

ひもときテキスト

改訂版



はじめに

「認知症の人のケアは難しい」といいます。

その理由を尋ねると、「どうして欲しいのかわからないし、こちらで考えたことが、本当に本人が望んでいることなのかわからない」といった理由があげられることが少なくありません。たとえば、「家の中にばかりいると、ますますもの忘れが進んでしまいます。外に出て人と話をしたりする時間をつくりましょう」と、デイサービスの利用を勧めても、「私はそんなところには行きたくありません」と頑なに断られてしまうと、デイサービスの利用を勧めることが本当に本人にとって良いことかどうか、自信がなくなることがあるのではないのでしょうか。また、特別養護老人ホームの入り口で、「これから家に帰ります。迎えを待っています」と、頑としてそこから一步も動こうとしない方に対し、どのような声掛けをすればよいのか戸惑うこともあるでしょう。

ここにあげた状況だけで、どのようにすればよいのかを示すことはできませんが、ややもすると、「共感的に理解しなければ」という気持ちのみが先行してしまうかもしれません。もちろん、共感的な理解がなければ、意思疎通を多少とも図ることはできません。

しかし、ケアの専門職であれば、声を掛ける前に考えなければならないこと、知っておくべきことがあるはずです。少なくとも、「本人がどのような生活をしてきたのか」「認知症の原因は何か」「その重症度はどの程度なのか」「どのような中核症状があるのか」「どんな薬を飲んでいるのか」「どのようなケアをふだん受けているのか」「介護者との関係性はどうか」「目や耳は遠くないのか」「どのような環境で生活しているのか」などを考える必要があります。

これらの情報は記録として残されている場合が普通とはいえ、ケアに携わる関係者間で共有されていないことも少なくありません。認知症の人のケアを考えるときには、まずこれらの情報が関係者間で等しく認識されることが不可欠であり、そのための視点を本テキストで示しました。

ここで示されている「ひもときシート」は、情報を整理するための視点であり、従来から用いられているアセスメント・ツールではありません。あくまで情報を体系的に共有するための手だてのひとつであり、アセスメントを容易にできるのです。

ぜひ、この「ひもときシート」を認知症ケアに活用していただきたいと思います。

平成 23 年 2 月

認知症介護研究・研修東京センター センター長
本 間 昭

このテキストは、認知症ケア高度化推進事業として認知症ケアの向上を事業目的に、事例収集・分析、海外調査、個別訪問相談援助事業等を実施し、「ひもときねっと※」等により情報発信を行っている認知症介護研究・研修東京センターが、認知症介護に携わるより多くの人に対し、認知症の本人が求めるケアを「ひもとく」ことができる一助となることを目的として作成しました。

※「ひもときねっと」 <http://www.dcnet.gr.jp/retrieve/>



テキストの内容

○ 認知症ケア高度化推進事業の紹介

認知症介護研究・研修東京センターが実施する事業を紹介しています。

○ ひもときシートとは

認知症の本人にとっての問題を解決に導くために、ひもときシートを作成した経緯とその意義を解説しています。

○ ひもときシートの解説

ひもときシートの構造やガイドラインについて解説しています。

○ ひもときシートの活用

ひもときシートの活用方法について、ポイントを紹介するとともに、活用例やグループ討議・演習の進め方などを紹介しています。

○ 認知症の理解

認知症の基本的な理解と症状別・疾患別認知症の特徴、ケアのポイントについて解説しています。



<資料編>

資料1. ひもときねっとの紹介

資料2. ひもときシート ①事例概要シート ②ひもときシート

資料3. ひもときシート活用編（暫定版）

資料4. 絵で学ぶひもときシートの使い方

資料5. ひもときカレンダー

ふだんの生活で感じられることが多い心配や悩みについて、どのようにすればよいのかのヒントを紹介し、ご本人とご家族が一緒になって考えることができるような、「ひもときカレンダー」を紹介しています。

資料6. ひもとき手帳（抜粋）

資料7. 認知症とは

資料8. 海外の認知症ケアに関する調査概要

各国の理念に基づいて体系化されつつある認知症関連研究およびケアの実践等を、文献・関連資料・ヒアリング等の調査を通じて集約し、最新の取り組みや海外認知症ケアの動向について紹介しています。

はじめに

テキストのねらいと使い方

「認知症ケア」の窓を開ける鍵を手にいれよう

Ⅰ 事業紹介	1
1. 背景とねらい	3
2. 認知症ケア高度化推進事業体制図	4
3. 事業内容	5
(1) ひもときシートの開発	5
(2) 個別訪問相談援助事業	5
(3) 個別ケアの事例研究	6
(4) 海外の認知症ケアに関する調査	6
Ⅱ ひもときシートとは	7
1. ひもときシートの基本的な考え方	9
2. ひもときシートと従来からのアセスメントシートとの違いは何か	12
3. ひもときシート Q & A	13
Ⅲ ひもときシートの解説	15
1. ひもときシートの構造	17
2. ひもときシートガイドライン	18
3. ひもときシート記入例	27
Ⅳ ひもときシートの活用	33
1. 活用のポイント	35
2. ひもときシートの活用例	45
(1) チームトレーニングで使う	45
(2) セルフトレーニングで使う	45
(3) スーパービジョンで使う	45
(4) 認知症介護実践（実践者・実践リーダー）研修等で使う	45

3. グループ討議・演習の基本的な進め方	46
(1) グループの大きさ	46
(2) ファシリテーター (Facilitator とは)	46
(3) ファシリテーターの役割	46

V **認知症の理解** 49

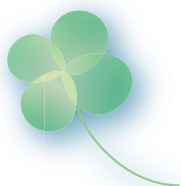
1. 認知症を理解する	51
(1) 認知症ケアの歴史とこれからのケア	51
(2) 認知症の人の心理	52
(3) 認知症の原因疾患と行動・心理症状 (B P S D).....	53
(4) 行動・心理症状 (B P S D) の理解と対応	54
2. 中核症状とは	55
3. 疾患別認知症の特徴とケアのポイント	58
(1) アルツハイマー型認知症	58
(2) 血管性認知症	59
(3) レビー小体型認知症	60
(4) 前頭側頭型認知症	60
4. 認知症ケアにおける薬の理解	64
(1) 高齢者にみられやすい薬剤の副作用	64
(2) 介護者が留意すべきこと	65
5. 認知症に伴う行動及び心理症状	67
(1) 「殴りかかるナツオさん」暴力行為の理解	67
(2) 役に立ちたいハルエさん	73

資料編 81

- 資料1. ひもときねっとの紹介
- 資料2. ひもときシート ①事例概要シート
 ②ひもときシート
- 資料3. ひもときシート活用編 (暫定版)
- 資料4. 絵で学ぶひもときシートの使い方
- 資料5. ひもときカレンダー
- 資料6. ひもとき手帳 (抜粋)
- 資料7. 認知症とは
- 資料8. 海外の認知症ケアに関する調査概要

ひもときテキスト 改訂版

I 事業紹介



「認知症ケア」の窓を開ける鍵を手にいれよう



認知症の人から

認知症の人へ



事業紹介

1. 背景とねらい

認知症高齢者は近年急速に増加し、2025年には320万人に達するといわれています。2003年に厚生労働省老健局長の私的研究会が提案した「2015年の高齢者介護～高齢者の尊厳を支えるケア～」では、これまでのケアの概念を「自立」から「尊厳」にバージョンアップさせ、とりわけ身体的自立に加えて認知症ケアを高齢者ケアの標準として推進することとしています。その結果、個別ケアの充実やBPSDの予防、改善、その他ケア方法の工夫などに一定の進歩をみることができました。しかし、すべての事業者・施設が改善や進歩をしたわけではありません。ケアの質のばらつきや、介護と医療の連携が不十分なことから起きる認知症のBPSDの悪化、身体拘束や虐待が未だに行われているという状況も、事実として存在しています。

また、尊厳を支えるケアでは、たとえ認知症になっても住み慣れた地域でその人らしい生活が継続できることが目標とされています。そのため、誰もが認知症を自らの問題として認識し、地域社会全体で認知症の人の生活を支える取り組みへと発展させることは大変に重要であると考えられます。しかし、残念ながら地域住民の理解が十分広がっているとはいえず、認知症の人やその家族が抱える不安や悩みを気軽に相談できる体制が不十分であるといった状況により、本人と家族が社会から孤立し、介護負担のストレスを抱え込み、虐待や介護殺人へと追い込まれていく現実もあります。

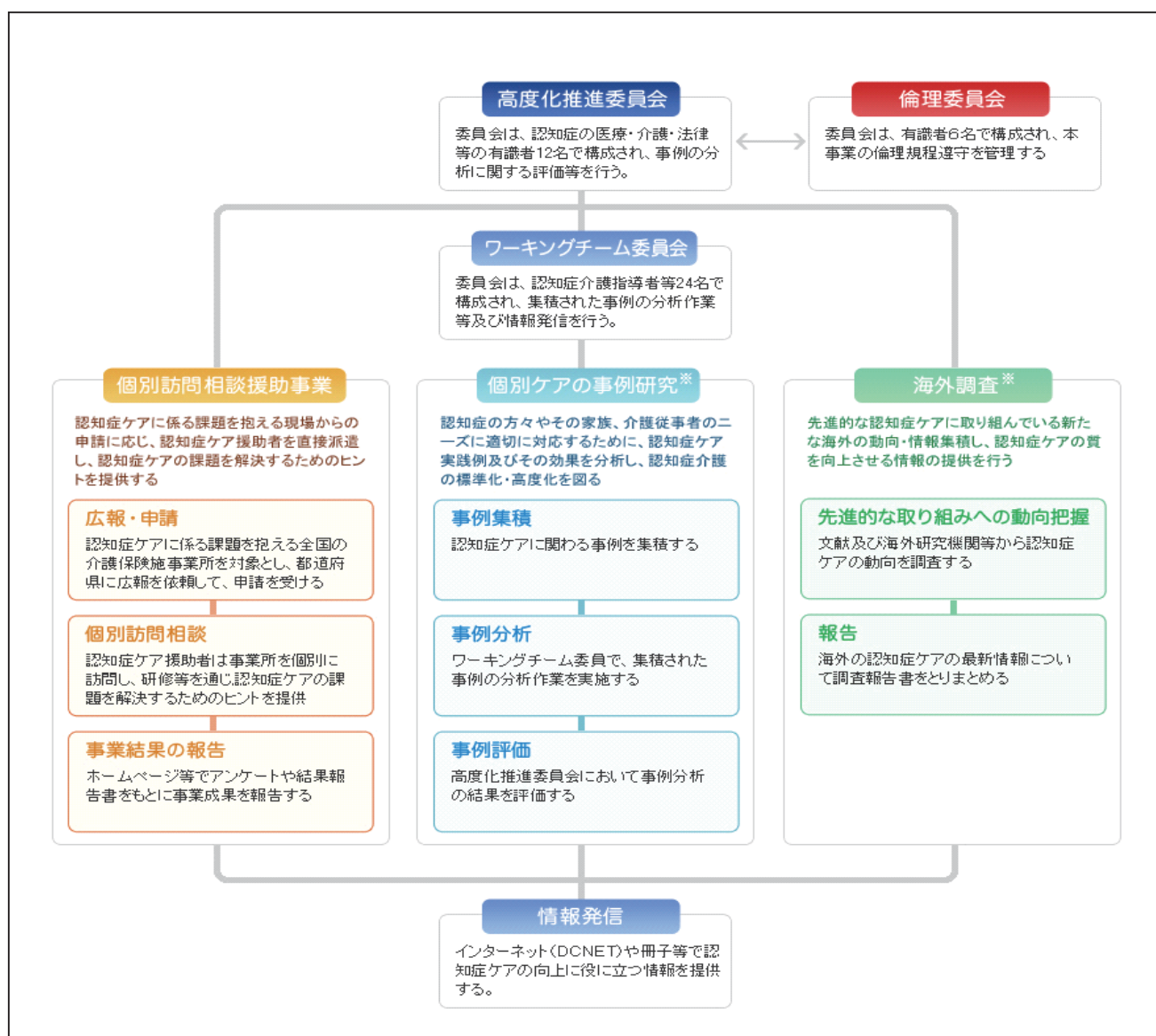
このような現状を踏まえ、平成20年7月に公表された「認知症の医療と生活の質を高める緊急プロジェクト」報告書では、今後は「適切なケアの普及」等の推進により、地域ケア体制の強化を図ることが必要であると述べられています。

具体的には、「適切なケアの普及」を図るため、「認知症ケアの標準化・高度化」を掲げ、次のような柱が示されました。

- ① 認知症ケアの標準化を推進するため、認知症ケアの事例を集積し、その効果の分析評価に基づいた認知症ケアの手法の標準化を推進する。
- ② 認知症ケアの現場へ標準化されたケアの手法を普及するため、認知症対応型サービス事業の管理者、認知症介護指導者等に対する研修への支援、認知症介護にかかわる専門家等有資格者の活用法の介護現場への普及を行う。

認知症介護研究・研修東京センターは厚生労働省の補助を受け、これらの事業を3年間（平成20年度～22年度）を目途に推進していきました。

2. 認知症ケア高度化推進事業体制図



3. 事業内容

(1) ひもときシートの開発

認知症ケア高度化推進事業として設置されたワーキングチーム委員会では、国内における事例収集・分析・啓発等に取り組むと同時に、介護現場等における認知症の困難事例について援助者の考え方を導き、個別ケアの高度化を図っていくための「ひもときシート」を開発しました。事業を進めていくうえで前提となった考え方は、次のとおりです。

- ① 「困難事例」における「困難」とは、事象に直面した援助者が抱える主観的な問題であることが多く、単純に心理行動症状（B P S D）を困難事例とはしない。
- ② 認知症ケアは個別的な対応であることから、ケアの方法やかかわり方を単純にマニュアル化することはなじまない。また、マニュアルは「対応」の画一化につながり、個別化に逆行する危険性があるため、十分な考慮が必要である。
- ③ 認知症ケアでは、B P S Dへの対応が援助者の負担を増やしていることから、「認知症のケア＝B P S Dへの対応」と思われがちである。しかし、本来は援助者が中核症状に及ぼすさまざまな要因や背景を読み取り、それらを改善・緩和することが大切である。そのため、B P S Dにより顕在化する行動や言葉を、その要因・背景を知る「メッセージ」「サイン」「シグナル」として捉えることが重要である。

このように、よりよい支援につなげていくためには、援助者の「気づき」を促す必要があります。「援助者本位のケアから利用者本位のケアへと思考を転換」させる方法を標準化し、「認知症ケアの正しい考え方へ導くこと」が求められているのです。ワーキングチーム委員会により開発された「ひもときシート」は、これらの課題を克服するための1つの「ツール」です。

(2) 個別訪問相談援助事業

個別訪問相談援助事業は、認知症ケアに課題を抱える介護保険事業所からの申請に応じ、認知症介護指導者等を認知症ケア援助者として、その事業所に直接派遣し、認知症ケアの現場における課題を解決するためのヒントを提供することを目的としています。

(3) 個別ケアの事例研究

認知症の方々やその家族、介護従事者のニーズに適切に対応するために、認知症ケア実践事例及びその効果を分析し、認知症介護の標準化・高度化を図ります。

なお、収集した事例は、ひもときねっとに掲載されています。

(4) 海外の認知症ケアに関する調査

海外調査は、各国の理念に基づいて体系化されつつある認知症関連研究およびケアの実践等を、文献・関連資料・ヒアリング等の調査を通じて集約し、先駆者等の最新の取り組みや海外認知症ケアの動向を把握することを目的としています。あわせて、各国の制度・支援体制システム・ケアのフレーム等を調査し、背景や現状、課題を整理しつつ、海外認知症ケアの基本情報を集約しています。

< 調査対象国 >



スウェーデン



デンマーク



オーストラリア



イギリス



アメリカ



ドイツ