

天晴れ介護サービス総合教育研究所
オンラインセミナー

「認知症の “人の気持ち”」

～ 思いを理解してかかわる～



一般社団法人きらめき認知症トレーナー協会 代表理事

株式会社きらめき介護塾 代表取締役

渡辺哲弘



はじめまして！ 渡辺哲弘です(^ ^)

- 名古屋生まれ、現在は滋賀県の野洲市に在住。
- 障害者施設や高齢者施設（特別養護老人ホーム・老人保健施設・デイサービス・認知症対応型デイサービス・グループホーム・居宅介護支援事業所）で、20年間、介護職員や相談員、ケアマネジャー、また管理者として介護現場で勤務しました。
- 平成25年7月に「(株) きらめき介護塾」、平成27年4月に「(社団) きらめき認知症トレーナー協会」を設立。
- 日本・ハワイ・中国で介護・医療の専門職向けの認知症研修
- 地域の自治会・老人会・婦人会・小中学校・企業などで認知症の啓発や認知症予防についての講演などしています

きらめき介護塾

こんなことをやっています！

①知識・考え方を学ぶ為の...

□認知症研修（基礎・応用ect）



②人に伝えられるようになる為の...

□認知症トレーナー養成講座
（スライドを使い1時間半で話せる）

□認知症シスター養成講座
（紙芝居を使い30分で話せる）

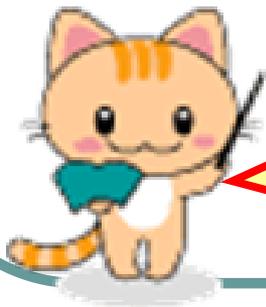


介護職に求められるのは・・・

心身の状況に応じた介護

人の**気持ち**を理解する。

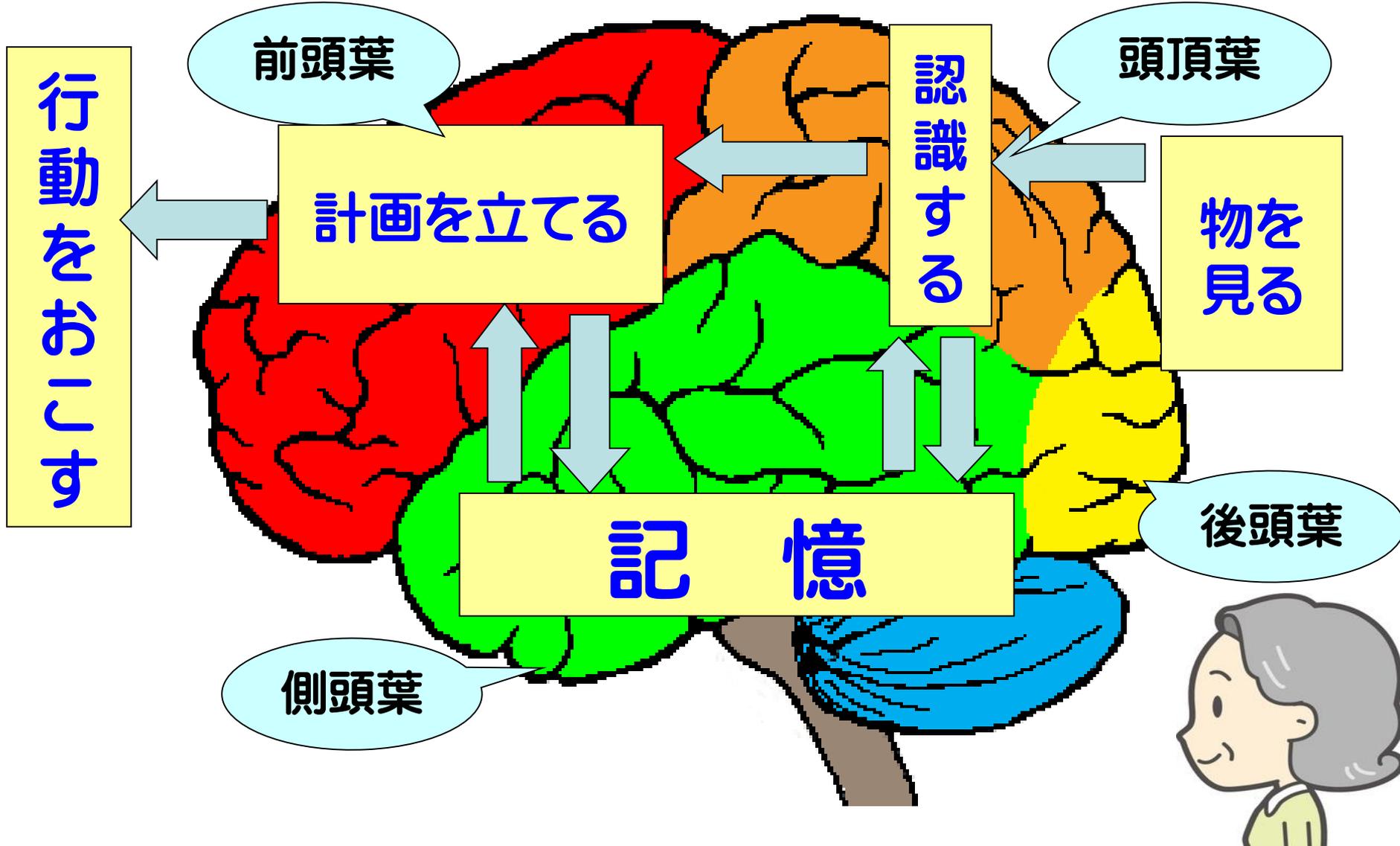
認知症の**特徴**を理解する。



この二つの視点で考える
ことが大事(^_^)!”

大脳の働き

～私たちは頭の中でこんな風に考えています～



認知症の種類

☆血管性認知症（1～2割）

→脳の細胞に栄養や酸素が行き渡ら
なくなり脳細胞が死んでしまう

☆アルツハイマー型認知症（5～6割）

☆レビー小体型認知症（1～2割）

☆前頭側頭型認知症（1割）

→脳の細胞がゆっくり死んでいく
変性疾患



認知症（アルツハイマー型）

っていったい何？

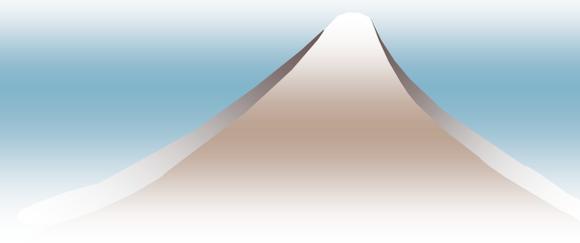
「認知症は、

脳に起きた変化によって、

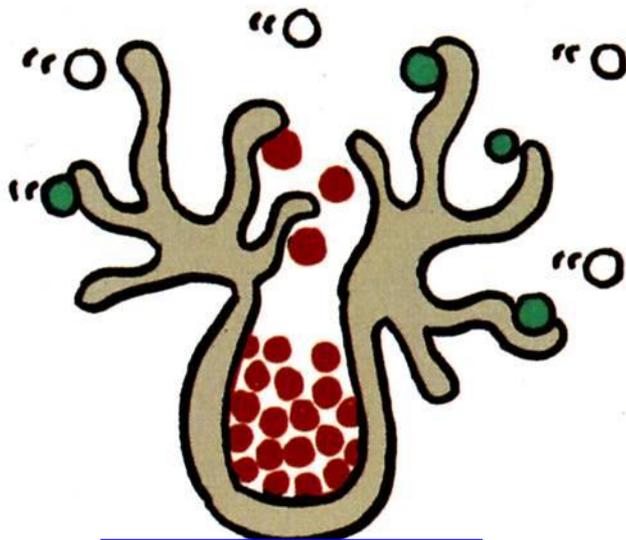
記憶障害（もの忘れ）などがおこり

日常生活をおくることが

困難になっている状態」



記憶障害って!?

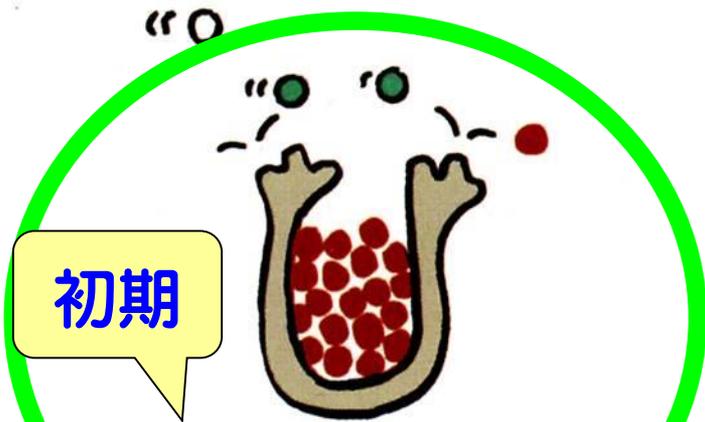


若い時

インギンチャク=記憶の貯蔵庫(海馬)



老化すると覚えるのに手間がかかる



初期
認知症になると覚えられない



- 大切な情報
- 関心のある情報
- 無駄な情報

食べたことを覚えられず・・・

ご飯まだ？

食べてない
んだけど



私たち → 体験の一部を忘れます

認知症 → 体験のすべてを忘れてしまう



こんな言い方をしたら・・・



食べてないって
言ってるだろ！（怒）



いま食べた
ばかりですよ

何言ってるの！秋刀魚よ、秋刀魚
「美味しいわ」って食べてたでしょ

じゃあ、こんな言い方は・・・

そうかあ～じゃあ
待ってるわ。

いま作ってる
からもう少し
待ってて
くださいね。

病気の特徴をきちんと理解して
こたえてあげることが大事ですね

どんな言い方をしたら人は嬉しい気持ちに！？



そうかあ～じゃあ
待ってようかなあ。

じゃあ、これ
でも食べて
待ってて
くださいね

ポイント

記憶障害があるだけで、
あとは全部、私達と同じ

あなたが専門職として出来ること

～在宅介護は日々の大変さを減らすこと～

認知症の特徴を・・・

「知っている」と「知らない」のとは
介護の大変さに大きな違いが！



専門職によるアドバイスが大事！



あなたが専門職として出来ること

～在宅介護は地域の理解があつてこそ～

家族の介護は

24時間、365日、休みなし。

そして・・・

いつまで続くかわからない不安が。

→地域の人の理解（啓発活動）



認知症の進行を遅らせる二つのポイント

薬

- ①アリセプト ②レミニール ③メマリー
- ④リバスタッチパッチ/イクセロンパッチ

この薬を使うことで進行を止めることは出来ないが、進行をゆるやかにすることが出来ると言われています…

→だから早期発見・早期治療が大事！

ストレスを減らす

「焦り」や「不安」などのストレスは病気を進行させる大きな要素と言われる先生も。

→私たちが「適切な関わり」をすることでストレスが減らせる。

アルツハイマー型認知症の定義

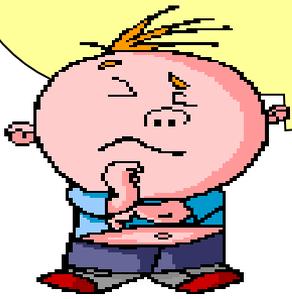
- 1、**記憶の障害**
- 2、次のうちひとつ以上がみられる
失語・失認・失行・実行機能障害
- 3、1・2の障害により、仕事・社会活動
・人間関係が損なわれる
- 4、意識が清明であること
- 5、病歴や検査から脳の器質性変化がある
(アメリカ精神医学会の診断統計マニュアルⅣ (DSM-Ⅳ) より)

アルツハイマー型認知症の中核症状 (認知機能障害)

「中核症状」というのは、
認知症になると出てくる症状のこと。

①記憶障害、②失認、③失行、④失語
⑤実行機能障害のほか

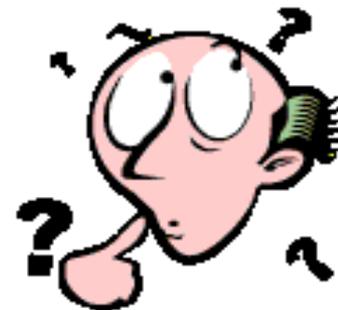
⑥見当識障害、⑦理解力・判断力の低下
などがあります。



失認・失語・失行・実行機能障害



- ①失認：目は見えてるのに、
それが何か分からない。
- ②失語：名前が出てこない。あれ・それなどの
曖昧な表現になる。
- ③失行：手や足は動くのに、どうするのか、
どうしたらいいのかわからなくなる。
- ④実行機能障害：手順がわからなくなる。





専門職として関わるって！？

- 歯ブラシを渡して「歯を磨いてくださいね」と **声をかけると磨いてくれたり、**
- ふきんを渡して「これでテーブルを拭いてください」と **声をかけると拭くことが出来たり、**
- 料理は一人では作れないが、誰かがひとつひとつ **声をかけると一緒に作ることができる。**



**認知症だから出来ない！ やらない！
ではなく、声をかけたら出来る人が
たくさんいるのです！**

認知症の**行動**・**心理**症状（BPSD）

「行動・心理症状」は今まで…
問題行動って言われていました。

- ①放尿、 ②異食、 ③徘徊、
- ④暴言、 ⑤暴力、 ⑥不潔行為
- ⑦**焦燥**、 ⑧**不安** など

介護している人が困ってしまうことで、
ほかにもたくさんあります。



でも最近は認知症の方はこんな風に言われています



認知症になると・・・
何もわからなくなるのではなく、
わかりにくくなるだけ。
わかることもたくさんあります

- 昔 (痴呆) : **何もわからなくなった人**
→ だから **問題行動** (行動・心理症状) を起こすんだ。
- 今 (認知症) : **わかることもたくさんある人**
→ だから、**行動・心理症状** (問題行動) を起こしてしまう。

クリスティーン・フライデン氏

オーストラリアの女性で、1995年、46歳の若さでアルツハイマー病と診断されました。

彼女は当時、痴呆を抱えるご本人としてはじめてテレビで話されました。

…こんなことを言われています。



認知症とともに
生きる私
「絶望」を「希望」に変えた20年

Nothing About Us, Without Us! Christine Bryson

クリスティーン・フライデン 氏
馬籠久美子 氏

大月書店

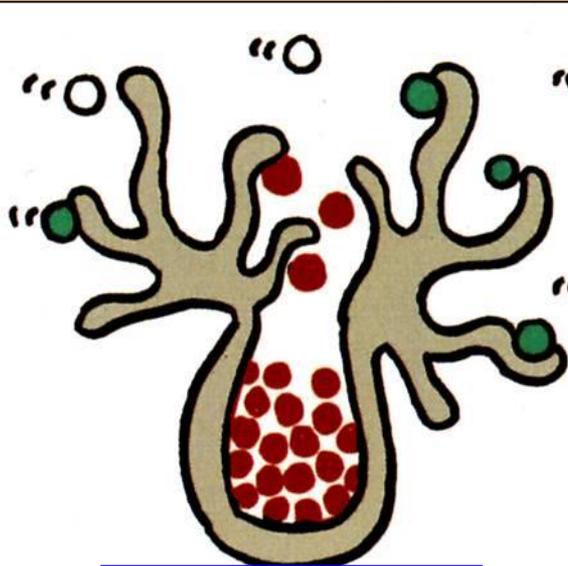


クリスティン・ブライデン氏は このように行動・心理症状 (問題行動)を説明しています

- 介護者にとっての問題行動は、
認知症高齢者にとっては「適応行動」である
- 私たちは「環境」に適応しようとしている、
その「環境」はまわりが作り出したものである
まわり = 認知症じゃない、皆さん
- その人の要望に沿って「環境を改善する」、
それが私にとって理想的なケアです

関わり方、改善してくださいね！声のかけ方、改善してくださいね！

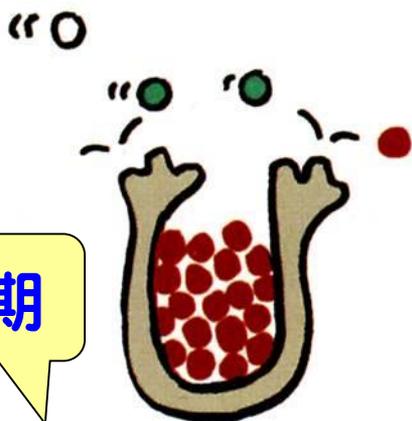
記憶障害って!?



若い時



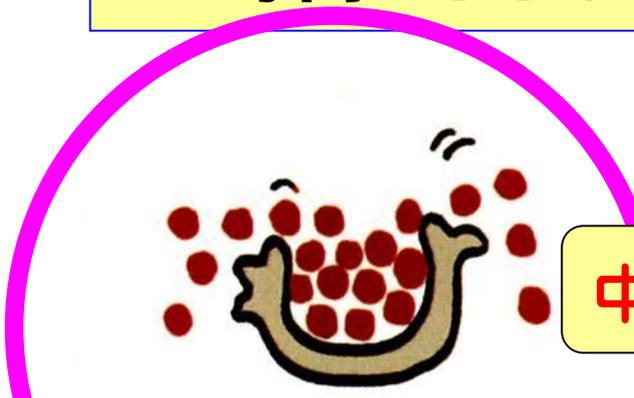
老化すると覚えるのに手間がかかる



初期

認知症になると覚えられない

イソギンチャク＝記憶の貯蔵庫 (海馬)



中期以降

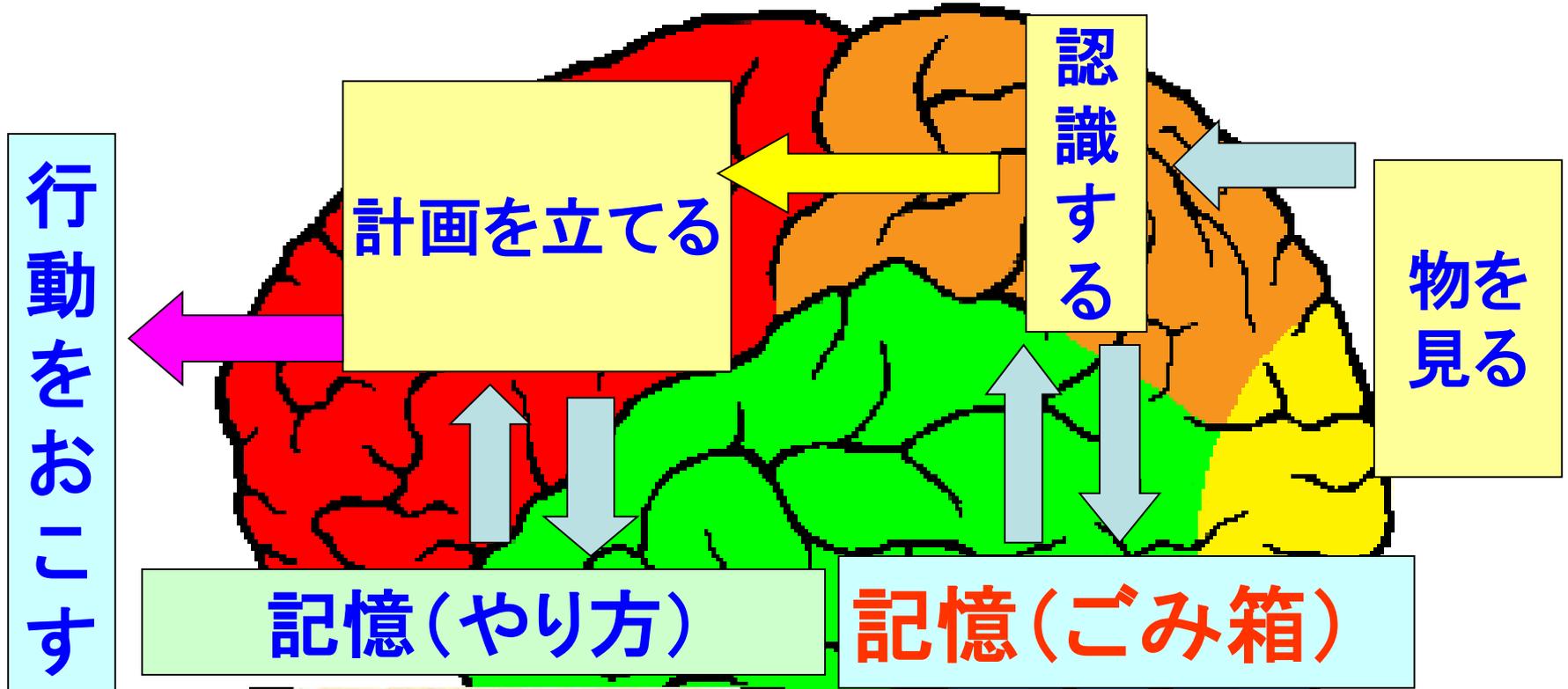
進行すると、覚えていたことを忘れてしまう

● 大切な情報

● 関心のある情報

○ な情報

なぜ、ごみ箱におしっこするの？



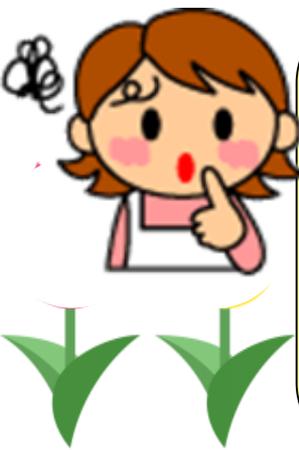
A warning sign with a red border. It features a yellow circle containing a trash can overflowing with red dots, representing urine. To the right of the circle is the text "中期以降" (From the middle stage onwards). Below the circle, a grey box contains the text "進行すると、覚えていたことを忘れてしまう" (As it progresses, you will forget things you once knew).



あなたが専門職として出来ること

～自宅介護は家族関係が良好であってこそ
ご本人の想いを代弁しよう～

目の前の人の【**想い**】を、そして
【**気持ち**】を理解することで…
相手の見方が変わってくることも。



《**病気の理解**》はもちろん大事。
でも同じくらい大事なのが…
《**ひとを理解する**》視点なのです

チューリップのつぼみが(怒) でもこれって、もしかして…



クリスティン・ブライデン氏の 言葉から考えてみましょう。

- 非常に簡単なこと、例えばシャワーの温度調節といったことが私には、全く出来ないのです。
- お湯と水の2つの蛇口があって、
- それぞれ違う方向にひねらなければいけないでしょ。
- そのうち、どちらがお湯で、どちらが水かを忘れてしまうのです。

なにもわからなくなるからではなく、わかることが
たくさんあるから問題を起こしてしまうのです。

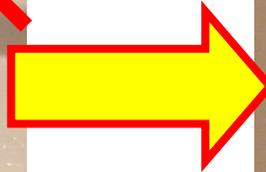
『手伝わないとダメ』...だから大変に



『自分で出来るように環境を整える』
それが明日から私たちがすること(^^)

アフター

ビフォー



専門職として関わるって！？

上手く出来なくなったら介助！ではなく、
環境を整えることで、自分で出来るように
なる人はたくさんいます。



困った人を助ける！これが私たちの仕事！？
→ 困らないように環境を整えること
この実践こそが【介護の専門性】(^ ^)

歯ブラシで
頭をとかす
おばあちゃん



クリスティン・ブライデン氏は こんなこともお話をされました。

- 私たちの心を読みとり、何が出来るか
考えてケアするようにしてください。



- 痴呆（認知症）の人から言葉は出てきま
せんが、顔の表情などから、相手が何を
伝えようとしているのか、くみ取ってあげ
てください。

“認知症” と “ひと”、両面から理解！

雨の日にお花に
水をあげているお
ばあちゃん



間違っ**た**ことを**して**いるから、
教えてあげてる**だけ**なのに...

どうして拒否するの？怒り出すの？



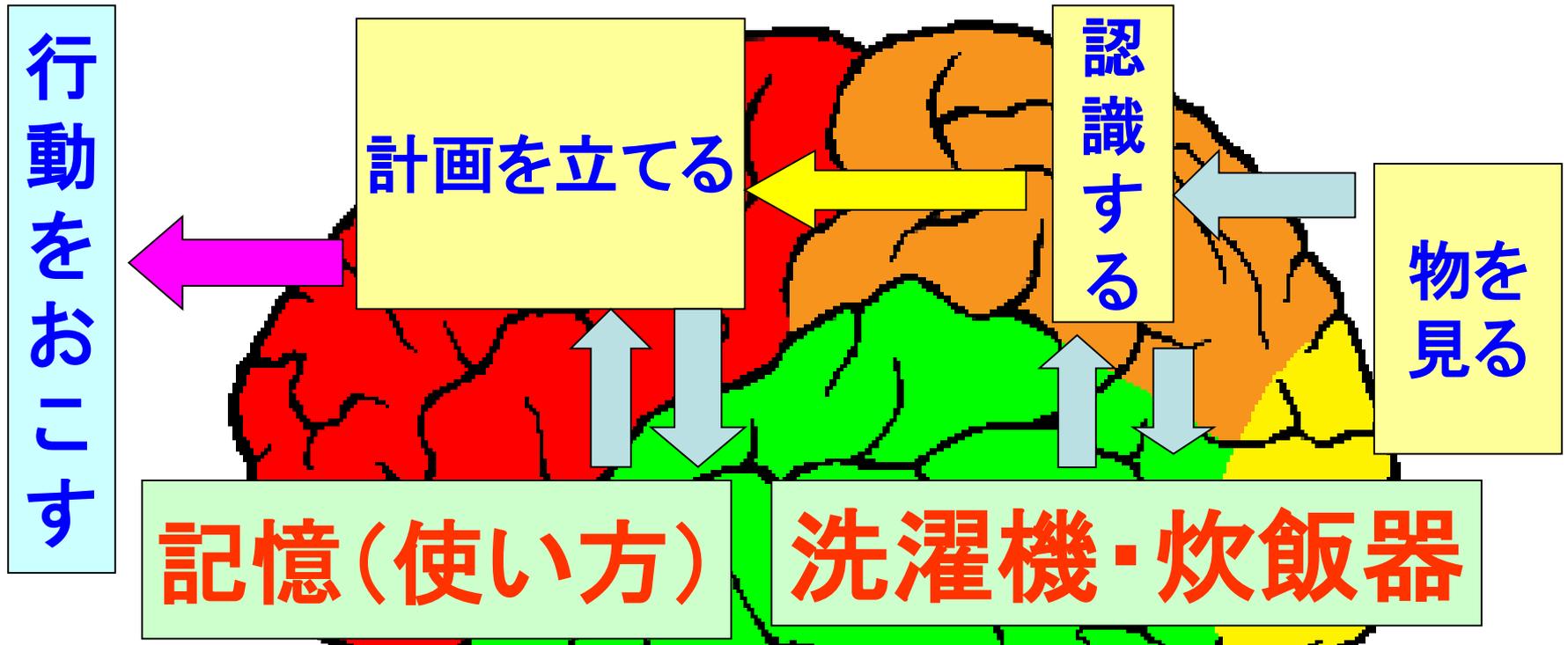
歯ブラシで
頭をとかす
おばあちゃん



自分なりに一生懸命考え、
正しいと思ってやっているのです。

やり始めてからは幾ら優しく言われても
否定されたと感じる人もいます。

どうして洗濯機や炊飯器がうまく使えなくなるの？



アルツハイマー型認知症になると 記憶障害が原因で…



- ご飯を食べたのに食べてないと言ったり
- 同じことを何回も話したり、聞いたり
- トイレ以外の場所でおしっこをしたり
- 食べられないものを食べたり
- 服を上手に着れなかったり
- お風呂の準備が出来なかったり
- 洗濯機や炊飯器がうまく使えなかったり

いろいろなことをするかもしれません。



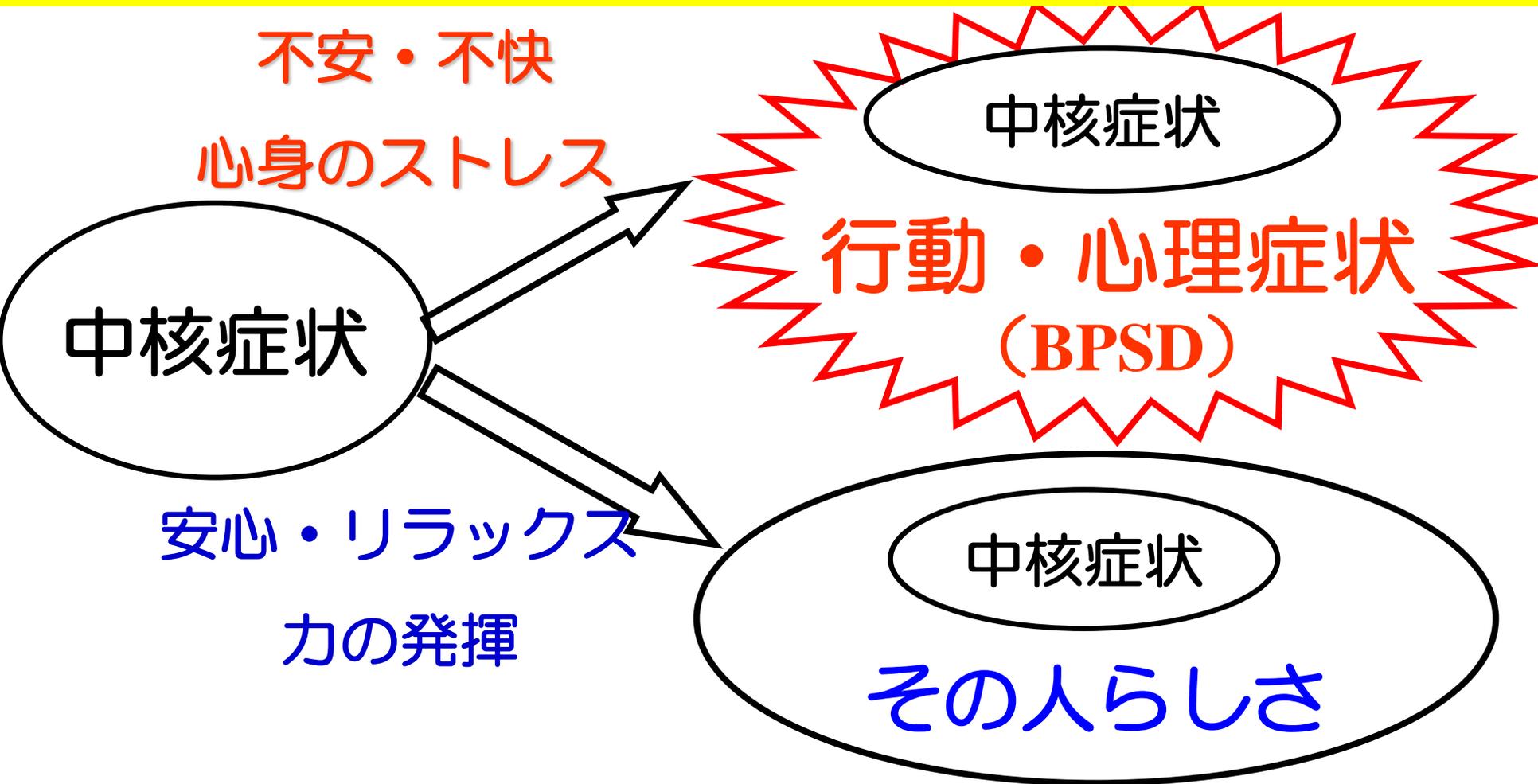
- でも本人は決して「間違っただけをしよう」とか「誰かを困らせてやろう」なんて、思っただけでやっているのではないのです。

「記憶障害」って、単にさっきした事を忘れるだけではないんです。
私たちは常に**「記憶」**を頼りにして生活を送っています。

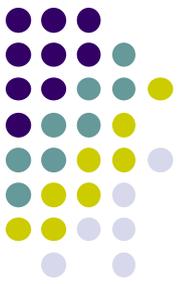


「わからなくなかった」わけではなく、
「わかりにくくなかった」だけ。
その中で、目の前の環境に適応しようと**一生懸命**考え、**自分なりに**
正しいと思うことをしているのです

行動・心理症状（BPSD）は、 環境や介護者によって作られた障害！！



認知症介護のポイント



認知症介護の実践には

「認知症の理解 (知識・関わりetc)」に加え

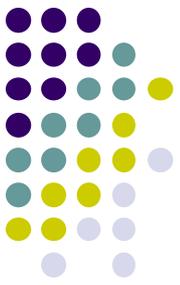
相手の思いを汲み取る (アセスメントする) ために

「観察力」と「想像力 (創造力)」が必要であり

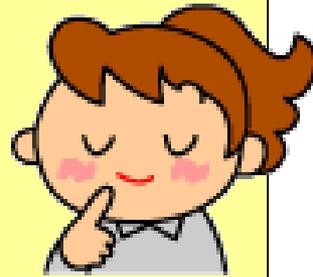
そしてなによりも

目の前の一人の**「人を理解する」**ことで
適切な関わりができるのです。

クリスティン・ブライデン氏は
こんなこともお話されました。



**痴呆（認知症）の人の
気持ちがわからない！
と、あきらめず、
時間をかけて、
理解してほしい…。**





★認知症シスター養成講座★

認知症の「基本」を紙芝居ツールを使って
30分ぐらいで話せるようになることを目指す研修

DVD学習or
Zoom講座も
あります！

選べる3つの科目（1科目につき3時間で学びます）

- ① 「認知症の理解と関わり（基本の“き”）」
- ② 「認知症の予防」
- ③ 「キッズ向け認知症のお話」

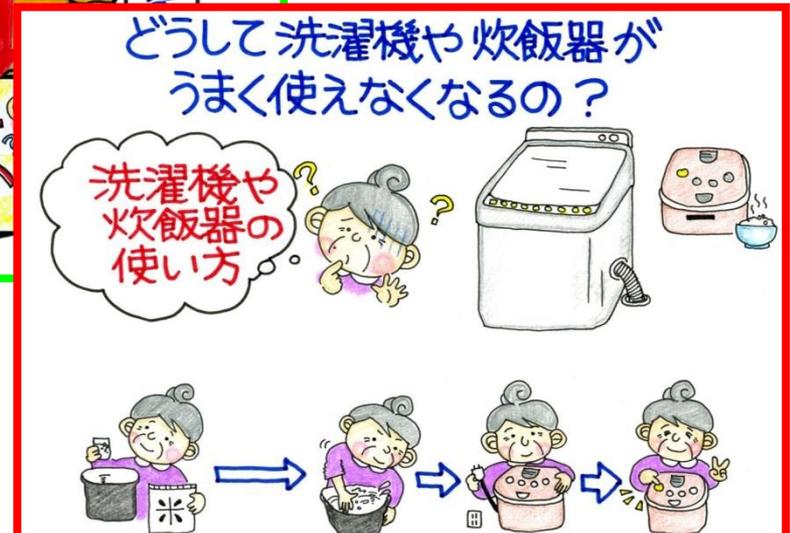
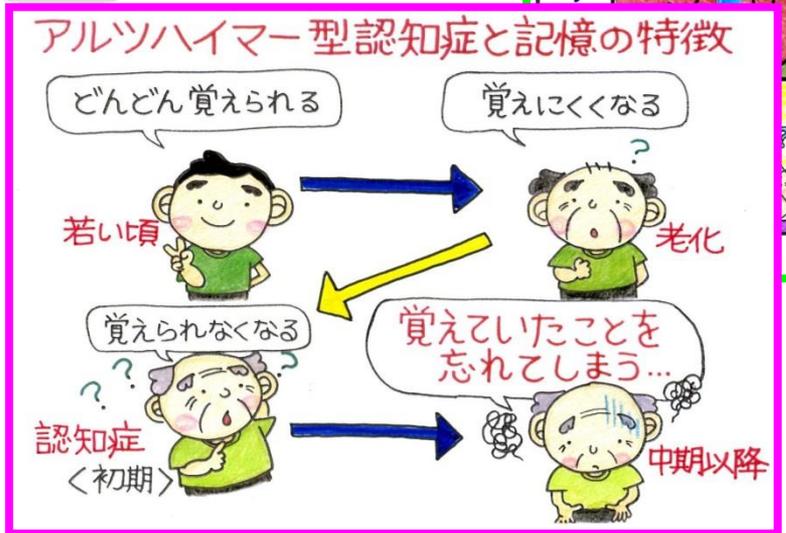
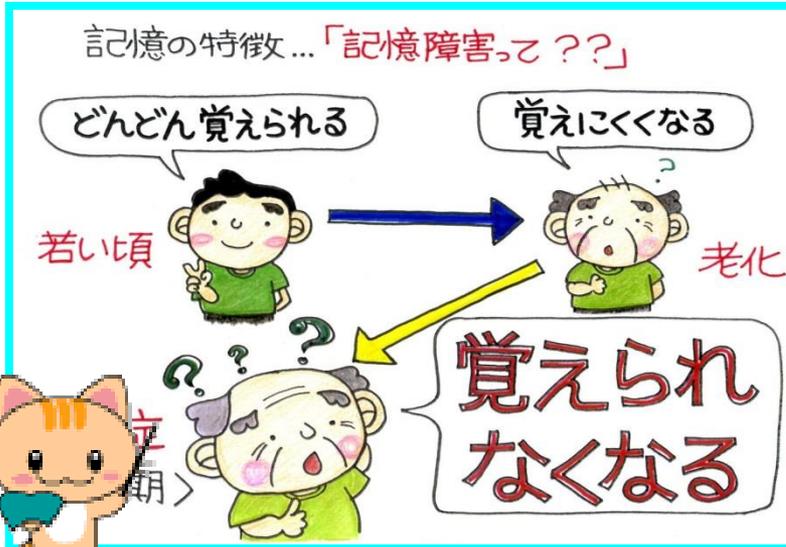
講座で使った紙芝居教材を持ち帰り、すぐに職場の同僚や
家族・友人、地域の住民さんにお話できるようになります。



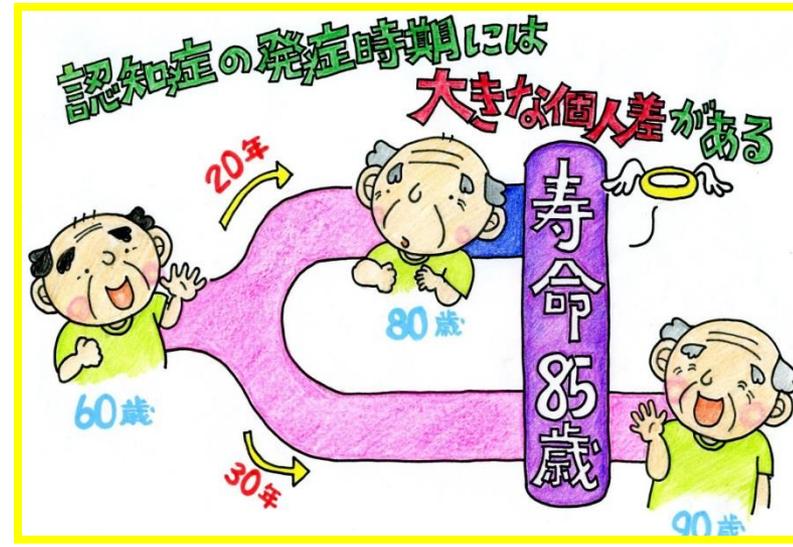
スライド版を
使えば大人数
にも対応可！

こんな感じの紙芝居です♪

(理解と関わり 全50ページ)



こんな感じの紙芝居です♪ (認知症の予防 全45ページ)



こんな感じの紙芝居です♪

(キッズ向け認知症のお話編 全48ページ)

おじいちゃん おばあちゃんに
ぼくが 私が出来ること



ものわすれの びょうき



🌸 あなたの家族、友達、同僚など...

🌸 「あなただから伝えられる人」がいます

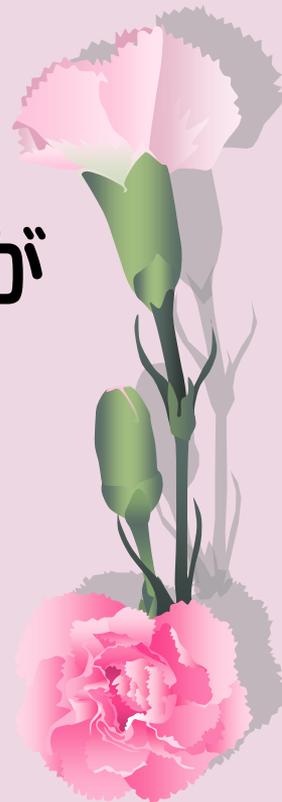
🌸 またあなたが関わるご家族さん、

「あなたが伝えることで

救われる人」が
たくさんいます！！

🌸 一人ひとりが

自分の身近な人に・・・。



今日のお話はこの本に(^^;)。

2021年11月18日 講談社出版

株式会社きらめき介護塾 代表取締役
渡辺 哲弘
Tetsuhiro Watanabe

認知症の人は 何を考えて いるのか？

大切な人の「ほんとうの気持ち」がわかる本

なぜそんなことを!?

- トイレで食器を洗う
- お風呂に入らない
- うろろ歩きまわる
- ゴミ箱に用を足す

不可解な言動に隠された「その人の思い」教えます!



講談社

なぜ、!? そんなことを



「自分でしたい」「役に立ちたい」
そんな当たり前の思いが裏目に出る。
認知症の難しさはそこにあるのです。

答えは本書の中で!

講談社

お近くの書店かAmazon、楽天で♪



《きらめき認知症トレーナー協会》HP
認知症トレーナー養成講座&認知症シスター養成講座
☆あなたもぜひ職場や地域で伝えてみませんか！！☆



《きらめき介護塾》HP
認知症トレーナー養成講座、認知症シスター養成講座の
必要性を、動画で熱く語っています（^^）
《kouki介護福祉発信プロジェクト》をご覧ください。

注）資料内の記憶障害の説明（イソギンチャクの図）は、全国キャラバンメイト連絡協議会発行の「認知症サポーター養成講座標準教材（p6）」より引用させていただいております。