/> p.138-0-1例2</p> <p>浴室に好みの音楽を流し一緒に歌ってみる。 <input type="checkbox"/> p.140-0-4例1</p>

確認部位	アセスメントチェック <small>ここを確認しましたか?</small>	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
<b>声かけ</b> ● スタッフの声かけ内容・見守り方 ○ 席の位置 ○ スタッフとの関係	<input type="checkbox"/> スタッフの声かけ・見守り方が良くない <hr/> <input type="checkbox"/> スタッフとの関係が良くない	◇ 職員の声かけや関わり方が高齢者の気分に強く影響を及ぼしている場合があるので、日頃から信頼してもらえるような関わり方を心がけましょう。 ◇ 日頃の声かけや、関わり方を見直して、安心できるような対応をしましょう。	仲の良い利用者に誘ってもらってみる。 <input type="checkbox"/> p.140-0-5 声のかけ方を統一してみる。 <input type="checkbox"/> p.138-0-1例1 できるだけわかりやすい言葉やジェスチャーを使って誘ってみる。 <input type="checkbox"/> p.138-0-2 フローしながら、髪の毛がきれいになったことを伝えてみる。 <input type="checkbox"/> p.134-0-5 本人が好きなことや自慢できる話題をしながら行う。 <input type="checkbox"/> p.140-0-4例5
<b>介護性別</b> ● 介護性別の確認 ○ スタッフとの関係 ○ 介護者の性別	<input type="checkbox"/> スタッフとの関係やスタッフの性別が良くない <hr/> <input type="checkbox"/> スタッフの声かけ・見守り方がよくない	◇ 介助者の性別によって、介助を拒む場合もあるので変えてみましょう。 ◇ 日頃の声かけや、関わり方を見直して、安心できるような対応をしましょう。	介護者の性別について本人と話し確認してみる。 <input type="checkbox"/> p.141-0-1例6 洗髪できたとときの職員が、しばらく関わってみる。 <input type="checkbox"/> p.141-0-1 好きな話題で会話しながら行ってみる。 <input type="checkbox"/> p.140-0-4例5 声のかけ方、誘い方を統一してみる。 <input type="checkbox"/> p.138-0-1例1
<b>他者関係</b> ● 他者関係 ○ 他の入居者との関係 ○ 過去の入浴体験	<input type="checkbox"/> 他の入居者との関係が影響している <hr/> <input type="checkbox"/> 過去の入浴体験で嫌な思いがある	◇ 他的高齢者との関係が、高齢者の気分や心理に強く影響することがありますので、入浴日、入浴者に配慮する必要があります。 ◇ 洗髪は子供の頃からのおしゃれや習慣が影響しますので、最近の生活習慣とあわせて考慮し、生活習慣を意識した関わり方を心がけましょう。	マンツーマンの入浴を試みる。 <input type="checkbox"/> p.141-0-1例8 本人の生活習慣にあった時間に入浴してみる。 <input type="checkbox"/> p.136-0-9 好きなシャンプーや整髪剤を用意してみる。 <input type="checkbox"/> p.137-0-1 仲の良い人と一緒に入浴してみる。 <input type="checkbox"/> p.140-0-5 1人で入浴してもらってみる。 <input type="checkbox"/> p.142-0-2例1

現在の状態は  
どうですか

<b>◎洗髪を拒否する回数</b> 拒否回数 _____ 回/日	<b>◎ケアをしたときの表情</b> 笑顔がみられる… <input type="checkbox"/> 悲しそうである… <input type="checkbox"/> 穏やかである… <input type="checkbox"/> 苦しそうである… <input type="checkbox"/> 落ち着いている… <input type="checkbox"/> 怒っている… <input type="checkbox"/> 集中している… <input type="checkbox"/> 泣いている… <input type="checkbox"/>	<b>◎行動やしぐさの様子</b> そわそわしている… <input type="checkbox"/> 寝ている… <input type="checkbox"/> 無関心である… <input type="checkbox"/> 同じ動作の繰り返し… <input type="checkbox"/>
-------------------------------------	--	--