

排泄場面における認知症ケアの考え方

◎ 排泄における認知症介護の目標

人は、生まれてから死ぬまで排泄し続けます。私たちは、普段当たり前のように排泄をし、何食わぬ顔で過ごしていますが、その行為は、大変なプロセスの上で成り立っています。まず、尿意を感じるところから始まり、排泄をする場所まで辿り着かなければなりません。そして、便所まで辿り着いたら今度は、便器という道具を使わなければなりません。その使い方はもちろん、そのもの自体を知らないと使えません。その次は、自分の準備ですが、ズボンや下着を下げる。男性ならファスナーを下す。ズボンと下着の違いやファスナーのことも知らないといけないしそれを使うことができればなりません。用を足せば今度は拭き取ります。ここでも、トイレットペーパーという道具を使わなければなりません。どのくらいの量のペーパーを使いどういう動作が必要なのか、判断も迫られます。そして、最後に下着やズボンを整えて、水道蛇口を使い手洗いをして元の場所に戻ります。皆さんが、その気で排泄のプロセスを考えれば、もっともっと多くの記憶や判断、動作などを挙げることは可能でしょう。それと、忘れてはならないのは感情、気持ちの部分です。排泄は、一人でするものですし、人に見られないようにするものです。その人をしっかり観て、羞恥心や自尊心を大切に、排泄という行為のどの部分ができないのかを探りながら、できない部分を見極めて支援していきましょう。



1 排泄の目的

排泄とは、食べたり飲んだりしたものから、体に必要な栄養分を吸収した残り「老廃物」をからだの外に出すこと、また、その行為です。

2 認知症による排泄の課題

排泄がスムーズに行えなければ、身体的に老廃物が蓄積されることで重篤な症状をきたしたり、精神的に重大なダメージを受けたりすることになりかねません。認知症ケアにおいては、本人の意図するところでは無く社会的迫害を受けたり、存在を疎まれるような材料になってしまうことがあるので、プライバシーや周囲との関係性への配慮に、特に注意が必要です。



◎ 絶対にしてはいけない介護

周囲に聞こえるような声かけを行うなど、失敗を際立たせるような対応はしてはいけません。また、強制的な声かけや怒鳴ったり、叱ったり、手をひっぱって別室に連れていくといった強引な誘導、そして、自立支援だと言いながら本人任せにして放置しているような状況はよくありません。本人のペースに合わせ、不快な思いをしないようにする視点が求められます。



1 パット交換を嫌がる方へのケア

パット交換を嫌がる原因は、認知機能のレベルから考えると2通りの考え方ができます。

- ①認知機能の低下により、パット交換の必要性やその行為を理解できない場合
 - ②パット交換をすることは理解できるが、介護者やその交換方法に納得できない場合
- まずはどちらに原因があるのかを判断し、対応することが求められます。

「本人の嫌がることはしない」との考えから、パット交換をおろそかにする向きもありますが、尿を吸収したパットを長時間使用することは、尿漏れや感染症、尿臭の原因となり、本人に好ましくない影響を与えますし、面会者や周囲の人にも不快感を与えかねません。かといって、強引に交換することは本人との関係の悪化につながるなので、十分留意することが必要です。衛生的な観点と認知症ケアの両方を考慮して進めることが求められます。



1 介助方法の工夫

本人に不快な感情を感じさせないように、パットの交換ができればそれに越したことはありません。だからといって不快感を与えないようにするために交換を著しく行わないのであれば、かえって本人の生活にとって好ましくない影響を与えることになります。不快感を与えず、適切な衛生状態を保つには、本人が主体的に交換できるようにすることが基本といえます。

実際の取組例

1. トイレ時にタイミングを合わせてさりげなく交換する

生活に連続性のないタイミングで何回も交換を促すより、トイレへの誘導時、一緒に交換することで、何度もトイレへ行きまじょうと声掛けすることなく交換できます。

例 1

排泄時に一緒にパット交換を行う。

例 2

着替えの流れで交換を行う。

2. 事前に同意を得て、本人が納得した上で交換する

突然、パットを交換するのではなく、本人が納得したうえで行うことで安心感を与えられます。私たちも、突然身体に触られたり、手を引っ張ってどこかに連れて行こうとされたりすれば警戒し

ます。理解力がどの程度残存しているかにもよりますが、本人に同意を得て納得のうえで対応することが望まれます。

例 1

トイレ介助の際はまず先に声をかけてから行う。

3. 交換時・交換後の処理を素早く行う

交換に手間取ると、羞恥心などから興奮や不快感をまねくことがあります。認知症の人は、記憶の帯が途中で途切れてしまうことがあります。一度納得したとしても、その後の対応が手際よくできないと、その瞬間に興奮したり怒ったりすることは珍しくありません。あらかじめ準備をしておき、本人の快感情を大事にして対応することが求められます。

4. 交換することを説明し、自分で交換していただく

説明に対して応じてくださる方は、パットを渡しご自分で交換していただくことで、スムーズに対応できます。これは、本人の出来ない所だけをサポートする、ということにもなりますし、本人のできるところを尊重するという意味では尊厳にも配慮したケアといえます。

5. 適温を保ち、交換時の寒さを軽減する

交換時に毛布を掛けたり、あらかじめ居室を温めたりして、寒さによる不快感を軽減することにより、スムーズな交換を行うことができます。暑すぎたり寒すぎたりすることはないか、本人が騒音とを感じるものはないか、明るすぎたり、暗すぎたりして不安をあおる環境はないかなど、本人の集中力や快感情を阻害する要因を敏感に感じることを求められます。

6. 好きな話題で会話しながら交換する

これは、感情が不安定な方に対して、快感情を持続的に持っていただくという考えや、集中力が低下している方の興味をそらさないという目的があることが推測されます。

しかし、まずは本人の納得を引き出すということが大事ですので、本人の納得を引き出すことが出来ない場合の次善の策といえます。

例 1

さみしいと不安感を感じるのでいつでも見守っていることを伝える。

例 2

出来るだけ会話をすることで、楽しい雰囲気作りを行うよう心掛ける。

例 3

相手の不明瞭な言葉を、常に丁寧に傾聴する。

例 4

交換することを忘れてしまう為、傍で集中できるように声かけ見守りをする。

7. 定時交換を行う

定時交換を行うにあたっては、本人に尿・便意がないことが条件です。本人に尿・便意があるのなら、本人のタイミングで交換しなければなりません。

本人の尿・便意の有無は、単に聞き取るだけではわからない場合もあります。排便前に特有の仕草がないかをよく観察します。また、会話がうまく出来ない方でも、繰り返し話しかけ、一生懸命聞くことで、言葉が復活することもあります。本人に会話の楽しさをわかってもらうことから始めると、思わぬ能力の再発見につながることもあることを念頭に入れましょう。

8. 気分の良い時に行う

快感情を大切にするという意味で、とても重要なことです。但し、快感情が起こるのを待っているばかりではなく、日頃から快感情になりやすいかわり方、環境づくりを心掛けるべきでしょう。介護者との個人的な信頼関係を築くことで、「あの人は私に良くしてくれる人だ!」と思ってくれるようになれば快感情の時間はどんどん長くなっていきます。

例 1

本人の気分のいいときを見計らって対応する。

2 環境の調整

本人のできるところを見極めると、ちょっとした環境の調整で自立を援助することが出来ます。どこまで出来るか、何が出来るかどうかどうすれば出来るかを見極める必要があります。

実際の実例

1. パット、下着の保管方法・場所をわかりやすいように変更する

パット交換することを理解されているけれど、物の置き場所がわからなくなる場合は保管場所を本人が見える場所にしてみます。交換方法がわからない方は、言葉でなくジェスチャーと一緒にやってみる動きをしたりなど、本人にわかりやすく伝えることで改善できます。

例 1

パットと新しい下着を目につく所に置き、自分で着替えられるようにする。

例 2

使用後のリハビリパンツやパットを入れるバケツ、使用前のパット等をすぐ取り出せ、自分で交換できる整理棚を居室に置く。

例 3

トイレに座ったままで手が届く所にゴミ箱を置き、自分で汚染したものを（スタッフに見られずに）捨てられるようにする。スタッフは後から汚染を確認するようにし、その場では新しいパットを渡して着けられるのを見守るのみとする。
※羞恥心に配慮した交換方法といえます。本人の能力に応じて出来ない所だけを介助するという考え方がうかがえます。

例 4

トイレの表示を高齢者の視線に入る高さに変えてみる。

例 5

トイレという表示を便所に変えてみる。

例 6

トイレの照明を昔からなじみのある電球色に変えて、トイレの認識を持ちやすくする。



3 声かけ・誘導の工夫

声掛けを行うにあたり大事な点は、尊厳に配慮した声掛けを行うこと、残存能力に応じた声掛けを行うこと、といえます。どこまでできるか、理解力がどの程度あるかを判断して、出来ないところをサポートするような声掛けが必要です。本人に不快感情を与えないために、やむを得ずごまかしの対応を行うことはあります。しかしそれは、本人の能力を見極めたうえでほかに方法がないときにのみ許されるもので、伝え方によってはきちんと理解していただける場合には、ごまかしの対応は倫理的観点から認められないことを理解したうえで対応します。

実際の取組例

1. 短く、わかりやすい言葉を使う

認知機能の低下が著明な場合、声かけに複数の内容が含まれていたり遠回しな表現になっていたりすると、正確に伝わらなく逆に不信感を招く場合があります。

難聴の方にも同様のことがあります。

例 1

短い単語で声かけする。

2. 排泄パターンを調査して誘導してみる

尿・便意がない方でも、排泄パターンを把握し、適切に誘導することで、失禁を劇的に減らせることがあります。

例 1

排泄パターンをデータ化しトイレ誘導を促す。

例 2

排泄調査を行う（水分摂取量調査）。

例 3

入浴時、起床時に声かけを行う。

例 4

行動パターンの観察を行い、動きの中で排泄の訴えを知るようにする。

例 5

起床時、本人が目覚ましゆったりしている時にトイレ誘導すると排尿があることが多い。

例 6

食事の前に誘導する。

	山○男	田○助	野○花
04:00~	○		○
04:30~			
05:00~		◇	
05:30~			
06:00~	◇		
06:30~		◇	◇
07:00~			
07:30~			



3. 本人だけに声かけする

トイレ誘導の声かけが、他の方に聞かれることは恥ずかしいと思われる方もいます。そういう配慮のない声かけではかえって本人の気持ちを頑なにしてしまうことが想定されます。

例 1 居室に戻られた時にさりげなく声かけする。

例 2 (本人に聞こえる程度の声で) 着衣が汚れていることを告げ、トイレに誘導する。

4. 時間を置き、改めて声かけしてみる

介護者の都合で、今交換したい、と思えば思うほど、本人はその焦りを感じて不快感情を持つことがあります。そんなときこそゆっくりと対応することが、かえって近道になります。

例 1 5分くらいしてからもう一度交換しに行くなどする。

例 2 拒否時はいったん気分を変える。

例 3 無理強いせず、「行きたくなったらいつでも教えてね」といったん引き下がり観察する。

5. 職員と一緒にトイレへと誘う

お誘いしてもトイレに行きたがらない、交換に応じない、という場合の次善の策として考えられる方法ですが、好ましい方法とはいえません。しかし、この手法は本人の理解力低下が著明で、“本人との良好な関係が前提”で“本人を目上の存在として依頼する”という考え方のもとでは例外的にあり得るものといえます。

例 1 職員がトイレに行くのでついてきて、とお願いする。

例 2 トイレに連れて行くとスタッフが利用者をお願いする。

6. 好きな話題で声かけしてみる

本人が不快な感情を持っている時に、何かを勧めることはとても困難です。気分を変えるために好きな話題で声かけすることは、倫理的に許されるのではないのでしょうか。ただし、本人の理解力が充分残存している場合はもっと好ましい方法があります。理解力低下が著明な場合であり、本人の生活の質向上という目的のためにやむを得ない場合と限定すべきなのは言うまでもありません。

7. 着替えの流れで交換

生活の流れを無視し、唐突にパット交換を促すのではなく、自然な流れで交換することが望まれます。朝起きたときに自然に声かけしたり、夕方居室に戻ったときにさりげなく交換を促したりすることで、本人は指示や案内をされる回数が少なくなりますので、同じ事を繰り返し言われることで起こる介護への抵抗が緩和されます。

8. 笑顔でやさしく対応

快感情を持っていただくのが基本だとすれば、笑顔で優しくというのは基本中の基本といえます。ただし、脈絡のない笑顔は「気持ち悪さ」や「怪しさ」を与える場合もあるということは、理解しておいた方が良いでしょう。

例 1

笑顔で優しく声がけする。

例 2

笑顔やスキンシップで相手の不安や警戒心を取り除く。



4 介助者の調整

実際の取組例

1. 信頼関係が構築されている職員が関わる

「信頼関係は一日にして成らず」ですが、認知機能の低下度合いによっては日替わりで受け入れてくれるスタッフが違うこともあります。そういったときは介護者が意固地にならず、柔軟に対応することが必要です。

例 1 そのときに受け入れてもらえるスタッフが対応する。

例 2 男性スタッフ（女性スタッフ）を好むので男性（女性）が対応する。

例 3 声かけやスキンシップで信頼関係を作り、相手を気持ちよくさせてからトイレへ誘導する。

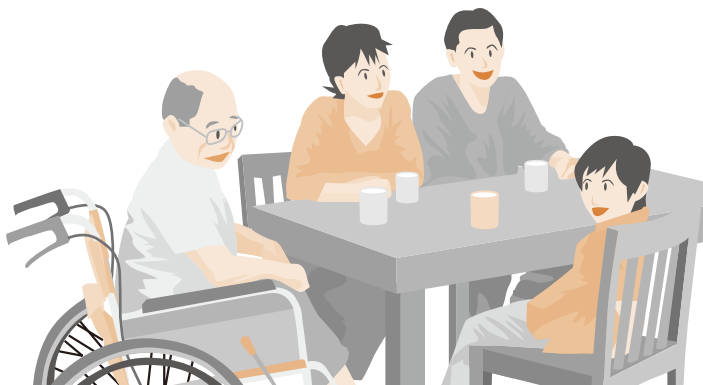
2. ケア方法を統一する

同じ対応を心掛けることで本人の気持ちは安心し、安定したものになります。しかし、統一した方法自体が倫理的に問題であったり、正確に本人の状態を把握していない上で統一してしまったりすることも考えられるので、そこを踏まえてのケア方法の統一が求められます。

5 その他

1. 家族の面会を増やした

これまでの生活と断絶してしまうことは、私たちが頭で想像する以上に本人には大きな負担となっています。快感情を与えるという意味では、家族の存在はとても大きなものですから、今すぐの結果を求めるのではなく、長い目での対応としてはとても重要であるといえます。



排泄介護拒否課題 介護チェック表

記入者氏名

記入日

現在、実施しているケアを確認しましょう。

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、おむつにおしっこをしたまま何時間も経っているので、交換しようとする、抵抗し、交換ができません。

要注意!! こんなケアしてませんか?

- ☐ 介護者の交換時間を優先し、尿(便)臭がしても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、どなったりしていませんか?
- ☐ 周囲に聞こえるような声で声かけしていませんか?
- ☐ 無理矢理、別室へ連れて行ったりしていませんか?
- ☐ 交換時、「くさい」「汚い」などと尊厳を無視した職員同士の会話をしていますか?

- 排泄後長時間の放置は、感染症や皮膚疾患の原因になりますので、充分注意しましょう。
- 本人の尊厳を保つ為、周囲に聞こえるような声での誘導は控えましょう。
- 認知症の人は、感情は最後まで豊かに残っています。どうせ聞こえないから…との思い込みはせず、一人の人間として尊重した態度・言動を忘れてはいけません。

ケア方針

- ◎本人の排泄タイミングを計りながら、尊厳を損なわずに排泄介助を行いましょう。
- ◎本人にとって安楽、かつ速やかで衛生的な排泄介助を行いましょう。

確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか?	ケアの方向性	実際の取り組み例(ガイドライン参照項目)
認知機能 ●認知機能 ○本人の気持ち、意志 ○性格	☐ 長文も理解できることが多い。 ☐ 短文なら理解できることが多い。 ☐ 難しい言葉はわからないが、身近な言葉は理解できる。 ☐ そのときによって通じるときとそうでないときがある。 ☐ 排尿(排泄)されたことを認識されていない。 ☐ 交換中に興奮や不快感を表出される。	◇認知症の人の認知機能は「時間」や「場所」「認知症の進行度合い」など、その時々により違います。介護者の思い込みにより、一つの方法のケアを誰にでも当てはめるのではなく、本人の認知機能を確認し、能力にあった対応を心がけましょう。	本人に了解を得て、交換に応じていた ☐ p.150-0-2 短い言葉でわかりやすく、交換の声かけを試みた。 ☐ p.154-0-1 本人の尊厳が保てる範囲で別の出来事の声かけを行った。「お洋服を取り換えませんか?」等(トイレ<排泄>)という言葉が理解できない場合には、やむを得ず、尊厳が保てる範囲で別の言葉によりトイレまで誘導することで不快感情を与えずに誘導できることもあります。(※決して最善策ではなく、あくまで改善の策とすべきでしょう。) ☐ p.154-0 表情や仕草で快・不快感情のどちらを持っているか確認した。 ☐ p.152-0-8 排泄時間をデータ化して本人のタイミングに合わせて誘導する。 ☐ p.154-0-2 交換後の処理をすばやく行う。(交換中に記憶が途切れてしまうことで、現在の姿に羞恥心などを感じる場合があります。) ☐ p.151-0-3 本人自らがスポンを下ろす動きを見守り、過度の介助を行わない。(自分のことは自分で行うほうが、自己の満足感を高められることがあります。) ☐ p.151-0-4

認知機能

	確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
認知機能	見当識 ●見当識 ○認知機能 ○認知症の種類 ○尿意・排泄感覚 ○施設環境	☐ トイレの場所がわからない。	◇おむつ・パットへの排泄を、しょうがないものと最初から捉えるのではなく、建物の構造や、トイレの場所にも原因がある可能性があることに留意しましょう。	トイレの場所が分かりやすいように目印をつける。 ☐ p.153-②-1 排泄時間をデータ化して本人のタイミングに合わせて誘導する。(トイレの場所がわからず、パットへ排泄していることもあります。) ☐ p.154-③-2
	心理 ●気分 ○本人の気持ち、意志 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○スタッフとの関係 ○性格	☐ 本人は今、快感情を持っていない。 ☐ 交換の途中で不機嫌になる。	◇感情の変化を洞察し、感情の安定をはかるように心がけて接しましょう。	落ち着いた優しい言葉遣いで、本人の得意な話題などをし、本人が快感情を持てるように働きかけ、タイミングを見計らって交換した。 ☐ p.152-①-8 p.155-③-6 p.156-③-8 拒否時は一旦気分を変えた。 ☐ p.155-③-4 あらかじめ交換に必要な準備をしておき、交換を手際よく行うことで、交換時に起こりうる羞恥心やイライラ感を感じさせないようにした。 ☐ p.151-①-3
排泄状況	排泄環境	☐ 室温は低くないか。	◇排泄前の特有の行動や、室温等への配慮、これまでの生活に近いトイレ環境調整などについて、本人の目線で考え、調整することを心がけましょう。	室温を高くし、交換時の冷えによる拒否を防止した。 ☐ p.151-①-5
	排泄パターン ●排泄間隔 ○本人の気持ち、意志 ○排泄・排尿時間 ○尿意・排泄感覚	☐ 排泄前・後に特有の行動があるか。 ☐ 排泄時間は一定か。 ☐ 交換時の物品は安楽なものを使用しているか。		もぞもぞした様子が見えたら交換を勧めてみた。 ☐ p.154-③-2 p.157-②-2 キョロキョロと辺りを見回しているときに交換を勧めてみた。 ☐ p.154-③-2 p.157-②-2 起床後、本人がゆったりしているときに誘ってみた。 ☐ p.154-③-2 食事の前にトイレへの声かけをした。(排泄感覚が皆無の場合は、データ化したタイミングでの交換・誘導が必要ですが、その日によりタイミングが全然定まらないことが判明した場合は、食事を気持ちよく摂って頂くために、食事前に誘導することも考えます。) ☐ p.154-③-2 清拭布や陰部洗浄用の湯を適温にし、心地よさを感じて頂いた。 ☐ p.151-①-5
対応方法	場所 ●交換場所 ○本人の気持ち、意志 ○気分 ○交換場所 ○交換の時間帯 ○尿意・排泄感覚 ○スタッフの声かけ内容・見守り方	☐ 大げさに声がけし、感情を損ねていないか。 ☐ 介護者の都合を押し付けていないか。 ☐ 生活の流れの中で自然に対応しているか。	◇羞恥心や尊厳の保持を念頭に置き、交換場所を決めましょう。	居室に戻られた時にさりげなく声がけした。 ☐ p.150-①-1 p.156-③-7 拒否されたときは、時間を置き声がけした。 ☐ p.155-③-4 無理強いせず「行きなくなったら教えてね」といったん引き下がり観察した。 ☐ p.155-③-4 着替えの流れで行った。 ☐ p.150-①-1 p.156-③-7
	介護性別 ●介護者の性別 ○気分 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○便の状態 ○性格 ○認知症の種類 ○スタッフとの関係	☐ 介護者の性別により、本人の様子が違う。	◇できるだけ本人の希望に沿うようにしつつ、性差で違うからとあきらめるのではなく、対応の上手な方をよく観察して、真似てみましょう。(本人の応援者は一人でも多い方がいいのです。)	余裕があるときは、親しみやすい性別の職員中心に関わり、その関わり方の様子を観察し、よいところを真似るようにした。(男女の性差により反応が違うこともありますが、基本は個人の関わり方に原因があることが多いものです。性差での違いとあきらめるのではなく、関わりが上手な人の様子を観察し、真似ることが解決のヒントとなります。) ☐ p.157-①-1

対応方法	確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
	声かけ ●スタッフの 声かけ内容・ 見守り方 ○スタッフとの 関係 ○性格	☐ うまく対応できる時 と、できない時があ る。 ☐ 声がけ時、周囲に人 はいますか。 ☐ 本人の理解力は把握 したうえで声がけで 来ていますか。 ☐ 本人への声がけのタ イミングをはかってい ますか。 ☐ 声がけの方法は一定 ですか	◇本人の気持ちはその日その時間によ って違います。うまくいかなかったときは、 そのときの対応に原因がある場合と、そ の前までの対応に原因があることもあり ます。生活全体の流れを踏まえた声がけ が必要です。 ◇声かけ内容は尊厳に配慮されたもの と なっていますか。また、そのタイミングは 適切でしょうか。日々振り返ることが必要 です。	その人に応じた声かけを行った。(ハキ ハキと声がけしたほうがいい場合、ゆっ くり話したほうがいい場合、言葉のイン トネーションなどを本人が聞きやすいよ うに介護者が調整します。) ☐ p.156-⑧-8 P.157-⑧-1 本人の言葉(方言や言い方)を真似た。 ☐ p.157-⑧-2 本人にのみ聞こえるような大きさで声 がけした。 ☐ p.155-⑧-3 職員が、「トイレに行くのでついて来て くれませんか」とお願いした。(推薦で きる声がけではありませんが、本人を目 上の存在としてお願いすることで、応 じて下さることもあります。この類の声 がけは本人の尊厳を損なう恐れがある ので、本人の排泄感覚がなく、言葉の 理解力低下が著明な場合などの、やむ を得ない策といえます。) ☐ p.155-⑧-5 着替え(寝衣等)のタイミングに合わせ て声がけし、交換した。 ☐ p.156-⑧-7 統一した声がけと対応を行った。(対応 を統一することは大事ですが、それが 本当にベストの対応かどうかはよく話し 合う必要があります。そもそも統一した 対応自体が間違っていることはよく見 受けられます。) ☐ p.156-⑧-8 p.157-⑧-2
職員との関係	関係 ●スタッフとの 関係 ○本人の気持ち、 意志 ○スタッフの 声かけ内容・ 見守り方	☐ すんなり交換できる 職員とそうでない職 員がいる。	◇同じ介護をしたつもりでも、本人に与 える印象は人により違います。相手に受け 入れられる態度、行動・言動はどういうも のか、関係作りが上手な職員を手本にし、 日頃からの積み重ねを意識しましょう。	交換が上手な職員の、交換の仕方を観 察して真似た。 ☐ p.157-⑧-1 p.157-⑧-2 交換が上手な職員は日ごろからどのよう にかかわっているか、観察して真似た。 ☐ p.157-⑧-1 p.157-⑧-2 声のトーン、声がけの仕方に注意した。 ☐ p.157-⑧-1 p.157-⑧-2

現在の状態は
どうですか

◎おむつ交換拒否の回数	◎ケアをしたときの表情	◎行動やしぐさの様子
拒否回数 <u> </u> 回／日	笑顔がみられる… ☐ 悲しそうである… ☐	そわそわしている… ☐
	穏やかである… ☐ 苦しそうである… ☐	寝ている… ☐
	落ち着いている… ☐ 怒っている… ☐	無関心である… ☐
	集中している… ☐ 泣いている… ☐	同じ動作の繰り返し… ☐

2 排泄の誘導を嫌がる方へのケア

認知症の人は排泄の誘導を嫌がる場合があります。排泄の誘導を嫌がる理由としては、服の着脱がわからない等の不安やその他の疾患の有無、もともと排泄が嫌いなど、様々な理由が考えられます。その方がなぜ誘導を嫌がるのか、一人ひとりの気持ちを考える必要があります。認知症の人が言葉に出せなかったとしても、スタッフが“その方の視点を持って”あらゆる可能性を考えることが大切です。

認知症の人は、声かけに対してすぐに行動したり、理解することが難しく、また、判断力の低下に伴い、自分の周りで起こっていることを把握できずに、混乱したり、不安になったりします。一方的なケアは、思わぬ行動（叩かれたり等）を引き起こす原因にもなります。無理に服を着せられたり、急がされるのは不安と混乱を招き、その方の気持ちを尊重しない声かけや誘導は、トイレに行くこと自体を不快に感じさせます。排泄介助はとてもデリケートなので、介助が必要になった時には、自尊心を傷つけないような配慮が不可欠です。



1 誘導方法の工夫

誰にでも同じ声かけや対応をするのではなく、その方の気持ちに沿った個別の対応を試みるのが大切です。そのためにも、その方をよく知ろうとするスタッフの姿勢が求められます。例えば、排泄記録などで排泄パターンを確認することで、失禁の心配なく過ごすことのできる支援が可能になります。その方の意思を尊重し、プライバシーが守られているかなど、自らの言動を見直すことが必要です。

認知症だからと一方的に決めつけず、その方に合わせた対応が必要です。誘導を試みる際の声かけや対応が十分であったか、環境面の配慮がなされているかを確認することも大切です。また、拒否されたことを問題視するのではなく、成功した場合の声かけや対応などの記録を生かし、情報を共有することで、統一したケアを提供することができるようになります。

実際の取組例

1. ついでにトイレに立ちよる方法

通院や買い物による外出、医師の往診を居室で待つなど何か行動する前にトイレを済ます人が多いのではないのでしょうか。ソファや椅子から立ち上がるきっかけとして散歩へのお誘いや、お友達の居室への訪問のお誘いもいいかもしれません。はじめからトイレに行くことが目的になると嫌がる方でも、ついでに勧めてみるとうまくいくことがあります。

2. 行きたくないなら、行きたいときに

本当に行きたくないときもあります。トイレに行っても「でない」と本人がわかっているときに無理に勧めても行かないものです。そわそわしたり、きょろきょろしたり何かを探している時に「ど

うしましたか」と声掛けしてみるといいかもしれません。成功したら時間とその時の状況を記録に残し、次のアプローチの目安にしましょう。

3. 異性介助だから嫌なのかもしれない

排泄行為はとてもデリケートなものです。女性であれば男性に「誘われる」事が嫌な方もいらっしゃるかもしれません。男性のスタッフを息子と思いこみ、頑なに拒否することもあります。嫌がる理由が異性介助である可能性はないのか確認してみる必要はあります。同性のスタッフがさりげなく声を掛けてみるのも方法の1つでしょう。

4. 時間をおいて、また声をかけてみる

テレビを見ている、他の利用者との話に花が咲いているなど、何かに夢中になっている時には、排泄行為を後回しにしたいものです。トイレとは別のことに気が向いている時には、スタッフの都合で無理に誘導せずに、その場面が切り替わった際や少し時間をおいてから再び声をかけてみることも有効です。

5. 汚れてしまったことを知られたくない

明らかに汚れている事がわかると、直ぐにでもトイレに誘導したくなります。しかし、汚れてしまって恥ずかしい、周りの人に知られたくないと感じて拒否する場合があります。そんな時はトイレに行くことが目的ではなく、着替えを勧めるなどお部屋に行く事を目的とした声掛けをしてみることも良い方法でしょう。

6. トイレに行くことを周りに悟られないように

トイレに誘導しようとする時、いくら優しく丁寧でも「トイレに行きませんか？」と周りの人にも聞こえるような声掛けは望ましくありません。声を掛けられた方は周りの人がどう思ったのか気になります。「あの人は1人で行けない」「オムツをしている」などと思われていないかと周りの目を気にします。嫌な思いをするとその後のケアにも支障をきたしますので声掛けには十分な配慮が必要です。

7. 本人が「トイレに行ってくるかな？」と思うような声かけの内容にする

「もうすぐ食事なので、トイレを済ませてからゆっくり食事しませんか？」「トイレが混む前に行ってきませんか？」など、本人が「今トイレに行った方がいいかも？」と思うような声かけの内容を考えてみましょう。

8. わかりやすい言葉ではっきりと話す

トイレ、お手洗い、便所など年代によって色々な呼び方があります。本人がわかる言葉でお誘いすることで、納得して誘導に応じることがあります。年代によって差はあると思いますが、「ご不浄」と言っていた方もいらっしゃいます。プライバシーへの配慮として他者に聞こえるような声掛けしないことは当たり前ですが、普段あたり前に使っている「トイレ」が何を意味するのかわからないかもしれません。

② 会話やコミュニケーションの工夫

信頼関係が出来ていて、安心感が持てる介護者が排泄の声かけや誘導をすることが大切です。そのためには、日常生活支援の場面で、信頼関係が築かれるような会話の持ち方やコミュニケーションに工夫が必要になります。例えば、できるだけ短い言葉で、分かりやすく、はっきりと、丁寧に会話を持つことが不可欠です。

また、会話の内容が理解できないと混乱したり、イライラしてしまうこともあるので、声かけや対応は、相手としっかりアイコンタクトを取りながら、ペースもゆっくりと、理解することができ、思考と動作が伴うスピードで行う配慮が必要です。また、認知症の人は、視野が狭くなってくると言われています。本人の視野を把握し、本人の視界に入る位置で話し掛ける配慮が必要でしょう。

実際の取組例

1. 普段から信頼関係を築く

信頼関係の出来ている人にお手伝いしてもらう方が、安心感があります。排泄の場面だけではなく、安心して日常生活のサポートを任せていただくために信頼関係を築くことが大前提です。排泄だけの関わりをしていると、「この人は、トイレの時だけしか私に声をかけてこない」と思われ、いつまでたっても信頼されません。

2. 声掛けが理解できないことも

目の前の人が自分に話しているが何を言っているのかわからない、だから嫌がっているように見えることもあるのかも知れません。アプローチは声かけだけではないので、まずは立つ動作を誘導したり、一緒に行きたい方向に誘導しようとするなど、わかってもらえる方法はないのかと考えながら対応することも必要です。また、トイレ、お手洗い、便所など年代によって色々な呼び方があります。本人がわかる言葉でお誘いすることで、納得して誘導に応じることがあります。

3. 表情や言葉のトーン、態度に注意

言葉が分からなくても、表情が険しい人や怖い雰囲気です話す人、自分を見下ろすように前に立っている人に自分の身を任せようと思うでしょうか。なんとなく怖いとか嫌だと思い結果拒否に繋がってしまいます。誘導しようとするにだけ捉われず、相手にどう映っているのかを考え、アプローチをするときの姿勢や態度を考えましょう。



4. 声かけ動作を振り返ってみるのも

声かけより動作の方が先にでていることはありませんか？言葉をかけないうちに手を引いてしまったり、ズボンを下ろしてしまったりというような事があると、相手は恐怖心を抱いてしまうこともあります。もう一度、自分の関わり方を見直してみましょう。

5. 聞き取りやすい声、音量、位置に心がける

耳の遠い方には、大きめで、低めの声で話す、ゆっくりはっきり簡潔に話す等、コミュニケーション技法をもう一度確認してみましょう。また、認知症の人は、視野が狭くなってくると言われています。本人の視野を把握し、本人の視界に入る位置で話し掛ける配慮が必要でしょう。

6. 「ありがとう」を忘れない

誘導に応じてくれた時には「ありがとう」のひと言が大切です。また、トイレの介助をさせてくれた時にも、人に見られて「嫌だったんじゃない・・・」などという声かけや態度に気持ち込めることで、安心感と信頼感が生まれ、次の誘導も快く受け入れてくれるようになるかもしれません。

7. もしかしたら我慢しているかもと考えてみる

排泄のお手伝いをされる事に「申し訳ない」「人の手を借りたくない」と思っている人も少なくありません。そんなことから「行かない」と言っているのではと考えてみると、行かないことで起こりえる病気のことを伝えてみることも1つの方法かも知れません。もちろん、遠慮している気持ちを受け止めたうえでさりげなく、他の人に聞こえないようにといった配慮をしたうえでということと言うまでもありません。

3 介助方法の調整

排泄介助では、できるだけ自分で排泄出来る方法を検討する必要があります。また、その人の日常生活のリズムを把握して、パターンを把握することも不可欠です。そして、嫌がった時にどんな言葉話すのか、嫌な事をどう表現するのかを確認して、本人の嫌がる理由を考えることが大切です。また、トイレの環境への工夫も必要です。ドアがない、あっても開けっ放しな状態では排泄しようとは思いません。便座が冷たい、照明が暗いなども不快と不安を与えることになります。

排泄にかかわる一連の行為の中でどこに介助が必要なのかを把握して関わることも大切です。機嫌が悪く、嫌がっているのに、何とか応じてもらおうと声かけや誘導を繰り返したりすると「この人は嫌だ」と思われてしまいます。

実際の取組例

1. 自分でいける方法はないか

歩いている途中にトイレが見つけれられるような表札や目印などをつけることで自分からトイレに入っていくこともあります。汚れたら交換できるように手の届くわかりやすいところにパットやおむつなどを準備しておくことで、自力でトイレに行けたり、交換に繋がる人もいないでしょうか。

2. パターンをつかむ

排泄ケアを行う時には、記録の活用が欠かせません。例えば、どれくらいの頻度で行こうとするのか、いつ行こうとするのかなど、…24時間の中でのおおまかなタイミングをつかむ必要があります。そのタイミングをスタッフで共有したうえで本人が行く気になるような声掛けの工夫をしてみましょう。

3. 会話を通して本人の嫌がる理由を考える

嫌がった時にどんな言葉話すのか、嫌な事をどう表現するのかを確認してみましょう。

「嫌だ」といった後に何を話すのでしょうか。わかる言葉で質問をしながら、その時の気分や理由を探り、原因をつきとめる事で対応方法が見つかることもあります。何故嫌なのか、本人の言葉で伝えてもらえることで対応方法が見つかるかもしれません。

4. トイレの環境にも配慮して

気持ちよく排泄できるような環境整備も大切です。汚れている事や嫌な臭いがするなどは論外ですが、ドアがない、あってもスタッフが見守るために開けっ放しな状態では排泄しようとは思いません。便座が冷たい事も座ることを嫌がる原因にもなります。照明も不安を与えるものになっていないか確認する必要があります。また、排泄する場所として和式・洋式など便器の形状でトイレとの認識ができないこともあるのではないのでしょうか。

5. 落ち着いてできるように

排泄にかかわる一連の行為の中でどこに介助が必要なのかしっかりとアセスメントする必要があります。衣類の上げ下ろしに介助が必要であれば、便座に腰掛けているときにまで介助者が側にいる必要があるのかどうか。側にいることで落ち着かない方もいらっしゃいます。腰掛けたあとは視界に入らないところで見守りするなどの配慮が必要です。

6. 対応するスタッフが変わること

トイレへの声掛けをしたところ、既に機嫌が悪く嫌がられた。何とか応じてもらおうと「いきましよう」と繰り返して誘う場合があります。こんな時は一度離れて対応するスタッフが変わることで受け入れてくれる場合もあります。「この人は嫌だ」と思われてしまった時には無理に対応せず、他の人に代わってもらう事も対応のひとつです。

7. おしりの状態を見る

排泄介助の時に、お尻の周りの状態をさりげなく観察し、ただれていたり、排泄により痛みを伴うような皮膚の状態を見逃さないようにすることが大切です。また、排泄後にお尻を拭く時に痛みを伴う場合もあるので、排泄時だけではなく、前後の本人の表情を観察し、苦痛がある場合には、薬を塗ったり、暖かいタオルで温めたりなど痛みの緩和を図ることで不安が解消されます。



8. すばやく片付ける

排泄時に粗相をして衣類を汚してしまった場合は、介助者に見られたり、片付けられたりすることを恥ずかしいと思うものです。汚れた物は、本人の羞恥心を軽減できるように、すばやく片付ける配慮が必要です。そのためにも、汚れた物を片付けるランドリーバッグ（汚物入れみたいな違和感のあるものは避ける）などを近くに置いておくなどの工夫をしましょう。

9. 排泄用品も個別対応で

排泄のパターンを把握することはもちろんですが、合わせて排泄用品も個別に選択することが必要です。失禁したら漏れてしまうから…拒否してもいいように…と大きめなパットをあててしまうのではなく、体の大きさや失禁量に合わせてパット類を選択し、使っていることが少しでも気にならないよう配慮することを忘れてはいけません。

排泄誘導拒否課題 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、失禁が多くなってきたのでトイレに行くよう促すと、嫌がって抵抗します。

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？
- ☐ 強制的に声かけしたり、しつたり、どなったりしてませんか？
- ☐ 全員一律の時間で排泄介助をしていませんか？
- ☐ 無理矢理、別室へ連れて行ったりしていませんか？
- ☐ 汚れた排泄用品をそのまま持ち運んだりしていませんか？

- 全員一律の排泄時間を設定してしまうと、皮膚疾患・泌尿器の疾患・本人の不快感につながるため注意しましょう。
- 拒否があるからといって、強制的な声掛けや無理矢理部屋へ連れて行ったりすることは直接の解決になりません。
- 汚れた排泄用品をそのまま運んだり、あからさまにバケツで運ぶ方法は入居者のプライバシーに配慮した運搬方法にはならないので注意しましょう。

ケア方針

- ◎自尊心・羞恥心・尊厳・プライバシーに配慮したケアを行いましょう。
- ◎自立支援を念頭に置いたケアを行いましょう。
- ◎本人の身体状況・排泄パターンを把握し個別にケアを行いましょう。

	確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
疾病	病歴 ●病歴・既往歴 ○生活歴 (幼少期から) ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○スタッフとの関係	☐ 過去に排泄に関連した疾患がある ----- ☐ 疾患の状況・体調に合わせた声かけができていない ----- ☐ スタッフとの信頼関係ができていない ----- ☐ 現病・既往歴・薬の作用・副作用を知らない	◇ご本人がどのような疾患に罹患しているのかを把握し、その疾患がどのような症状を呈すのかを理解することが重要です。また、その時々ご本人の体調に合わせて声のトーンを変えたり、時間を多少前後させることも大切です。排泄行為は、人間の尊厳に関わる非常にプライベートな部分ですので、信頼関係を構築し、ご本人の精神的な負担を軽減させるよう努めましょう。	本人の体調に合わせて声をかける。 ☐ p.164-Q-3 ----- 外出等、何らかの行動の直後に誘う。 ☐ p.162-Q-1 ----- 排泄をしないことによる悪影響を分かりやすく説明する。 ☐ p.164-Q-2 ----- なじみの職員が対応する。 ☐ p.164-Q-1
	排泄状況 ●尿意・排泄感覚 ○失禁状況 ○排泄状況 ○失禁有無 ○水分状態 ○便の状態	☐ 失禁の頻度・量を知らない ----- ☐ 排泄状況を知らない ----- ☐ 失禁の有無を確認できていない ----- ☐ 水分摂取の状態と尿量を把握していない ----- ☐ 排便のリズム・便の状態を把握していない ----- ☐ 尿意・排泄感覚を把握していない ----- ☐ 本人の気持ち、意志を尊重していない	◇ご本人の排泄状況を把握することが大切です。入居者それぞれの生活習慣を理解し、どのタイミングで排尿、排便があるのかを観察しましょう。また、どの程度の水分を摂取しているか、どの程度の尿量があるかを確認することも大切です。排便についても、ご本人のタイミングを知り、それに合わせて声をかけるようにするなどの工夫も重要です。何よりもご本人の気持ちを尊重し、それにあったケアを心がけましょう。	24時間シートを作成し、排泄パターンに合った声かけを行う。 ☐ p.166-Q-2 ----- 排泄時間を把握し、それに応じて支援する。 ☐ p.166-Q-2 ----- 本人の失禁の量にあった排泄用具を選定する。 ☐ p.167-Q-9 ----- 声かけに応じてくれた際に、「ありがとう」の言葉をかける。 ☐ p.165-Q-6
排泄状況				

確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
尿意感覚 ●スタッフの 声かけ内容・ 見守り方 ○本人の気持ち、 意志 ○尿意・排泄感覚 ○生活習慣 (ここ数年)	☐ 羞恥心等に配慮した 声かけ ☐ 本人の気持ち、意志 をくみとっていない ☐ 尿意、排泄感覚が乏 しい ☐ 生活習慣に合わない 声かけ、誘導をしてい る	◇周囲の人に気づかれないようにトイレに誘うなど、羞恥心に配慮した声かけを心がけましょう。また、ご本人の排泄パターンを把握し、生活習慣にあった声かけをするようにしましょう。	24時間シートを作成し、排泄パターンに合った声かけを行う。 ☐ p.166-0-2 周囲に気づかれないように声をかける。 ☐ p.163-0-6 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-0-1 「トイレ」以外で本人が親しんだ呼称があれば使用する。 ☐ p.163-0-8 散歩中等の歩行時にトイレに誘う。 ☐ p.162-0-1 声かけに応じてくれた際に、「ありがとう」の言葉をかける。 ☐ p.165-0-6
失禁 ●失禁有無 ○本人の気持ち、 意志 ○スタッフの 声かけ内容・ 見守り方 ○失禁状態	☐ 本人の気持ち、意志 を組みとっていない ☐ 自尊心や羞恥心に配 慮した声掛けになっ ていない ☐ 失禁の頻度・量を知ら ない ☐ 失禁の有無を確認で きていない	◇失禁に対するご本人の気持ちを汲み取り、精神的な負担をかけないように配慮しましょう。また、いつ、どのような状況で失禁が見られるかを把握するように心がけましょう。さらに、失禁の量にあった排泄用具を使用し、ご本人の負担を少なくするよう心がけましょう。	24時間シートを作成し、排泄パターンに合った声かけを行う。 ☐ p.166-0-2 本人の失禁の量にあった排泄用具を選定する。 ☐ p.167-0-9 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-0-1 ほかに人に聞こえないように声をかける。 ☐ p.163-0-6 散歩中等の歩行時にトイレに誘う。 ☐ p.162-0-1 汚れによるただれやゆみがないか確認する。 ☐ p.167-0-7 汚れたものは、極力本人の視界からはずし、介助する。 ☐ p.167-0-8
時間間隔 ●誘導の時間帯 ○排泄・排尿時間 ○排泄間隔 ○排泄頻度	☐ 介護側の誘導時間にな っている ☐ 排泄・排尿時間が排泄 パターンにあってい ない ☐ 排泄間隔を把握して いない ☐ 排泄頻度を把握して いない	◇介護者側の都合でトイレ誘導したり、おむつ交換することは止めましょう。あくまでも介護者側はご本人の排泄状況に合わせて行動することを心がけましょう。	24時間シートを作成し、排泄パターンに合った声かけを行う。 ☐ p.166-0-2 排泄時間を把握し、それに応じて支援する。 ☐ p.166-0-2
排泄パターン ●排泄間隔 ●排泄・排尿時間 ●排泄頻度 ●誘導の時間帯 ○スタッフの 声かけ内容・ 見守り方 ○スタッフとの 関係	☐ 自尊心や羞恥心に配 慮した声かけになっ ていない ☐ 排泄間隔を把握して いない ☐ 排泄頻度を把握して いない ☐ 排泄・排尿時間を把握 していない ☐ スタッフとの信頼関 係ができていない ☐ 介護側の都合で誘導 時間を決めている	◇ご本人の排泄状況を確認し、適切なタイミングと方法で介入しましょう。また、排泄ケアは非常にプライベートな部分ですので、十分に信頼関係を築いた上で介助にあたるようにしましょう。	24時間シートを作成し、排泄パターンに合った声かけを行う。 ☐ p.166-0-2 排泄時間を把握し、それに応じて支援する。 ☐ p.166-0-2 水分の摂取状況を観察し、適宜声をかける。 ☐ p.166-0-2 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-0-1 「一緒に行きましょう」と誘う。 ☐ p.162-0-1 「トイレ」以外で本人が親しんだ呼称があれば使用する。 ☐ p.163-0-8 散歩中等の歩行時にトイレに誘う。 ☐ p.162-0-1 声かけに応じてくれた際に、「ありがとう」の言葉をかける。 ☐ p.165-0-6
様子 ●抵抗時の表情 ○抵抗時の様子 ○スタッフの 声かけ内容・ 見守り方 ○排泄状況 ○本人の気持ち、 意志 ○性格	☐ 拒否があったときの表 情を観察していない ☐ 拒否があったときの様 子を観察していない ☐ 強制的に声かけしたり 叱ったりしている ☐ 排泄状況を把握して いない ☐ 本人の気持ち、意志 を尊重した声かけを していない ☐ 性格を考慮した声か けをしていない	◇誘導への拒否があった場合は、そのときの様子(表情、口調、しぐさ、周囲の様子など)を細かく観察するようにしましょう。ご本人の様子から拒否につながる要因が見つかることも充分考えられます。また、拒否に対して強い口調でとがめたり、無理やり誘導するようなことは絶対にしてはいけません。さらにご本人の性格やそのときの体調などを考慮し対応するように心がけましょう。	声かけに応じてくれた場面を考え、その要因を検討する。 ☐ p.166-0-3 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-0-1 ほかに人に聞こえないように声をかける。 ☐ p.163-0-6 「トイレ」以外で本人が親しんだ呼称があれば使用する。 ☐ p.163-0-8 散歩中等の歩行時にトイレに誘う。 ☐ p.162-0-1 排泄をしないことによる悪影響を分かりやすく説明する。 ☐ p.164-0-2

	確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	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	心理 ●本人の気持ち、意志 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○性格 ○気分 ○スタッフとの関係	☐ 本人の気持ち、意志 ☐ スタッフの声かけ内容・見守り方 ☐ 性格を考慮した声かけをしていない ☐ 気分が悪い ☐ スタッフとの関係が良くない	◇どうして拒否するのか、拒否されているご本人の気持ちを考えましょう。そのうえで、スタッフの声の掛け方や見守り方が適切かどうか検討してみしましょう。気分が優れない、体調が優れないなどの理由も考えられます。また、介護者側との関係が拒否の要因にもなります。ご本人と信頼関係を築けるよう心がけ、ご本人の心に寄り添ったケアを目指しましょう。	なじみの職員が対応する。 ☐ p.164-Q-1 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-Q-1 ほかの人に聞こえないように声をかける。 ☐ p.163-Q-6 「トイレ」以外で本人が親しんだ呼称があれば使用する。 ☐ p.163-Q-8 散歩中等の歩行時にトイレに誘う。 ☐ p.162-Q-1 声かけに応じてくれた際に、「ありがとう」の言葉をかける。 ☐ p.165-Q-6
	興味関心 ●興味・関心 ○気分 ○本人の気持ち、意志	☐ 興味・関心のあるものを知らない ☐ 本人の気持ち、意志を把握していない	◇ご本人が、どのようなケアを望むのか、また、どのような方法で自立に近づけられるかを検討し、その意志がご本人にあるのかどうかを十分に確認しましょう。	排泄時間を把握し、それにに応じて支援する。 ☐ p.166-Q-2 「トイレ」以外で本人が親しんだ呼称があれば使用する。 ☐ p.163-Q-8 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-Q-1
人間関係	スタッフ関係 ●スタッフとの関係 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○本人の気持ち、意志	☐ スタッフとの信頼関係ができていない ☐ スタッフの声かけ内容・見守り方がよくない ☐ 本人の気持ち、意志を確認していない	◇ケアを提供する際、拒否が見られる背景には、ご本人を取り巻く人間関係が影響している場合も少なくありません。特に、排泄ケアのような非常にプライベートな部分に介入する際は、介護者側との十分な信頼関係を築いておく必要があります。さらに、介護者の声の掛け方や見守り方も非常に大切です。	なじみの職員が対応する。 ☐ p.164-Q-1 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-Q-1 「一緒に行きましょう」と誘う。 ☐ p.162-Q-1 ほかの人に聞こえないように声をかける。 ☐ p.163-Q-6 「トイレ」以外で本人が親しんだ呼称があれば使用する。 ☐ p.163-Q-8 散歩中等の歩行時にトイレに誘う。 ☐ p.162-Q-1 声かけに応じてくれた際に、「ありがとう」の言葉をかける。 ☐ p.165-Q-6
	人間関係 ●スタッフとの関係 ●他の入居者との関係 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○性格	☐ スタッフとの信頼関係ができていない ☐ 他の入居者との関係がよくない ☐ スタッフの声かけ内容・見守り方がよくない ☐ 性格を考慮した関わりをしていない	◇スタッフとの信頼関係が築けていない場合には、介護者側からの声かけに対して拒否が見られる場合も少なくありません。また、他の入居者との関係に軋轢がある場合なども、拒否の要因となることが考えられます。ご本人の性格をよく見極め、その時々々の体調に応じた声かけを心がけましょう。	なじみの職員が対応する。 ☐ p.164-Q-1 会話をしながら、自然にトイレへの声かけを行う。 ☐ p.162-Q-1 声かけに応じてくれた際に、「ありがとう」の言葉をかける。 ☐ p.165-Q-6 ほかの人に聞こえないように声をかける。 ☐ p.163-Q-6 「トイレ」以外で本人が親しんだ呼称があれば使用する。 ☐ p.163-Q-8 散歩中等の歩行時にトイレに誘う。 ☐ p.162-Q-1

現在の状態は
どうですか

◎誘導を拒否する回数

拒否回数 回／日

◎ケアをしたときの表情

笑顔がみられる… ☐ 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 トイレ以外で放尿してしまう方へのケア

私たちが、トイレ以外で排尿をするときの状況を考えてみてください。まず、共通に思い浮かぶのが、トイレがないときではないでしょうか。認知機能が衰えてくると、見当識障害がおこります。トイレの場所が分からなかったり、トイレそのものをトイレと認識できなかったり、まさに、トイレがない状態です。そう考えると、トイレ以外で排尿するということが理解できるといいます。そこが理解できると、私たち支援者がすること、またはできることが見えてくるのではないのでしょうか。



1 誘導の工夫

排尿はいつでもできるわけではありませんので、その人のタイミングをはかる必要があります。そのためにまず、間隔や時間、排泄前後の様子などをしっかりと観察します。そして、放尿の直前よりも少し前というように、できるだけ早めに気付いて支援できるとより良いでしょう。支援が遅れてしまうと、その人の行動を止めないと放尿を回避できなくなってしまいます。自分の行動をいきなり止められて気分がいい人はいませんから、当然対応が難しくなります。悪循環になってしまいますので注意が必要です。

実際の取組例

1. 時間を決め定期的にトイレ誘導を行った

はじめは、本人の排泄リズムが分かりにくいので、まずは、起床後、食事前、就寝時間、夜間は途中で目覚めた時間というように、時間をある程度決めて支援してみましょう。

2. 表情と行動パターンを観察した

尿意を感じた時、それが尿意だと気づかず何だかわからないけど、おなかのあたりが気持ち悪いという、不快感を感じて、そわそわしたり、うろうろしたりすることがあります。また、おしっこが出そうで我慢しているときは、顔がこわばったり、陰部に手を持っていったり、出てしまった直後は、表情がゆるんだり、身震いをしたりといったこともあります。

3. 繰り返し説明した

認知症の状態にもよりますが、繰り返し説明することで、少しずつ記憶が蓄積し、固定されるこ

ともありますので、その都度丁寧に説明することも一つの方法です。ただ、くどくならないようにすることと、教えるのではなく伝えるという気持ちや言葉かけを心がけましょう。

4. 同性による誘導をした

たとえ同性でも他人に排泄の支援を受けたくはないでしょう。ましてや、異性に排泄について介助をされることはなおさら嫌でしょう。本人が女性の場合は特に同性介助が望ましいでしょう。

5. 周囲に聞こえないように配慮した

恥ずかしいという気持ちを持たないような支援をするときには、他の人に「見える」「聞こえる」ということがないかを考えることが大切です。声の大きさを加減したり、他の人との距離を保ったりしましょう。

例 1

本人にだけ聞こえるように、傍に寄り、大きな声にならないよう周囲に気を配りながら誘導する。



2 排泄環境の調整

本人の過ごしてきた環境や認知力の程度を確認しながら物の配置や表示、形状などを考えましょう。自宅の居間や寝室とトイレとの位置関係を確認し、トイレの表示、トイレ周辺の様子、便器の形状、配置などを見えます。放尿する場所は、部屋の隅や観葉植物の植木鉢、ゴミ箱、洗面器などが多いようですが、対策として、放尿の対象になるものを撤去するという方法が採られているようです。刃物や洗剤は別ですが、暮らしに潤いを与えてくれるものや、生活に必要なものを身の回りから取り除くという方法は、行き過ぎれば、無機質な空間を作ってしまうことになります。どうしてもトイレで排泄していただけない場合は、一時的にはそういった方法をとることもやむを得ない場合がありますが、できる限り、撤去ではなく何かをちょっと付け加える対策を考えましょう。いうまでもなく、最善は、放尿に至らないような環境を作ることです。

実際の取組例

1. トイレの位置を調整した

いつも、し慣れていることは、頭で考えなくても体が勝手に覚えていることがあります。ベッドの向きを変えベッドから見たトイレの位置が自宅と同じになるように調整をしたり、出入り口のそばにトイレを配置したりすることも効果が期待できます。

2. ポータブルトイレを配置した

ベッドサイドなど、目につきやすいところにポータブルトイレを設置したり、手元に尿器を置くなど尿意があってから排尿するまでのプロセスを短くすることで記憶に依存しなくてもよい状況を作るのも良いでしょう。



3. トイレと分かるよう表示をした

「便所」「お手洗い」「トイレ」「厠」「憚り」など、人によって、世代によってなじみの言葉は違います。字体や字の大きさ、色、表示の高さなどの工夫ができます。また、立体的に表示することで、複数の角度から認識を促すこともできます。そのほかにも、絵で表示するのも良いでしょう。

4. 夜間電灯をつけておいた

夜間トイレの電灯をつけて認識しやすいようにしたり、自室のドアを少し開けておいて廊下の電灯を明るくし誘導します。薄暗い所にいると自然と明るいほうへ足が向くという人本来の習性のようなものに働きかける方法です。

5. 目の届く居室や環境

寂しさや不安を解消するために、できる限り職員がそばにいたり見守ったりできる体制を整えます。見守りがしやすいお部屋に移っていただくことも併せて検討してみるのも良いでしょう。しかし、居室の移動は、大きな環境変化が伴うので、混乱が助長される危険もありますので慎重に行う必要があるでしょう。

6. 孤立させない工夫をした

睡眠の途中で目が覚めることの一つにトイレに行きたいということが想像できます。また、目が覚めたついでにトイレに行っておこうかというのも人の心理として想像できることの一つです。目覚めたときの不安と混乱をできるだけ少なくするために、目覚めをこちらがすぐに気づける環境を整えておくのも良いでしょう。

例 1

室内の様子が分かるように自室の戸を少し開けておく。

7. 便器の工夫

トイレまで行き着くことができて、便器の認識がなければ、トイレのどこで排泄してよいのかわからないことがあります。便器に的を置くとか、便器の中の水に色をつける。また、場合によっては、和式、様式、男性用など便器自体の形状も有効な場合があります。

3 その他

実際の取組例

1. 薬調整、受診をした

泌尿器の専門の病院で診てもらい排尿をコントロールすることで改善が期待できることがあります。



2. 放尿個所の工夫をした

信心深い人でも神様や鳥居に向かっておしっこをする人は少ないでしょう。放尿個所に、神様や鳥居の絵や模型を設置することで放尿が回避でき、次第に放尿がなくなったということもあります。

3. おむつの変更

おむつの中に排泄することは、なかなか気持ち悪いものです。おむつからリハビリパンツへ変更することで排泄動作が少なくなります。それを布パンツへ変更することで、さらに、不快感や違和感が軽減します。より心地よい状況を作ること放尿も改善に向かうでしょう。

4. 活動量を増やした

夜間の放尿が多い場合は、日中の活動量を増やし、就寝前に入浴や足浴、布団乾燥器で布団を温めるなど熟睡できるための支援に努めましょう。その場合、夜間ぐっすり眠ることが予想されますので、失禁に対する注意が必要になってきます。

放尿課題 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、廊下の端や庭のすみっこなど、トイレ以外のところであちこちにおしっこをしてしまいます。

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？
- ☐ 強制的に声かけしたり、しかったり、どなったりしてませんか？
- ☐ 失敗がみんなに知れるような言動はしていませんか？
- ☐ 無理矢理、別室へ連れて行ったりしていませんか？
- ☐ バケツを持って追いかけていませんか？

- 排泄に関する行為は、他人にみられたくない、知られたくない、プライバシーに関わる部分です。本人の羞恥心や自尊心を尊重し、辱めたり、自尊心を傷つけるような言葉や関わり方は禁物です。
- 排泄の失敗に対してなじったり、怒ったり、辱めたりするとそれがきっかけで排泄への恐怖心や抵抗感ができてきてしまいます。排泄は身体を健康に保つために必要な生理的な機能ですから、スムーズな排泄を支援することが重要です。
- 排泄後の後始末や処理をせずに放っておくと、不潔な状態になり、疾患の原因となります。排泄の失敗を放っておいたり、怒鳴ったりせずに、まずは本人の衛生状態を保ち、清潔にすることを優先しましょう。

ケア方針

- ◎排泄とは、人にとってとても繊細な部分ですので、羞恥心や自尊心、倫理面での配慮を大切にしながら関わっていきましょう。
- ◎どんなにいいことだと思っても介護者側の思いを押し付けしないで、本人の思いとの折り合いをつけていきましょう。
- ◎排泄の感覚や頻度を把握したうえで、その人の表情や様子をよく見てみましょう。(とにかく見る知る)

	確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	ケアの方向性	実際の取り組み例 (ガイドライン参照項目)
排泄状況	排泄パターン ●排泄間隔 ○排泄頻度 ○スタッフの声かけ内容・見守り方	☐ 排泄間隔のパターンがわからない ☐ 排泄頻度が少ない ☐ スタッフの声かけ内容・見守り方がよくない	◇排尿は、したくない時には出ないし、膀胱にたまっていないと出ないものです。本人の排泄パターンを把握してタイミングよく声かけや見守りをしましょう。「あんたは私の顔を見るたびにトイレ、トイレという」など、相手に不快に思われないようにしましょう。	時間を決め、定期的にトイレ誘導を行った。 ☐ p.172-0-1 夜間居室から出てくるたびにトイレ誘導を行った。 ☐ p.172-0-2 誘導回数を増やした。 ☐ p.172-0-1
	間隔頻度 ●排泄間隔 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○排泄頻度 ○本人の気持ち、意志 ○尿意・排泄感覚	☐ 排泄の間隔が空きすぎている ☐ スタッフの声かけ内容・見守り方がよくない ☐ 排泄の頻度が少ない ☐ 本人の気持ち、意志がすぐれない ☐ 尿意・排泄の感覚がほとんどない	◇排泄の間隔や頻度にとらわれすぎず、本人の気持ちや意志への働き掛けを忘れないようにしましょう。	ざりげなく声かけ誘導を行った。 ☐ p.172-0-2 表情と行動パターンを観察した。 ☐ p.172-0-2 タイミングを検討した。 ☐ p.172-0-1 丁寧に、くどくならないように繰り返し説明した。 ☐ p.172-0-3
	失禁・尿意 ●排泄・排尿時間 ○排泄間隔 ○尿意・排泄感覚 ○失禁有無 ○水分状態 ○本人の気持ち、意志	☐ 排泄や排尿の時間が決まっている ☐ 排泄間隔が長い ☐ 尿意や排泄の感覚がほとんどない ☐ 失禁がしばしばある ☐ 水分不足になっている ☐ 本人の気持ちがすぐれない	◇失禁したあと気持ちが悪いという感覚があるかどうかを確認しましょう。失敗をことさら強調しないような配慮をしましょう。	廊下をウロウロし始めるタイミングで誘導した。 ☐ p.172-0-2 お茶などの水分を多く取った後にトイレ誘導を行った。 ☐ p.172-0-1 夜間起きている気配を感じたら訪室して誘導するようにした。 ☐ p.172-0-2

	確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	ケアの方向性	実際の取り組み例（ガイドライン参照項目）
排泄状況	尿意 ●尿意・排泄感覚 ○本人の気持ち、意志 ○スタッフの声かけ内容・見守り方	☐ 尿意や排泄の感覚がほとんどない ☐ 本人の気持ちがすぐれない ☐ スタッフの声かけ内容や見守り方がよくない	◇まずは、本人に「おしっこがしたい、トイレに行きたいかどうか」を聞いてみましょう。言葉だけで尿意の有無はわからないこともあります。安易に尿意がないときめてしまわずに、本人の「尿意」の表現を見つけて支援していきましょう。	股間に手を持っていったりお尻をもじもじさせたりなど動作を観察した。 ☐ p.172-0-2 居室より出てこられたら、トイレ誘導を行った。 ☐ p.172-0-2 繰り返し説明。 ☐ p.172-0-3
	排泄習慣 ●生活状況（数日内） ○排泄・排尿時間 ○排泄間隔 ○睡眠時間・状況	☐ 排泄、排尿の時間が不明である ☐ 排泄の間隔がわからない ☐ ここ数日内の生活状況で変わった事がある ☐ 睡眠時間が不足している	◇1週間くらい期間を決めて集中して観察しましょう。その上で、何時どんな場面で放尿につながるのかを確認しましょう。場面場面をよく見ていくと改善の糸口が見えてくるでしょう。特に、放尿前の様子をよく観察しましょう。	食事の前に誘導を行った。 ☐ p.172-0-1 食事の後に誘導を行った。 ☐ p.172-0-1 就寝前に誘導を行った。 ☐ p.172-0-1 入浴前に誘導を行った。 ☐ p.172-0-1 専門の病院を受診し排尿コントロールした。 ☐ p.176-0-1 おむつから布パンツに変更した。 ☐ p.176-0-3
様子	表情様子 ●スタッフの声かけ内容・見守り方 ○スタッフとの関係 ○放尿時の様子 ○放尿時の表情	☐ 放尿時の表情や様子を確認していない ☐ スタッフの声かけ内容や見守り方がよくない ☐ スタッフとの関係がよくない	◇本人が発信する表情やしぐさを私たちが日ごろ使う言語に置き換えてみましょう。	排尿失敗に自信をなくし、隠れて行うようになり周囲を気にしたため誘導時周囲に聞こえないように配慮した。 ☐ p.173-0-5 表情と行動パターンの観察を行った。 ☐ p.172-0-2
	様子 ●放尿時の様子 ○本人の気持ち、意志 ○尿意・排泄感覚 ○排泄場所 ○スタッフの声かけ内容・見守り方	☐ 放尿時の様子を確認してない ☐ 本人の気持ちがすぐれない ☐ 尿意や排泄の感覚がほとんどない ☐ 排泄場所がわかりにくい ☐ スタッフの声かけ内容や見守り方がよくない	◇落ち着かない様子が見えたら本当はその場所で排泄したくないのかもしれませんが、堂々とトイレ以外の場所で排泄していれば、その場所が排泄する場所であることを確信しているのかもしれません。その時々々の状況を見ながら声かけや誘導をしていきましょう。	ベランダ（放尿先）に向かわれようとした時にトイレ誘導した。 ☐ p.172-0-2 徘徊時、行動の見守り、観察した。 ☐ p.172-0-2
環境	トイレ環境 ●トイレの表示 ○トイレの場所 ○トイレの扉	☐ トイレの表示がわかりにくい ☐ トイレの場所がわかりにくい ☐ トイレの扉がわかりにくい	◇本人の姿勢、目の高さ、明かり、色などに配慮しながら工夫してみましょう。	常に誰か職員が見守ったり一緒にいられる環境を作った。 ☐ p.175-0-5 夜間、職員の目が届きやすい居室に替えた。 ☐ p.175-0-5 夜間、居室の様子がわかるように戸を少し開けていた。 ☐ p.175-0-6 トイレ表示の工夫をした。 ☐ p.174-0-3
	トイレ場所 ●トイレの場所 ○排泄場所 ○排泄・排尿時間 ○歩行・下肢機能 ○本人の気持ち、意志	☐ トイレの場所がわかりにくい ☐ 排泄場所がわかりにくい ☐ 排泄や排尿の時間が不明である ☐ 本人の気持ちがすぐれない ☐ 下肢機能が低下し、歩行ができない	◇本人が認識しているトイレの場所や形が違うかもしれないという視点は大切です。そんな視点で対応してみましょう。	トイレ洗浄液を色の濃いものにした。 ☐ p.175-0-7 夜、トイレだけ電気をつけ廊下は少し暗めにする事で分かりやすくした。 ☐ p.175-0-4 ベッドの向きを変え自宅の環境（ベッドからみてトイレの方向を同じ方向へ）へ調整した。 ☐ p.174-0-1 居室の扉を少し開き廊下の電気を明るくしてトイレに誘導するようにした。 ☐ p.175-0-4

	確認部位	アセスメントチェック ここを確認しましたか？	ケアの方向性	実際の取り組み例（ガイドライン参照項目）
環境	場所 ●排泄場所 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○トイレの場所 ○トイレの表示 ○スタッフとの関係 ○見当識	☐ スタッフの声かけ内容や見守り方がよくない ☐ トイレの場所がわかりにくい ☐ トイレの表示がわかりにくい ☐ スタッフとの関係がよくない ☐ 排泄の場所がわかりにくい ☐ 見当識の障害がある	◇トイレは御不浄ともいい、人が忌み嫌う場所であつたり、排泄行為同様あまり人に見られたくない場所でもあるので、あまり人目に付く状況は、好ましくないように思います。ケアのためとはいえ、配慮が必要ではないかと思ひます。そんな考え方から家具調ポータブルトイレなどができたのかな？	放尿する場所に神様を現す鳥居を作った。 ☐ p.176-②-2 神社の鳥居のイラストを貼った（排尿場所に）。 ☐ p.176-②-2 放尿してしまう場所に花や絵を飾った。 ☐ p.176-②-2
	表示 ●トイレの表示 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○本人の気持ち、意志 ○生活習慣（ここ数年）	☐ トイレの表示がわかりにくい ☐ 数年の生活習慣を確認していない ☐ スタッフの声かけ内容や見守り方がよくない ☐ 本人の気持ち、意志を確認していない	◇基本的には、その人の生活背景や持っている力、癖や趣味などを参考にすると良いでしょう。文字や絵、形や配置など、工夫のヒントは、街の中にたくさんあります。お店の看板なんかを見てみましょう。	トイレに「小便小ぞうの絵」を掲げた。 ☐ p.174-②-3 トイレがわかるように表示した。 ☐ p.174-②-3 夜間、電燈をつけておいた（誘導灯）。 ☐ p.175-②-4
職員との関係	スタッフ関係 ●スタッフとの関係 ○スタッフの声かけ内容・見守り方 ○本人の気持ち、意志 ○気分	☐ スタッフの声かけ内容や見守り方がよくない ☐ 本人の気持ち、意志を確認していない ☐ スタッフとの関係がよくない ☐ 気分がすぐれない	◇「ダメでしょう」「違います」といった否定や非難をしないかわりをしましょう。また、職員同士で話し合いの機会を持ち知恵を出し合ひましょう。	何故放尿をしてしまうのか、理由付けを職員同志ミーティングを行った。 ☐ p.172-②-2 夜間の放尿が多かったため、熟睡できるよう放尿前の環境を整えた（就寝前の入浴、足浴、布団乾燥で布団をあたためる）など。 ☐ p.176-②-4 1日15分はマンツーマンに対応（寂しさ、不安の軽減）。 ☐ p.175-②-5

現在の状態は
どうですか

◎トイレ以外で放尿する回数

放尿回数 回／日

◎ケアをしたときの表情

笑顔がみられる… ☐ 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… ☐

委員構成および執筆担当

◎ 認知症介護評価指標開発検討委員会（五十音順）

秋田谷 一	（特別養護老人ホーム 祥光苑）
池田 泉	（特別養護老人ホーム 唐松荘）
大久保 幸積	（社会福祉法人 幸清会）
喜井 茂雅	（有限会社 スローライフ）
谷本 政美	（特別養護老人ホーム 鷹栖さつき苑）
波潟 幸敏	（特別養護老人ホーム 鷹栖さつき苑）
保坂 昌知	（特別養護老人ホーム さくら苑）
益岡 賢示	（有限会社 プレム・ダン）

<事務局>

加藤 伸司	（認知症介護研究・研修仙台センター）
阿部 哲也	（認知症介護研究・研修仙台センター）
工藤 靖子	（認知症介護研究・研修仙台センター）

◎ 執筆担当（五十音順）

「初めての認知症介護解説集」

秋田谷 一	Ⅱ部—1—1—2、Ⅱ部—4—1
阿部 哲也	I部—2、Ⅱ部—1—1—1、Ⅱ部—2、Ⅱ部—2—2
池田 泉	Ⅱ部—2—3
大久保 幸積	I部—4、Ⅱ部—4—2
喜井 茂雅	Ⅱ部—4、Ⅱ部—4—3
谷本 政美	Ⅱ部—3、Ⅱ部3—3
波潟 幸敏	Ⅱ部—3—2
保坂 昌知	I部—3、Ⅱ部—3—1
益岡 賢示	I部—5、Ⅱ部—2—1

「認知症介護チェック表」

秋田谷 一	排泄介護拒否課題
阿部 哲也	食事過剰要求課題
池田 泉	食事中斷課題
大久保 幸積	排泄誘導拒否課題
喜井 茂雅	放尿課題
谷本 政美	洗髪拒否課題
波潟 幸敏	清拭拒否課題
保坂 昌知	入浴拒否課題
益岡 賢示	食事拒否課題

平成21年度 老人保健健康増進等事業
高齢者虐待の防止及び認知症介護の質向上に向けた教育システムの展開と教育効果に関する研究

初めて認知症介護をする人へ
「初めての認知症介護 食事・入浴・排泄編 解説集」

平成22年3月

発行所 認知症介護研究・研修仙台センター
〒989-3201
仙台市青葉区国見ヶ丘6-149-1
TEL 022-303-7550 FAX 022-303-7570

発行者 認知症介護研究・研修仙台センター
センター長 加藤伸司

印刷 株式会社 ホクトコーポレーション
〒989-3124
仙台市青葉区上愛子字堀切1-13
TEL 022-391-5661（代表）FAX 022-391-5664



SENDAI DCRC

社会福祉法人 東北福祉会
認知症介護研究・研修仙台センター

〒989-3201 仙台市青葉区国見ヶ丘6-149-1
TEL 022-303-7550 / FAX 022-303-7570
<http://www.dcnet.gr.jp>