

認知症の人へのリハビリテーション に対する介護支援専門員への期待



公益社団法人 認知症の人と家族の会
代表理事 鎌田松代

絶望

こうであろうと思っていたこれからの
人生がくずれ落ちる

—それは認知症の人も家族も—



「あなたは認知症です」
の診断の持つ意味

○この病名を受けると生活が一変します

- 車の運転が道路交通法上できなくなるので、運転免許証は返納です。
- 落ち込みや車の運転ができないなどで行動範囲は狭まり、社会（人）との交流も減ります
- 仕事に支障が出ている場合は、迷惑をかけていると退職を考えます。それに伴い世帯の経済も困窮します
- 「認知症＝人生は終わった」の誤解や偏見で社会は見ます（家族や認知症の人も、誤解や偏見を持っている場合もある）



生活の大きな変化や、認知症の人や家族の 絶望やショックを知ってほしいです



共生社会の実現を推進するための認知症基本法

国の認知症施策推進計画より

「新しい認知症観」とは、

- 認知症になったら何もできなくなるのではなく、
- 認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、
- 住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、
- 希望をもって自分らしく暮らし続けることができる

共生社会の実現を推進するための認知症基本法

国が策定している基本計画より②

平成16（2004）年、「痴呆」という用語は「認知症」に変更され、認知症に対する誤解や偏見の解消に努め、各般の施策を推進していくこととされた。

認知症になると何もわからなくなり、できなくなるという考え方が根強く残っており、⇒古い認知症観

認知症になることを受け入れることが難しい状況がある。
また、認知症の人が社会的に孤立したり、認知症の人の意思が十分に尊重されない状況が未だにみられる。

認知症の人の声

○認知症の診断で周囲は私を見ないで、できないところばかりみます。私の能力は過小評価されていきます

○インターネットの情報は「2年で周囲がわからなくなる、5年で寝たきり10年で亡くなる」とありました。自分の中にも認知症への偏見がありました

○周りの人は「認知症です」と話すと、先回りして手助けしてくれます。失敗しないように家族も同じです。失敗してもいいから見守ってほしいです。私は変わらないのに周囲が変わってしまいます

○自分抜きで、自分のことが決められていることが嫌でした。

○自分の思いや希望を聴き、人として平等に接してくれる人に出会い勇気をもらいました

認知症の人の声

- 自分で出来るよう工夫をしています。
携帯電話のアラーム機能で服薬や今日の予定を知らせ、何の予定かわかるようにアラームのメモ機能に記載しています。
- 忘れることを補ってくれるのは、私のパートナーです。さりげなく教え私のCPUです。
- できることの維持で症状の進行を遅くしている方が多くなっています
進行性の疾患だから、将来への不安はあります
- その不安は同じ病気の仲間と出会ったことで、絶望から気持ちが前向きになりました。ピアサポーターとのつながりです

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」での 第3条の基本理念 「認知症の人と自立について」

1. 全ての認知症の人が、**基本的人権を享有する個人**として、**自らの意思**によって**日常生活及び社会生活を営むことができる**ようにすること。
3. 認知症の人にとって日常生活又は社会生活を営む上で**障壁となるものを除去すること**により、全ての認知症の人が、社会の対等な構成員として、地域において安全にかつ安心して**自立した日常生活を営むことができるようにするとともに**、自己に直接関係する事項に関して意見を表明する機会及び社会のあらゆる分野における活動に参画する機会の確保を通じてその個性と能力を十分に発揮することができるようにすること。

○認知症の診断を医師から本人と一緒に医師から告げられました
俄かに信じがたいことでした

家族の声

- 同じことを話すし、聞くことが多いので認知症という病気だとわかっていても情けなく、大声をだしてしまい自己嫌悪に涙します
- 進行する病気と聞き、将来が不安でなりません
- できなくなったことへの介護や見守りで精いっぱいですが、まだまだできることがあることが分かった時はとてもうれしいです。本人の笑顔が家族の笑顔につながります
- 認知症で失敗することを他人から悪く言われぬよう、先回りしかばってしまっています。その行為が病状を進行させると言われショックです。周囲の認知症への理解があればと思います

認知症の人のリハビリテーションへの考え方（見かた）

- やりたいことを、やり続けられることがリハビリテーション
例）ガーディニングや料理が好きだから続けたい⇒できるようにする
⇒リハビリテーション
- 現状はあきらめさせられることが多い
- 自分で決めることも自立である
- 認知症の人のリハビリテーションは、生活の質の維持や向上をもたらす
- 認知症の人へのリハビリテーションは認知症を再構築することである
認知症を障害ととらえることが重要である。障害となると支援が受けられる

認知症の診断での**絶望**、**喪失感**から**前向き**に認知症をとらえ、
認知症とともに歩む

- 同じ経験を持つ人とつながり支え合う=ピアサポートの人との出会い
- 認知症の人のできることを評価し、「こんなことをしたい、続けたい」の希望を聴きリハビリテーションにつなげる専門職との出会いが必要
- やりたいことを、やれるようにする=リハビリテーション
- リハビリテーションから認知症の再構築し、認知症とともに歩む人生をよりよく、人生を取り戻したと認知症の人が思える
- 認知症の人のできることが維持・回復することは、家族の負担感へも影響する。認知症の人の笑顔は家族の笑顔に。

認知症の人へのリハビリテーションに対する介護支援専門員への期待

- 認知症や認知症の人、家族への見方は変わりましたか
- ケアマネジャーは認知症の人が自分らしく生きるをサポートする専門職
- 認知症の人の生活や能力をアセスメントし、自立支援の計画を一緒に考える人がケアマネジャー
- 認知症の私でなく、私である人が認知症を患った人であるとみてくださっていますか



2024年1月1日施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が、12月には国の認知症施策推進基本計画策定



人々の多様性を認めあい、いきいきと生きるが「共生社会」の実現です

「認知症とともに生きる」

個々の力が活かせる自立した生活ができることで
Well-beingに

○認知症の人へのリハビリテーションは希望につながる

○共生社会実現は
認知症の人の能力が活かされ
こと…

○そのためにはまず認知症への
理解が進むこと



2021
本人MTG
ながの

長野県支部で開催の本人交流会
「花火をつくってみたい」の本人の声から花火職人の指導でつくった花火



認知症の人と家族の会

1980年結成した当事者を中心にし、認知症に関心のある人が会員の団体)

◇活動：ピアサポート活動

中心は“つどい”（交流会）と会報発行、電話相談。当事者（本人・家族介護者）同士がつながるピアサポートで、認知症に向き合い、前向きに認知症とともに生きる力になってます
専門職などの力は大きいです。

◇活動：社会運動

認知症の理解が進むこと、認知症になっても安心して暮らせる社会の実現をめざし本人・家族の声を社会や国に届け暮らしやすくする活動をしています。

○全国47都道府県に支部があり会員9,000名の団体です。



認知症のリハビリテーションの考え方 ・ケアプランへの活かし方



(一社) 日本作業療法士協会
長倉 寿子
(兵庫県立リハビリテーション中央病院)

リハビリテーションの理念

リハビリテーションは、単なる機能回復訓練ではなく、心身に障害を持つ人々の全人間的復権を理念として、潜在する能力を最大限に発揮させ、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を可能にし、その自立を促すものである。

平成16年1月 高齢者リハビリテーション研究会の報告書

高齢者のリハビリテーションに求められるもの

生活機能の向上を目的として、個々の働きかけを連動して総合的に提供するとともに、日常生活や地域生活における制限や制約を最小限にし、利用者本人が望んでいる生活を支えていくこと

注) 個々の働きかけとは…心身機能、日常生活活動、社会参加、物理的環境などへの働きかけ

平成26年度 地域における新たな高齢者リハビリテーションの在り方検討会

認知症施策推進大綱(令和元年6月)

5つの柱 ― 「共生と予防」を両輪

1. 普及啓発・本人発信支援
2. **予防**
3. **医療・ケア・介護サービス・介護者への支援**
4. 認知症バリアフリーの推進・若年性認知症の人への支援・社会参加支援
5. 研究開発・産業促進・国際展開

○本大綱における「予防」とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を穏やかにする」という意味である。

○認知症の人に対するリハビリテーションについては、**実際に生活する場面を念頭に置きつつ**、各人が有する認知機能等の能力を見極め、最大限に活かしながら日常の生活を継続できるようにすることが重要である。

共生社会の実現を推進するための 認知症基本法概要(令和5年6月)

1. 目的

認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進

⇒ **認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会(＝共生社会)の実現を推進**

～共生社会の実現の推進という目的に向け、基本理念等に基づき認知症施策を国・地方が一体となって講じていく～

2. 基本理念

認知症施策は、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、①～⑦を基本理念として行う。

- ① 全ての認知症の人が、**基本的な人権を享有する個人として、自らの意思によって日常生活及び社会生活を営むことができる。**
- ② 国民が、共生社会の実現を推進するために必要な認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深めることができる。
- ③ 認知症の人にとって日常生活又は社会生活を営む上で障壁となるものを**除去することにより、全ての認知症の人が、社会の対等な構成員として、地域において安全にかつ安心して自立した日常生活を営むことができる**とともに、自己に直接関係する事項に関して意見を表明する機会及び社会のあらゆる分野における活動に参画する機会の確保を通じてその個性と能力を十分に発揮することができる。
- ④ 認知症の人の意向を十分に尊重しつつ、良質かつ適切な保健医療サービス及び福祉サービスが切れ目なく提供される。
- ⑤ 認知症の人のみならず家族等に対する支援により、認知症の人及び家族等が地域において安心して日常生活を営むことができる。
- ⑥ **共生社会の実現に資する研究等を推進するとともに、認知症及び軽度の認知機能の障害に係る予防、診断及び治療並びにリハビリテーション及び介護方法、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすための社会参加の在り方及び認知症の人が他の人々と支え合いながら共生することができる社会環境の整備その他の事項に関する科学的知見に基づく研究等の成果を広く国民が享受できる環境を整備。**
- ⑦ 教育、地域づくり、雇用、保健、医療、福祉その他の各関連分野における総合的な取組として行われる。

個人と環境へのアプローチを通して機能を最適化し、機能障害を減少させ、尊厳ある自立生活の継続とウェルビーイングの維持・向上を図ることを目的とするリハビリテーションの考え方とも一致している。(栗田 2024)

認知症のリハビリテーションは、実際に生活する場面を念頭に置きつつ、有する認知機能等の能力をしっかりと見極め、これを最大限に活かしながら、ADL（食事、排泄等）やIADL（掃除、趣味活動、社会参加等）の日常の生活を自立し継続できるようにすることである。

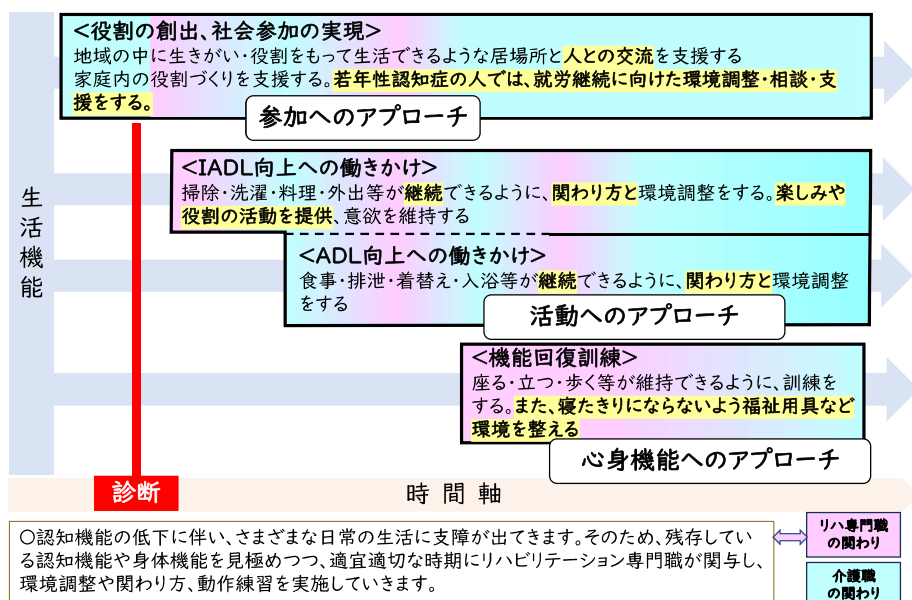
リハビリテーション医療において、ADLやIADLなどの応用動作能力を高める治療として作業療法がある。認知症の方のADLやIADLを実施する能力を見極めるためには、国際生活機能分類（ICF）を活用し、障害された機能と残存している機能を見極め、活用できる能力をアセスメントすることができる。

（村井 2022）

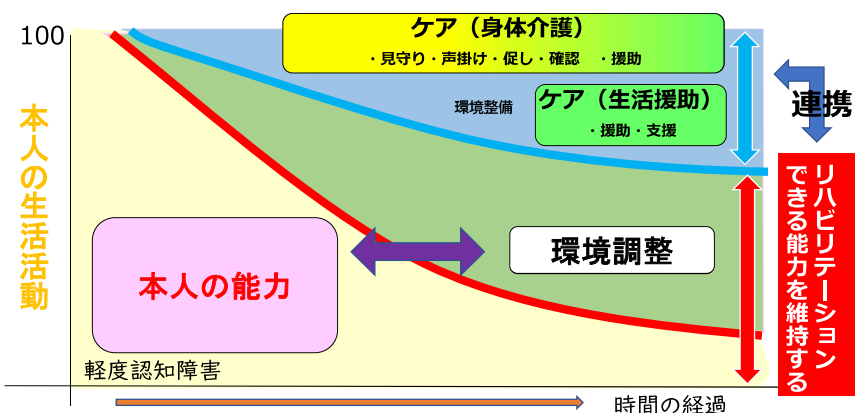
訪問介護あるいは**ケアとリハビリテーション**の役割が十分周知されていないのでは？

「週1～2回のリハビリで認知症は治らない」というイメージをもっていないですか？

認知症のリハビリテーションと3つのアプローチ



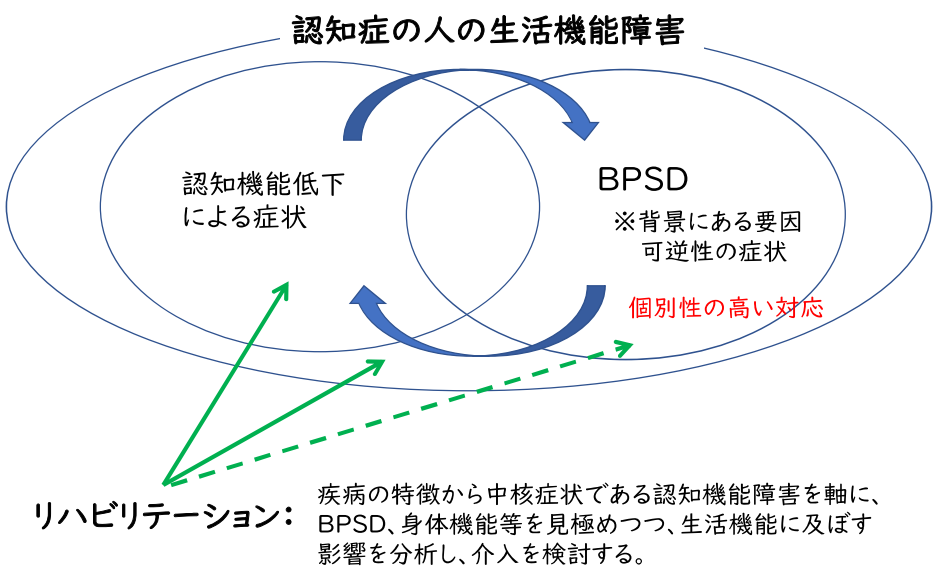
認知症の人に対するリハビリテーションとケア



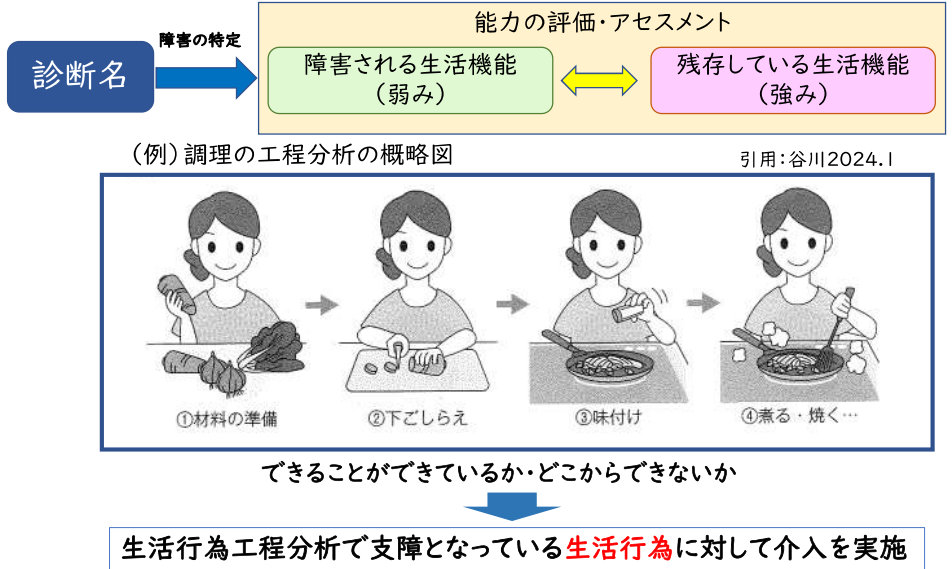
参考：「訪問介護におけるサービス行為ごとの区分等について」（平成12年3月17日老計第10号）

認知症のケア：認知症者のその人らしさを尊重し、その人の立場になってその人のニーズを考え、それを満たすようにケアを実践するパーソンセンタードケアの理念が基本（言動を共感的に理解することを前提とする）＝リハ介入も共通

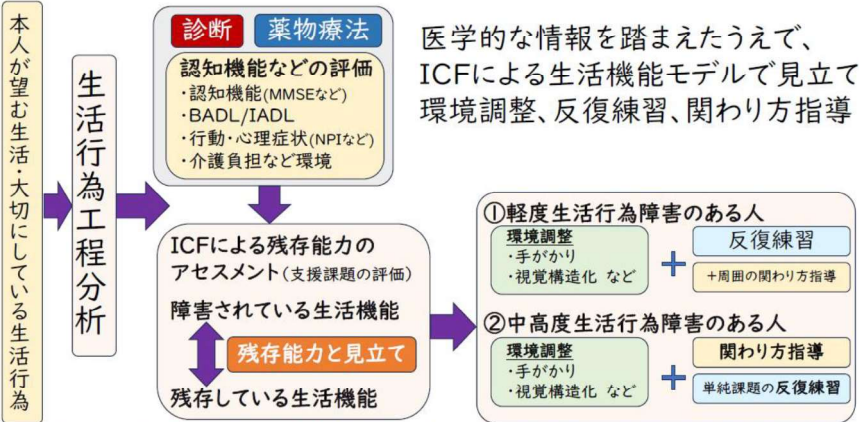
認知症の人に対するリハビリテーション



認知症の人の生活行為の自立に向けた介入の提案



平成28年度老人保健健康増進等事業
認知症リハビリテーションを推進するための調査研究事業



H28年度【老健事業】日本作業療法士協会「認知症のリハビリテーションを推進するための調査研究事業報告書」および 池田宇(監), 村井千賀(編): 認知障害作業療法ケースブック: メジカルビュー社より

生活行為への介入(治療戦略)

治療戦略(例)		
①環境調整	②生活行為に対する反復練習	③介護指導
文字や絵で場所を示す 自動水洗や自動点灯の導入	トイレ行為	生活行為でできること(本人の能力)の説明と理解に向けての家族等指導
見た目で見えるところに歯ブラシを設置 着る服を見目で選択できるように吊しておく	整容・更衣行為	本人が見たらわかるよう環境を整えることと工程をシンプル化する
工程を掲示 全身シャンプーひとつで洗髪・洗体する	入浴行為	工程をシンプル化し、段取りを掲示する
メニューと段取りの工程を掲示 台所の整理整頓(道具を少なくし、見てわかるようにする)	調理行為	訪問介護による見守り援助などを導入し、できる工程は取り組むよう促す
モップやほうきに変更する	掃除行為	100%ではなく、できるところの継続を促す
デジタル時計とお知らせタイマーの導入	日課の遂行 実施したらカレンダーなどに印	実施したかどうかを確認し、促す

視覚的な手がかり・シンプル化・工夫

本人ができるように環境を整えながら見守りや声掛けでできる状況を考える。行為を繰り返すことで、できる行為をつなげる。

訪問による効果的な認知症リハビリテーションの実施プロトコルの開発研究事業

2) 訪問による認知症リハビリテーションの介入・評価事業

1. 目的

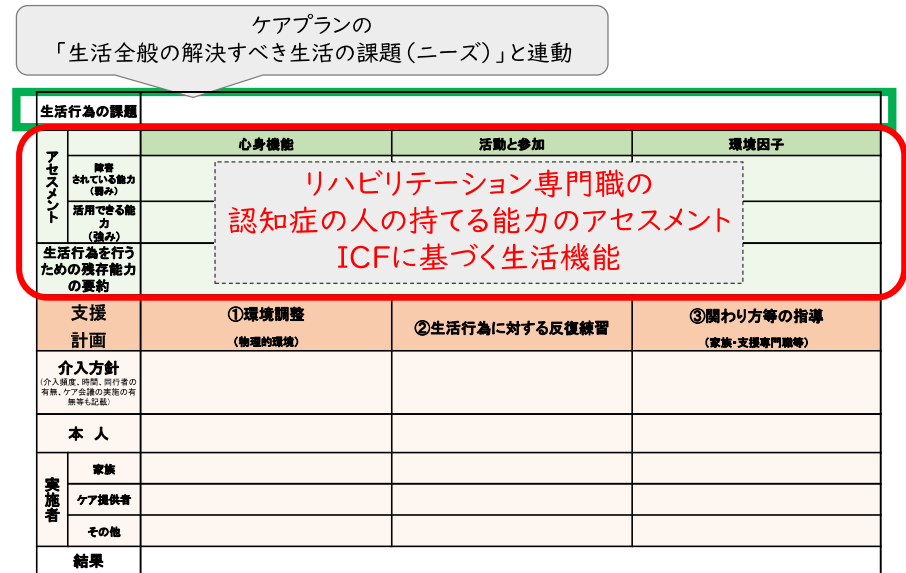
訪問による効果的な認知症リハビリテーションの実践プロトコルの開発することを目的に平成28年度当協会が受託した老人保健健康増進等事業「認知症のリハビリテーションに関する調査研究事業」の実施で得られた図1の作業療法を継続実践している医療機関を対象に、医療機関の診療録から2019年～2020年の2年間の外来における訪問を実施したデータを抽出し、後方視によりその実践プロトコル及び効果を検証した。

2. 実施方法

2019年～2020年の間、A医師が担当する外来患者で下記のデータが残っている患者について、訪問を実施した事例（介入群）と実施しなかった事例（対照群）の下記のデータをカルテから抽出し、分析した。

- (1) 基本情報
 - ・障害高齢者の日常生活自立度、認知症高齢者の日常生活自立度 等
 - ・介入時の要介護認定度
- (2) 訪問実施内容
 - ・医師の指示の内容
 - ・目的とした生活行為
 - ・介入方法
 - ・訪問実施時間と頻度 等
- (3) 評価指標
 - ・認知機能 : MMSE
 - ・精神行動障害 : Dementia Behavior Scale-13; DBD-13
 - ・ADL評価 : Barthel Index; BI
 - ・ADL、IADL評価 : Hyogo Activities of Daily Living Scale; HADLS
 - ・IADL評価 : Frenchay Activities Index; FAI
 - ・介護負担感 : J-ZBI_8

ケアプランとの連動とリハビリテーション専門職のアセスメント



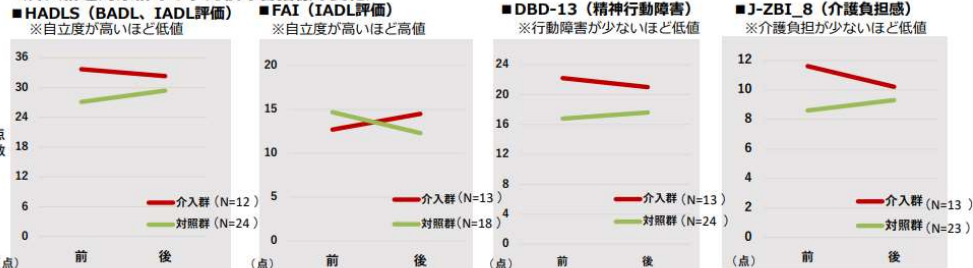
訪問による認知症リハビリテーションの効果検証

- 令和4年度老健事業において、訪問による認知症リハビリテーションの介入の効果検証を行った。
- リハビリテーション介入を行った群（介入群）では、IADLを含む指標（HADLS、FAI）で改善傾向を認め、比較対照群では悪化傾向を認めた。
- 比較対照群では介護負担感(J-ZBI_8)や精神行動障害（DBD-13）の悪化傾向を認めた。

<介入群と対象群の3ヶ月後の改善・不変・悪化の人数比>



<介入群と対象群の3ヶ月後の各指標の変化>



(参考)「訪問による効果的な認知症リハビリテーションの実践プロトコルの開発研究」令和4年度 老人保健健康増進等事業

令和5年11月6日 社会保障審議会介護給付費分科会(第230回)

訪問による認知症のリハビリテーションの効果についての調査研究事業

■実践プロトコルの効果検証事業

訪問による認知症リハビリテーションの介入・評価事業

目的：これまでに策定した、「実践プロトコル」について、多数例を対象に、コントロールを対照としてその有用性を検証する

デザイン：臨床的にアルツハイマー型認知症と診断された参加者を対象とし、実践プロトコルの効果を検証する
多機関共同、非盲検、非実践プロトコル群を対照とした、群間比較試験。

選択基準

1. アルツハイマー型認知症と診断され、FASTが3以上6以下の者
2. 在宅にて生活し、対象者の状況をよく知る介護者のいる者
3. 本人の自由意思により文書同意を得られるまたは、適切な代話者により同様の意思確認が可能な者

■リハビリテーション専門職への研修事業

■認知症のリハビリテーション普及啓発事業

介護支援専門員への研修事業

アルツハイマー型認知症の経過

FAST (Functional Assessment Staging)

1. 正常

2. 年齢相応: 名前が出てこない

3. 境界: 仕事上機能低下が明らかになる。初めての旅行先で迷う

4. 軽度認知症: 家計の管理、買い物、お客さんを招く段取りができない。普通の日常生活は大丈夫

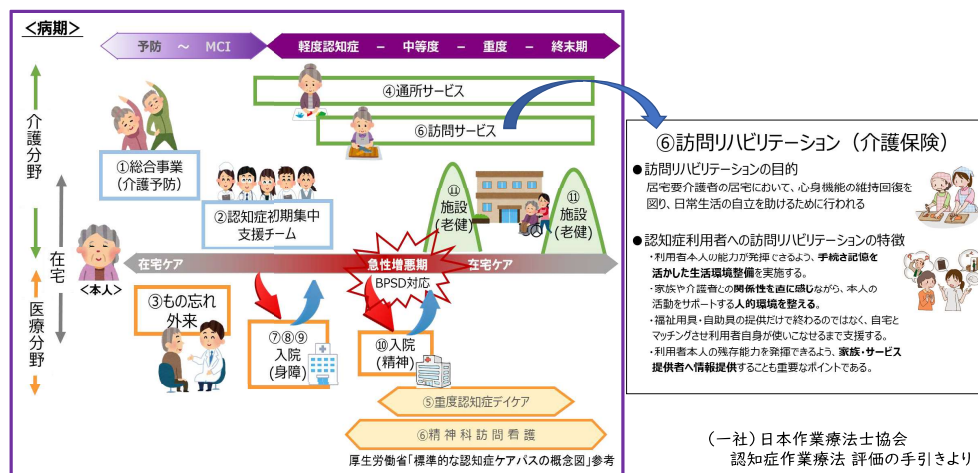
5. 中等度認知症: 適切な洋服が選べない。入浴を嫌がる。運転ができない。妄想や興奮などが出現しやすい

6. やや高度の認知症: 着衣失行、入浴に介助、排泄動作障害、失禁

7. 高度の認知症: 語彙の減少。全失語。歩行困難。着座困難。笑う能力の喪失。植物状態

Reisberg B, et al. Ann NY Acad Sci.1984;435:481-483

訪問リハにおけるリハビリテーション



訪問リハは、実際に生活する場面で ご本人のやりたいこと・必要なことを一緒に考え、直接取り組めるメリットがあります！

中等度認知症の方のBPSDに対する支援 ～家族への心理的サポート～

Aさん、女性 80歳代 ●診断名: AD ●介護度: 要介護2 ●介護保険サービス: 訪問リハ(週1日)・訪問看護
家族構成: 夫と二人暮らし(夫は自営業のため日中独居状態)
＜アセスメント＞ HDS-R 8点、MMSE 12点、DBD 30/52点、J-ZBI_8 11/32点、脊椎側弯・円背あり

【課題】

- #1 頻回な電話行動のため、家族疲弊。
- #2 見当識障害、短期記憶障害顕著であり、常に緊張状態。
- #3 脊椎側弯、円背のため、近くの職場までも移動困難。

▶ 1 家族としては自宅での生活継続を希望。

目的: ご本人の過活動に対して、家族の介護負担を軽減する
内容: 問題点の分析と、家族への心理教育

- ① 頻回な電話に対して ⇒ 電話をかける時間帯と電話の内容を確認。電話の多い時間帯(夕方)に訪問看護・リハを提供。
- ② 家族への心理教育 ⇒ 頻回な電話行動を引き起こしている原因を一緒に解明。不安な気持ち、寂しい気持ちであることを共有。
- ③ 地誌的見当識障害に対して ⇒ 日々入居時の会話の中で現住所・出生地など盛り込みながら、時間の流れを現実に戻す。
- ④ 本人の不安等に対して ⇒ 不安の原因を追求。日中一人で居ること、問題解決能力の低下により常に緊張していることなどを把握してもらう。
- ⑤ 腰背部痛による歩行距離短縮に対して ⇒ T字杖を使用していたが、側弯の影響で疼痛が出現。両上肢支持で負担軽減を図るために、シルバーカーを導入。

結果

NPI 22→14点
Zarit 11→9点
MMSE 12→11点

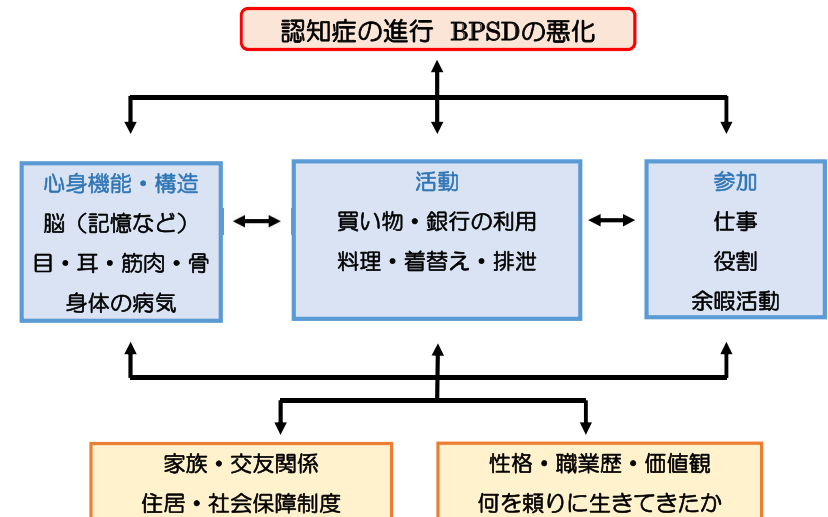
- 見当識障害、短期記憶障害のため、夕方になり着きがない。
- 疼痛出現に伴い、歩行距離短縮、閉じこもり傾向。

- 訪問時間帯の電話はなくなった。訪問日以外は、夕方前に家族から電話することで落ち着いていた。
- シルバーカー導入し、疼痛は軽減したが、定着には至らず。(使いたがらない)

- シルバーカーの使用方法的に定着化に繋がらず、日常的な使用が可能。
- 電話の頻度は大きく変わらなかったが、電話の内容として混乱している様子が少なくなった。

(一社) 日本作業療法士協会 認知症作業療法 評価の手引きより

認知症を生きること



役割・生きがい・居心地の良さが大切

認知症高齢者を包括的に支援する医療・介護職種 の重要性

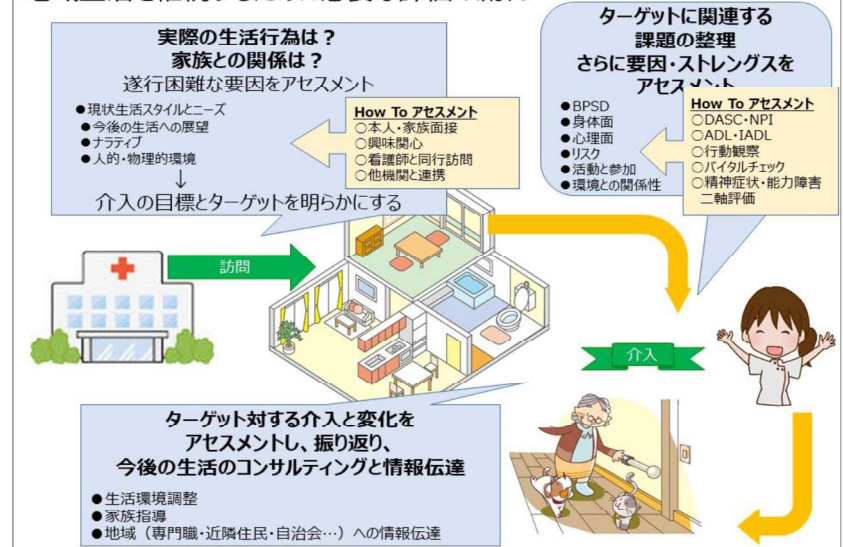
- 原因疾患の診断＝機能の予後予測に有用
- 認知症は経過の中でさまざまな身体合併を伴う
 - 栄養障害とサルコペニア
 - 転倒のリスク
- 認知症発症のリスク
 - 歩行速度と認知機能低下に伴って低下
 - ※ADLは自立しているが、認知障害の自覚症状があり、歩行速度が遅い状態 (Motoric cognitive risk syndrome; MCR)

Vergheze J 2013

多面的にとらえる視点をもつ

認知機能や身体機能だけでなく、環境等も含めた 総合的な視点

地域生活を継続するために必要な評価の流れ



(一社) 日本作業療法士協会 認知症作業療法 評価の手引きより

転倒・転落への対策

転倒リスクの因子を事前に把握

認知症疾患(バランス機能)とその重症度・神経学的所見

+

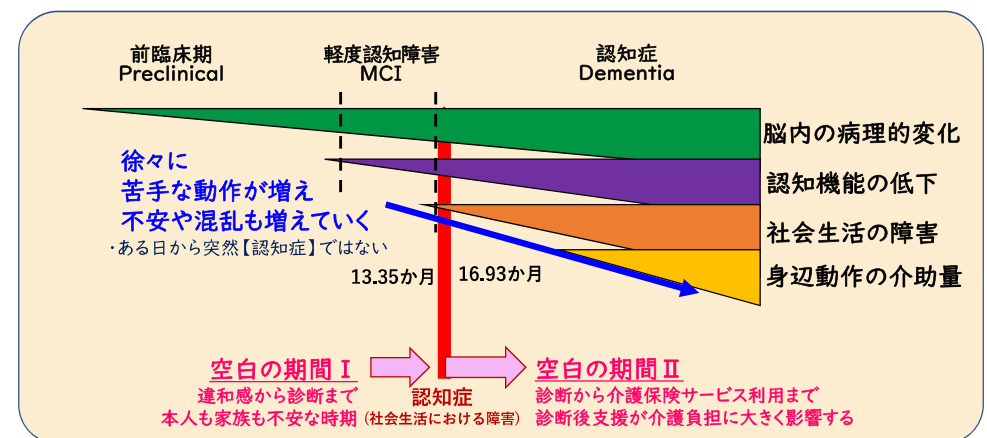
転倒歴・転倒恐怖感・歩行障害・運動障害・視覚障害・
尿失禁・不整脈疾患・起立性低血圧・骨粗鬆症・骨関節
疾患を含む合併症・服薬状況・多剤服用・向精神薬の服
用・障害物(環境要因)等

口腔・栄養～嚥下障害への対策

原因疾患に基づいた対応
機能低下を防ぐこと

リハビリテーション専門職の活用

認知症診断と空白の期間、徐々に生じる変化



認知症介護研究・研修仙台センター: 認知症の家族等介護者支援に関する調査研究事業(平成 29 年度老健事業)
山口智晴: Medical Rehabilitation 206: 17-23, 2017

- ・認知機能低下に応じ、徐々に社会生活に様々な困難さが生じる
- ・空白の期間Ⅰ～Ⅱにおける支援がその後の生活にも影響する

認知症のリハビリテーションの可能性を考えてみよう!!



介護支援専門員

○生活にどんな支障がありますか？
○生活で困っていることがありますか？

連絡



リハビリテーション専門職

ご本人が 困っていること	特に困っていることはない。夫がうるさいかな。
ご家族が 困っていること(夫)	元々家事は妻に任せきりであった事から、妻が整理整頓や家事が難しくなってきたため、困っている。 特に夫は料理の経験があまりなく、食事に困っている。弁当を三か月ほどとったが、飽きてしまって食わずに捨てることが多い。料理だけでもしてほしい。 洋服も山積みになっていて、化粧品もたくさんいるのかいらないのかわからない物が本人が使っていた机の上にたくさん転がっている。整理整頓したいが本人に言ってもできないし、どうしてよかわからない。

課題とする生活行為の選定

「興味・関心チェックシート」を活用して目標を明確化

- ・現在していることは・・・
⇒「している」に“○”
- ・現在していないがしてみたい
⇒「してみたい」に“○”
- ・興味があるもの・・・
⇒「興味がある」に“○”
- ・どこにも該当しない場合は、
「している」に“×”を入れる。

本人の自覚がないことが多く、「何も困っていない。」「できている。」と答えることが多いです。興味関心チェックシートを活用することで、本人の気持ちの聞きとりや、家族の困っていること、希望を聞くことが大切です。



興味・関心チェックシート

氏名: _____ 年齢: _____ 性別(男・女) 記入日: 年 月 日

表の生活行為について、現在しているものは「している」の列に、現在していないがしてみたいものは「してみたい」の列に、する・しない、できる・できないにかかわらず、興味があるものは「興味がある」の列に○を付けてください。どれにも該当しないものは「している」の列に×をつけてください。リスト以外の生活行為に思い当たるものがあれば、空欄を利用して記載してください。

生活行為	している	してみたい	興味がある	生活行為	している	してみたい	興味がある
自分でトイレに行く				生活学習・歴史			
一人でお風呂に入る				読書			
自分で服を着る				俳句			
自分で食べる				筆画・習字			
洗濯物を干す				庭を歩く・散歩			
食卓を片付ける				パソコン・ワープロ			
好きなときに入る				音楽			
掃除・整理整頓				映画・動画・音楽会			
料理を作る				お茶・お花			
買い物				歌を歌う・カラオケ			
家や庭の手入れ・世話				音楽を聴く・楽器演奏			
洗濯・洗濯物たたみ				将棋・囲碁・麻雀・ゲーム			
自転車・車の運転				体操・運動			
電車・バスでの外出				散歩			
孫・子供の世話				ゴルフ・グラウンドゴルフ・水泳・テニスなどのスポーツ			
動物の世話				ダンス・踊り			
友達とおしゃべり・遊ぶ				野球・相撲等観戦			
家族・親戚との話し合い				読書・読報・読画・パソコン			
デート・異性との交流				趣味物			
近所に行く				針仕事			
ボランティア				仕事			
地域活動(町内会・老人クラブ)				資金を伴う仕事			
お祭り・宗教活動				旅行・温泉			

課題整理総括表

利用者名	A,B 昭				作成日	/ /	
自立した日常生活の 困難要因 (心身の状況、環境等)	1.実行機能の低下により、調理困難 4.言語機能の低下から会話が低下した可能性	2.同様、整理整頓困難 3.生活全般が低下したことにより、夫の介護	3.同様、入浴要確認		利用者及び家族の 生活に対する意向	生活全般の解決すべき課題 (ニーズ)【案】	
状況の事実 ※1	現在 ※2	要因 ※3	改善/維持の可能性 ※4	備考(状況・支障内容等)	見直し ※5		
移動	室内移動: 自立 見守り 一部介助 全介助 屋外移動: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化	調理はメニューを考える。段取りをする。ガスコンロなどの操作をする。すべてに一人ではできない。しかし、野菜の皮をむく、切る、混ぜる、盛り付けるなどは見守りがあればできる。	・段取りについて口頭指示を受けることで、本人がある程度料理をすることができると考えます。	・見守り支援を受けながら、料理を継続したい。	2
食事	食事内容: 自立 見守り 一部介助 全介助 食事摂取: 自立 見守り 一部介助 全介助 調理: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
排泄	排泄・排便: 自立 見守り 一部介助 全介助 排泄動作: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
口腔	口腔衛生: 自立 見守り 一部介助 全介助 口腔ケア: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
服装	服装: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化	入浴はその実態が確認できていない。銭湯が主のため、入っている人の援助を受けている可能性がある。娘と入ったときは常に指示が必要だった。	・入浴についても、洗濯や洗体の促しがあれば、ある程度自分ですることができると考えます。	・風呂と一緒に整理整頓をしたい。もしくはしてほしい。	4
入浴	入浴: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
更衣	更衣: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
掃除	掃除: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
洗濯	洗濯: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化	洋服が部屋の隅に積まれている。また、本人の化粧品や文房具などが床の上に散らばっており、夫はどうにかしたいと思っているが、どうしてよかわからず困っている。	・整理整頓については、本人がすることが難しいこと、夫もわからないと言った。娘に相談し、娘と整理整頓する方向で検討する。	・コーラス教室をはじめ、人との交流など楽しさを続けたい。	5
金銭管理	金銭管理: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
買い物	買い物: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
コミュニケーション能力	コミュニケーション能力: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
認知	認知: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
社会との関わり	社会との関わり: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
病状・皮膚の問題	病状・皮膚の問題: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
行動・心理症状(BPSD)	行動・心理症状(BPSD): 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
介護力(家族関係含む)	介護力(家族関係含む): 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				
居住環境	居住環境: 自立 見守り 一部介助 全介助		改善 維持 悪化				

焦点化した
生活行為

・料理だけでもしてほしい
・本人が衣類等を選択できるように整理整頓をしてほしい

作業療法士の
能力の見立て

- ・調理については、高次認知機能や記憶の低下から一人ですべての段取りをすることが難しい。ただ単一課題の遂行をする能力があることから、誰かの指示の下、材料を切ったり、炒めたりをする能力があるものとする。
- ・通所でも一緒におかずづくりを支援してくれるようなところがあれば、料理の手続き記憶の想起をさらに促すことができ、家での調理もスムーズになるのではないかと。
- ・整理整頓は本人の能力的に難しいことから、家族が理解し、一旦本人と整理した上で、整理結果をラベリングし、その上で本人が継続できるようにする。

【作業療法士による能力のアセスメント】

	心身機能	活動と参加	環境因子
強み	・b122 元々あまりよくするタイプではない、協調的	・d210 指示があれば単一課題は遂行できる。 ・d510-560 ADLはどうか出てくる。 ・d730-750 他者のかかわりは嫌ではない。	・e310 娘が車で15分のところに住んでいる。
弱み	・b114 見当識 ・b144 簡単なものは近所に買いに行っているようだが、同じものをいくつも買ってくる。 ・b140 デュアルタスクなどの注意機能の低下 ・b164 季節に合った服の選定が難しくなっている。調理の段取りや食材の保管場所も適切ではなくなっている。 ・b167 言語が単語レベルの力、出力も困難になりつつある。 ・b176 エアコンやストーブのスイッチなど操作が分からない	・d630 調理が一人でできない。しかし、夫も調理の経験がない。	・e570 通所サービスを利用していない。 ・e310 これまで夫は家事をしたことがない。また、週3回から一時間ごとに仕事に行っている。 ・e570 介護認定が要支援1

1. (7) ② 訪問リハビリテーションにおける集中的な認知症リハビリテーションの推進

概要	【訪問リハビリテーション】
○ 認知症のリハビリテーションを推進していく観点から、認知症の方に対して、認知機能や生活環境等を踏まえ、応用的動作能力や社会適応能力を最大限に活かしながら、当該利用者の生活機能を改善するためのリハビリテーションの実施を評価する新たな加算を設ける。【告示改正】	
単位数	
<現行> なし	▶ <改定後> 認知症短期集中リハビリテーション実施加算 240単位/日（新設）
算定要件等	
○ 次の要件を満たす場合、1週に2日を限度として加算。（新設）	
・ 認知症であると医師が判断した者であって、リハビリテーションによって生活機能の改善が見込まれると判断された者に対して、医師又は医師の指示を受けた理学療法士、作業療法士若しくは言語聴覚士が、その退院（所）日又は訪問開始日から3月以内の期間に、リハビリテーションを集中的に行うこと。	

厚生労働省老健局「令和6年度介護報酬改定における改定事項について」より

メッセージ

多職種の視点を取り入れたケアプランを！

きっかけをどう作っていくか。
これならできそうと考えたことを実践できるか。

いかに早期に介入し、日々の生活や活動の継続を支援できるか。
情報を最小限にし、混乱を防ぎ、安心した生活を送る。
状態や状況の変化していく中で、希望や意向も変わる。

認知症であっても役割を持って在宅生活を続けられるよう
ご本人を取り巻くスタッフや家族で積み重ねをしていきましょう。

（留意事項より）

■本加算におけるリハビリテーションは、認知症を有する利用者の認知機能や生活環境等を踏まえ、応用的動作能力や社会適応能力を最大限に活かしながら、当該利用者の生活機能を改善するためのリハビリテーションを実施するものであること。

- ▶改善するのは「生活機能」
- ▶最大限でなくても、余裕をもった能力の活かし方で良い場合もある

■精神科医もしくは神経内科医師又は認知症に対するリハビリテーションに関する専門的な研修を修了した医師により、認知症の利用者であって生活機能の改善が見込まれると判断された者に対して、訪問リハビリテーション計画に基づき、リハビリテーションを行った場合に、1週間に2日を限度として算定できるものであること

- ▶「判断」難しい場合でも（本加算が算定できない場合でも）、「生活機能に困りごと」があるのであれば訪問リハビリの対象
- ▶1週間に3日の利用の際は、当加算は2日分のみ算定
- ▶退院後、短期集中加算の対象となる場合は、そちらでの算定も可能

認知症の人のリハビリテーション



(一社) 日本作業療法士協会
常務理事 村井 千賀
(制度対策・MTDLP・生活環境支援推進担当)

※演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業などはありません。

認知機能の維持・改善より生活の継続



共生社会の実現を推進するための認知症基本法 第二条(定義)

「アルツハイマー病その他の神経変性疾患、脳血管疾患その他の疾患により日常生活に支障が生じる程度にまで認知機能が低下した状態として政令で定める状態をいう」

認知症：「疾患により、認知機能が低下、日常生活に支障」

- アルツハイマー病
- レビー小体病
- 前頭側頭葉変性症
- 正常圧水頭症
- 脳血管障害
- パーキンソン病
- 進行性核上性麻痺
- 甲状腺機能低下症

- 忘れる(記憶障害)
- 日付や季節が分からない(見当識障害)
- 計画的な行動ができない(遂行機能障害)
- 無い物が見える(幻視)

- 薬を飲み忘れる
- 同じ話を繰り返す
- 同じものを買う
- 料理ができない
- 切符が買えない
- 道に迷う
- 自宅が分からない

認知症施策推進大綱【基本的考え方】

認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指す

認知症の人に対するリハビリテーション:実際の生活場面を念頭に、有する認知機能等の能力を見極め、最大限に活かした日常生活の継続 (新オレンジプラン)

認知症の原因疾患 (DSM-5)

- ・アルツハイマー病
- ・前頭側頭葉変性症
- ・レビー小体病
- ・血管性疾患
- ・外傷性脳損傷
- ・物質・医薬品の使用
- ・HIV感染
- ・プリオン病
- ・パーキンソン病
- ・ハンチントン病
- ・他の医学的疾患
- ・複数の病因
- ・特定不能

石川県立こころの病院 北村講義資料より

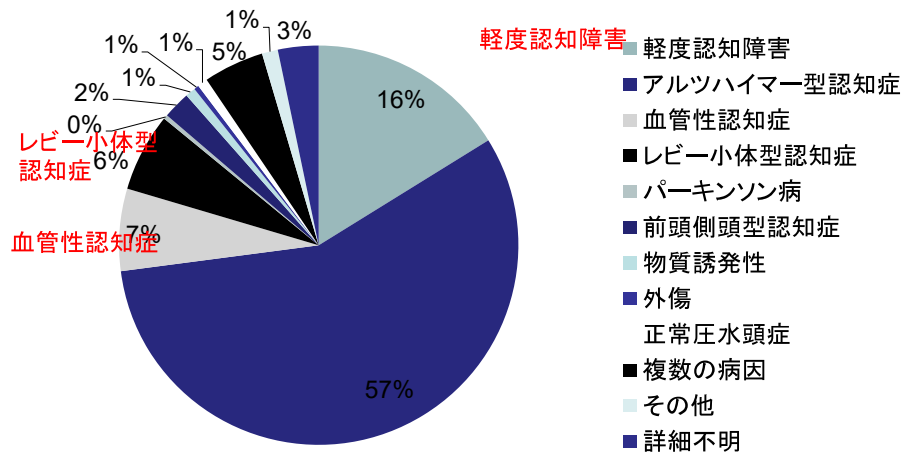
認知症脳と異常蓄積タンパク質

- ・アルツハイマー病
アミロイド(老人斑)
タウ(神経原線維変化)3, 4
- ・ピック病
タウ(ピック球) 3リピート
- ・進行性核上性麻痺
タウ 4リピート
- ・皮質基底核変性症
タウ 4リピート
- ・嗜銀顆粒性認知症
タウ 4リピート
- ・レビー小体病
 α シヌクレイン(レビー小体)
- ・パーキンソン病
 α シヌクレイン(レビー小体)

石川県立こころの病院 北村講義資料より

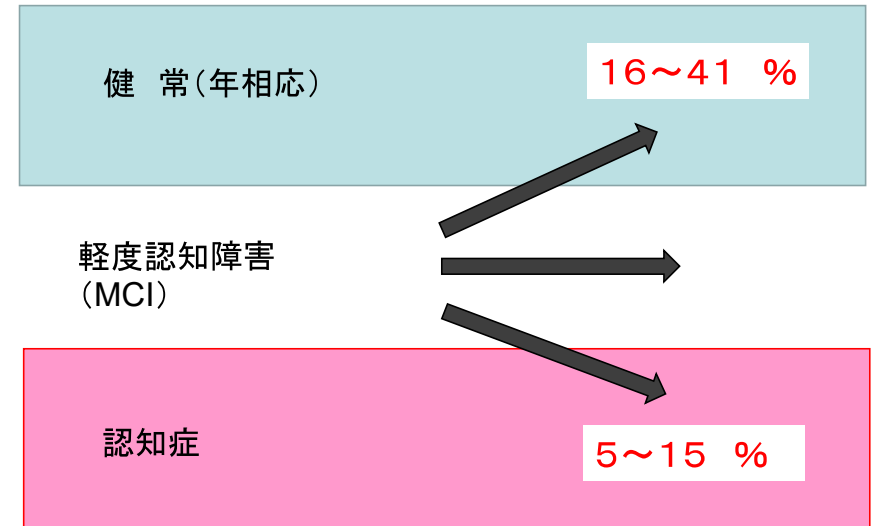
認知症疾患鑑別診断数

(2017年 認知症疾患医療センター調査 422施設:93655件)



アルツハイマー型認知症

石川県立こころの病院 北村講義資料より



石川県立こころの病院 北村講義資料より

軽度認知障害(DSM-5)

A. 認知機能の低下

- ・本人、家族、臨床家による情報
- ・神経心理検査等で実証された障害

B. 毎日の活動で、**認知欠損が自立を阻害しない**
 (請求書を支払う、内服薬を管理するなどの、複雑な手段的日常生活動作は**保たれるが、以前より大きな努力、代償的方略や工夫が必要かもしれない**)

C. 意識は清明

D. 他の疾患で説明できない

石川県立こころの病院 北村講義資料より

認知症の原因疾患

1. アルツハイマー型認知症

2. 血管性認知症

3. レビー小体型認知症 **3大認知症性疾患**

4. 前頭側頭型認知症 **4大認知症性疾患**

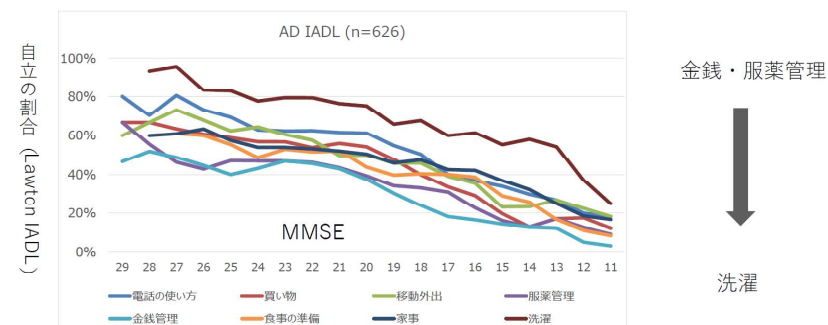
石川県立こころの病院 北村講義資料より

アルツハイマー型認知症

- 通常はもの忘れで始まり、ゆっくり進行
- 特徴的なもの忘れ 物盗られ妄想
- 年月日がわからない、段取りがつけられない
- 自分のいる場所がわからない
- 運転がへたになる、感情の起伏が激しくなる
- 洋服が着られない、トイレがわからない……
- 喋らなくなる……植物状態

石川県立こころの病院 北村講義資料より

アルツハイマー型認知症のIADLは早期から低下し、特に金銭管理・服薬管理のComplex ADLが早い



20点台後半でも、「洗濯」以外の生活行為の自立は80%以下 特に「金銭・服薬管理」の自立は初期で50-60% 中長期的なマネージメントを要する高度な認知機能を要する生活行為から低下

堀田, 田平, 池田 et al: 老年精神医学, 2017

アルツハイマー型認知症のもの忘れ

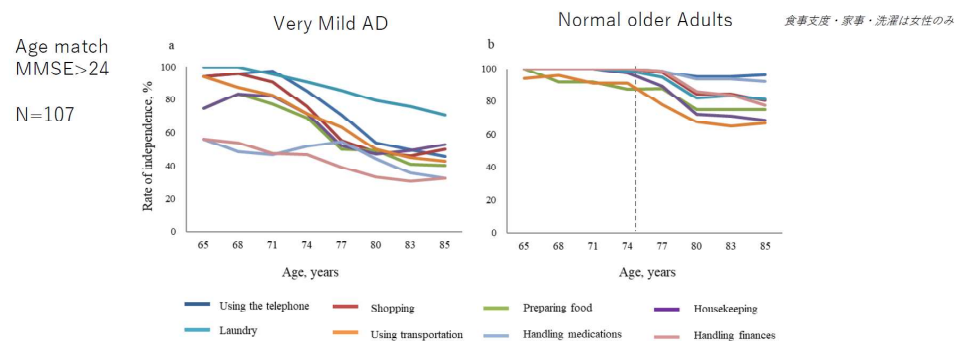
エピソード記憶の障害（特に近時記憶）

- 物を置いた場所を思い出せない
- 同じ物を何度も買ってくる
- 同じことを何度もきく
- 景色を覚えられず、馴染みのない場所で迷う

※ エピソード記憶でも、古い記憶や、意味記憶、**手続き記憶**は長期間保たれる。

石川県立こころの病院 北村講義資料より

IADLの加齢変化は、健康老人より初期ADが顕著に早く、健康老人は「外出」が、ごく軽度ADは「服薬・金銭」から低下



健康老人：75歳付近から急激に低下し、特に外出が顕著身体機能の影響を受けやすい「移動・外出」
⇒屋外の日課や余暇活動の習慣を75歳までに作る！
ごく軽度AD：早期から「服薬・金銭管理」の練習を

Tabira T, Hotta M, Ikeda M, et al. Dement Geriatr Cogn Dis Extra. 2020

アルツハイマー型認知症の経過 FAST (Functional Assessment Staging)

1. 正常

2. 年齢相応: 名前が出てこない

3. 境界: 仕事上機能低下が明らかになる。
初めての旅行先で迷う

4. 軽度認知症: 家計の管理、買い物、お客さんを招く段取りができない。普通の日常生活は大丈夫

5. 中等度認知症: 適切な洋服が選べない。入浴を嫌がる。運転ができない。妄想や興奮などが出現しやすい

6. やや高度の認知症: 着衣失行、入浴に介助、排泄動作障害、失禁

7. 高度の認知症: 語彙の減少。全失語。歩行困難。着座困難。笑う能力の喪失。植物状態

Reisberg B, et al. Ann NY Acad Sci.1984;435:481-483 13

アルツハイマー型認知症と関わり方① ～認知機能の軽度低下者の場合～

①今日の予定を忘れる場合

a) カレンダーや予定表に予定を書く

Day	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1	火	水	木	金	土	日	
2	火	水	木	金	土	日	
3	火	水	木	金	土	日	
4	火	水	木	金	土	日	
5	火	水	木	金	土	日	
6	火	水	木	金	土	日	
7	火	水	木	金	土	日	
8	火	水	木	金	土	日	
9	火	水	木	金	土	日	
10	火	水	木	金	土	日	
11	火	水	木	金	土	日	
12	火	水	木	金	土	日	
13	火	水	木	金	土	日	
14	火	水	木	金	土	日	
15	火	水	木	金	土	日	

b) デジタル時計のアラームを活用する。



c) 携帯のスケジュールにすぐ登録。
スマートフォンアプリのカレンダーやアラームを活用。



アセスメントのポイント
□少し前に言ったことを忘れる
□行事に参加できないことがある

アルツハイマー型認知症の特徴と関わり方 ～認知機能の軽度低下者の場合～

○低下する主な精神機能

- ・記憶機能
- ・見当識（時間）機能、
- ・判断、問題解決などの機能

○代償できる主な精神機能

- ・言語機能

困ること

- ①約束や伝言を忘れる
- ②置いた場所を忘れ、盗られたと言う
- ③今日の予定を忘れる。

アルツハイマー型認知症と関わり方② ～認知機能の軽度低下者の場合～

2. 置いた場所を忘れ、盗られたと言う場合

a) タンスの整理とタンスに何が入っているかを文字でラベリング
・季節に合った服のみをタンスに
あらかじめ入れておく。衣替えの
時に、一緒にタンスの整理をする。



b) 小物入れの活用と文字でラベリング
・一緒に小物入れを整理し、何を
入れるかを相談しつつ、必要に応じて
ラベルも貼っておく。



c) 金銭管理（通帳や印鑑）などは早いうちに管理の仕方を話し合っておく。
キャッシュカードなども同様、家族で共有する。また置き場所を決め、わかるような
シールを貼っておく。

d) バッグなど持ち物を減らす。一つ程度に。

アセスメントのポイント
□適切な洋服が選べない
□ものがなくなったと探す。
□通帳や財布を無くす

アルツハイマー型認知症の経過

FAST (Functional Assessment Staging)

1. 正常

2. 年齢相応: 名前が出てこない

3. 境界: 仕事上機能低下が明らかになる。
初めての旅行先で迷う

4. 軽度認知症: 家計の管理、買い物、お客さんを招く段取りができない。普通の日常生活は大丈夫

5. 中等度認知症: 適切な洋服が選べない。入浴を嫌がる。運転ができない。妄想や興奮などが出現しやすい

6. やや高度の認知症: 着衣失行、入浴に介助、排泄動作障害、失禁

7. 高度の認知症: 語彙の減少。全失語。歩行困難。着座困難。笑う能力の喪失。植物状態

Reisberg B, et al. Ann NY Acad Sci.1984;435:481-483

17

アルツハイマー型認知症の特徴と関わり方 ～認知機能の中等度低下者の場合～

○低下する主な精神機能

- ・見当識（場所）機能
- ・組織化と計画（いわゆる実行機能）などの高次認知機能
- ・注意機能

○代償できる主な機能

- ・エピソード記憶
- ・手続き記憶
- ・言語機能（単語レベル）
- ・携帯や道具を簡単なものに変更

困ること

- ①道に迷う
- ②電気製品がうまく使えない
- ③状況の把握が苦手

アルツハイマー型認知症の困りごとと関わり方①

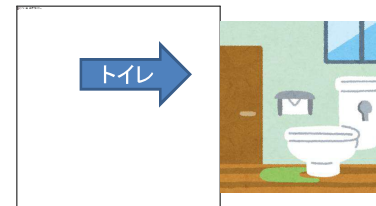
～認知機能の中等度低下者の場合～

アセスメントのポイント

- 場所の見当識の有無
- 車のナビ操作ができる
- 携帯ナビ操作ができる

①道に迷う場合

- ・トイレの場所がわからなくなる場合、**トイレ**などの目印を廊下につけて誘導
- ・行く場所を限定。道順をわかりやすい建物や目印を含め、メモで書いておく
- ・車のナビや携帯のナビ設定をしておく。ナビ設定をメモで書いておく。
- ・人（携帯）に聞くせをつける。



アルツハイマー型認知症の困りごとと関わり方②

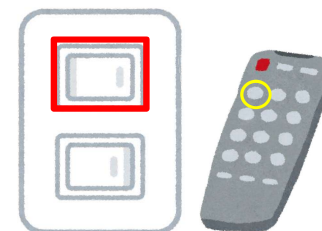
～認知機能の中等度低下者の場合～

②道具がうまく使えない場合

- ・スイッチの数を減らす。またはハイライト
- ・使い方の手順を紙に書く
- ・掃除機からモップへ変更する

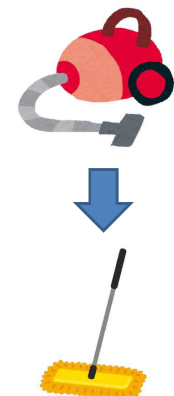
アセスメントのポイント

- 道具の操作などに戸惑うことがある。



電子レンジの使い方

- ①温めたいものを入れる
- ②扉を閉める
- ③赤いボタンを押す
- ④青いボタンを押す



アルツハイマー型認知症の困りごとと関わり方③ ～認知機能の中等度低下者の場合～

③状況の把握が苦手な場合

- ・季節に合った衣服の選択支援で
衣替えと良く着る服を3パターン程度にする
図のように季節ごとにハンガーにかけの服を入れ替え
ハンガーから、今日着る服を選択するようにする。
- ・お気に入りばかりの服ばかり着る
⇒ 同じものを2枚用意する
- ・脱衣場 脱いだ服のかご 着る服のかごを用意する
- ・ジェスチャーや指差し、道具を
活用し、注意を向け、理解を促す
- ・視線を合わせ、要件を簡潔に伝える

アセスメントのポイント
□季節に合った洋服が選択できない



アルツハイマー型認知症の経過

FAST (Functional Assessment Staging)

1. 正常

2. 年齢相応: 名前が出てこない

3. 境界: 仕事上機能低下が明らかになる。
初めての旅行先で迷う

4. 軽度認知症: 家計の管理、買い物、お客さんを招く
段取りができない。普通の日常生活は大丈夫

5. 中等度認知症: 適切な洋服が選べない。入浴を嫌がる。
運転ができない。妄想や興奮などが出現しやすい

6. やや高度の認知症: 着衣失行、入浴に介助、排泄動作障害、失禁

7. 高度の認知症: 語彙の減少。全失語。歩行困難。着座困難。
笑う能力の喪失。植物状態

アルツハイマー型認知症の特徴と関わり方 ～認知機能の高度低下者の場合～

○低下する主な精神機能

- ・見当識（人物）機能
- ・姿勢障害や運動機能の低下
- ・言語機能の低下
- ・空間知覚の低下

○代償できる主な機能等

- ・言語機能（ジェスチャー）
- ・車いすやベッドなどの福祉用具
- ・手すりなどの住環境整備

困ること

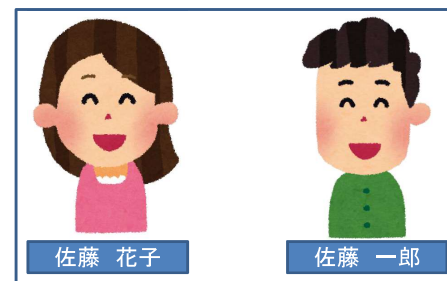
- ①家族を忘れる
- ②風呂などの生活の介護を嫌がる
- ③立ちすわりや移動が難しくなる

アルツハイマー型認知症の困りごとと関わり方① ～認知機能の高度低下者の場合～

①家族など人がわからなくなる場合

- ・写真+漢字での名前の提示
- ・電話の宛先に写真を貼る
- ・家族の写真と名前を掲示

アセスメントのポイント
□家族等の顔がわからない



アルツハイマー型認知症の困りごとと関わり方② ～認知機能の高度低下者の場合～

- ②風呂など生活介護を嫌がる
- ・風呂桶とタオルをみせるなどの道具など活用
 - ・ジェスチャーを早くから導入
 - ・絵カードを活用する



アセスメントのポイント
☐ 入浴を促すと嫌がる

アルツハイマー型認知症の困りごとと関わり方③ ～認知機能の高度低下者の場合～

- ③立ちすわり、移動が困難な場合
- ・手すり、椅子生活への変更
 - ・杖歩行より、歩行車
 - ・歩行困難でも日中は車いす生活

アセスメントのポイント

- ☐ 転びやすい
- ☐ 物をもって歩くことが多い
- ☐ 歩行が困難

※作業療法士に相談してみましょう。



高度アルツハイマー病の介護のポイント

- ・動作の自動性と意図性の解離現象
- ・無意識的に動作を行う場合は、(手続き記憶を使い)自然に行動できる。
- ・アルツハイマー病の人には、できるだけ自然な状況、慣れ親しんだ環境で過ごしてもらう。
- ・行為ができない場合は意識的な状況下に追いつめない(横から口出さない、せかせさない)。

2. 3大認知症性疾患

血管性認知症

血管性認知症

- 脳梗塞や脳出血などの脳血管障害が基となって認知機能が低下
- 脳血管障害の再発に伴い、段階的に悪化することが多い
- 記憶障害や見当識障害のほかに、感情失禁、せん妄などの症状や、片麻痺、感覚障害、言語障害などの神経症状を伴うこともある
- 高血圧、糖尿病、心疾患、動脈硬化などを合併していることが多い

石川県立こころの病院 北村講義資料より

血管性認知症の困りごとと関わり方

- ①日中、何もしたがない
- ・運動などのプログラムを好む傾向があることから、運動の機会を提供する。
 - ・興味・関心チェックシートなどを活用し、本人の動機づけの高いものを把握する。
 - ・日中、寝たきりにならないよう、楽な座位姿勢の提供や活動の場を提供していく。

アセスメントのポイント

- ☐何もしたがない
- ☐麻痺の有無
- ☐感覚麻痺の有無
- ☐失行、失認、失語の有無
- ☐構音障害の有無

- ②怒り易い
- ・怒り出した場合は、その場を離れるようにする。
 - ・伝えたいことがある場合は、クールダウンをした上で、時間をおいて、簡潔に伝える。

アセスメントのポイント

- ☐顔を真っ赤にして突然に怒り出す
- ☐泣きやすくなった
- ☐意識の変動
- 夕暮れ症候群

血管性認知症の特徴と関わり方

○低下する主な生活機能

- ・意識機能
- ・活力と欲動機能
- ・摂食機能
- ・情動機能
(感情失禁、怒り易い)
- ・運動機能・感覚機能
- ・記憶機能
- ・注意機能

【ワンポイント】

・認知機能については、必ずしも記憶機能が低下するわけではなく、様々な精神機能が人によって、低下していることから、言語機能を含め丁寧な評価が必要である。

・変動する意識機能や意欲の低下などの活力と欲動機能、怒りやすいなどが課題となることが多い。

困ること

- ①日中、何もしたがない
- ②怒り易い

アパシーとうつの比較

アパシーに特有	両者にある	抑うつに特有
反応が鈍い	関心の低下	不快
無関心	精神活動の低下	希死念慮
社交性の低下	易疲労性	自己批判的
自発性の低下	睡眠障害	罪業的
持続性の低下	洞察力の低下	悲観的／絶望的

(Allan M, et al, Journal of the American Geriatrics Society 49 1700-07, 2001.)一部改変

幻視、錯視には環境調整を

2. 3大認知症性疾患

レビー小体型認知症

レビー小体型認知症

1. 特徴的な**幻視**
2. はっきりしているときとそうでないときがある
(認知機能の変動)
3. よく転ぶ、動きづらくなる(**パーキンソニズム**)
4. 寝言が多い、夜中叫ぶ (レム睡眠行動障害)
 - 脳に働く薬に敏感
 - 精神症状が多い (うつ状態、妄想)
 - 尿失禁、便秘、起立性低血圧、失神 (**全身にレビー小体ができる**)

石川県立こころの病院 北村講義資料より

- 蛍光灯を用いない
- 屋内の照度を統一する
- 暗い場所がないよう、全体的に明るくする
- 影を作らない
- 1ヶ所だけ目立つ色のものを置かない
- 壁に洋服をかけない
- 壁紙はシンプルな図柄に
- 畳やカーペットのしみは取り除く

石川県立こころの病院 北村講義資料より

レム関連行動障害

(REM sleep behavior disorder; RBD)

- レム睡眠時には脳は覚醒状態に近い活動をし、一方で全身の骨格筋の緊張は低下してるが、RBDではこの筋緊張の低下が障害されるので、夢で見たままを行動に起こしてしまう
- 就寝中に、大きな声を出す、怒鳴る、叫ぶ、手足を動かす、壁を叩く、喧嘩している仕草、隣で寝ている人を殴る・蹴る、寝言が多くなる
- 本人には、怖い夢(追いかけられる等)の有無、自分の声で目覚めるか、夢かうつつか区別がつかないことはないか など尋ねる

石川県立こころの病院 北村講義資料より

レビー小体型認知症とうつ

DLB92人(軽度63人)のBPSDを調査

1. 不安 67.4%
 2. 抑うつ 61.9%
 3. アパシー 57.6%
 4. 睡眠障害 55.4%
 4. 焦燥 55.4%
- (精神病状態は50%)

(Borroni B, et al : Arch Gerontol Geriatr. 46 ;101-6, 2008)

石川県立こころの病院 北村講義資料より

DLBと自律神経障害

- 血圧変動
(起立性低血圧、食後低血圧、臥位高血圧)
- 失神
- 便秘
- 失禁 (蓄尿障害)
- 発汗障害
- 高炭酸ガス換気応答の低下

石川県立こころの病院 北村講義資料より

レビー小体型認知症の特徴と関わり方

○低下する主な生活機能

意識機能
睡眠機能
記憶機能
知覚機能
(視・聴・触・味・空間)
注意機能
自律神経失調 (心血管・呼吸器・
消化器・尿・皮膚など)
運動機能

○残存する主な生活機能

見当識
高次認知機能 (段取り・洞察・判断など)
言語機能

【ワンポイント】

・言語機能や高次認知機能が良好なことが多いことから、意識機能がしっかりしている時は本人が症状を理解することができる。
・知覚機能の障害を理解し、客観的に幻覚に対応することができたり、不安感を軽減することができたりする。

困ること

- ①幻覚から不安感が強くなる
- ②注意が転動しやすく、刺激に弱い
- ③暴力や介護抵抗
- ④意識消失や自律神経障害がある場合
- ⑤錐体外路障害がある場合

レビー小体型認知症の困りごとと関わり方①

①幻覚から不安感が強くなる場合

○視知覚の誤作動 (幻覚) が起きないように光などの環境を整える。

例) ・目のある人形を取り除く。

- ・影が映るようなガラス戸に光の反射がしないよう、紙を張る。
- ・カーテンをつける。
- ・夜、電気をつけたまま寝る。
- ・外の光が入ってこないように、夜はカーテンを閉める



○意識のしっかりしている時に、知覚障害があることを理解し、客観的に幻覚に対応することができるよう働きかける

例) ・味知覚の障害がある場合は、白いご飯でも苦く感じたりすることが生じる。

- ・温知覚の障害がある場合は、風呂のお湯が異常に冷たく感じたり、冷たいにも関わらず、熱く感じたりすることもある。



レビー小体型認知症の困りごとと関わり方②

- ②注意が転動しやすく、刺激に弱い場合
- ・刺激の少ない環境や周囲の理解などの環境を整える

例) 静かな部屋の刺激の少ない場所に居場所を作る。

アセスメントポイント

- ☐聴覚(音)過敏の有無
- ☐視覚過敏の有無
- ☐触覚過敏の有無
(触ろうとすると手を引込めるなど)

- ③暴力や介護抵抗がある場合
- ・触知覚に過敏がある場合、不用意な接触により、強い刺激に感じ、殴られたように感じることもある。
- 触過敏がある場合は、名前を呼ぶなどの声をかけてから接触するようにする。

せん妄と認知症

	せん妄	認知症
発症	・急性に起こる ・時に夜間に発症（夜間せん妄） ・脳の循環障害や心疾患、肺炎などの感染症、脱水、薬物の過剰投与などにより起こる	・緩徐に起こる
意識	・脳の機能が一時的に低下することで生じる急性の意識障害 ・意識混濁に興奮状態が加わり落ち着かなくなったり、幻覚が起こる ・覚醒リズムの逆転あり ・夕刻・夜間に増悪	・多くは正常
持続	・数時間～数日 ・長くて数週	・数ヶ月～数年
経過	・一過性 ・浮動性（1日のうちに変動する）	・恒常性、進行性 ・若干の変動
注意力	・集中困難、著しい浮動性	・軽度で過ぎない
幻覚	・意識機能の低下と共に生じる。 ・明確ではない。	・正常 ・レビー小体型認知症の場合は、明確な幻覚あり。
失禁	・起こることが多い	・多くは中期または末期で起こる

レビー小体型認知症の困りごとと関わり方④

- ④意識消失や自律神経障害がある場合
- ・お湯につかると心臓への負担がかかることから、疲れるまたは胸が苦しくなるとのことで、入浴拒否になることがある。
- 例) お湯は胸ぐらいの深さに張る。
また、湯温計で温度が客観的にわかるようにする。

アセスメントポイント

- ☐不整脈の有無
- ☐呼吸数
- ☐移動や運動をした時の自覚症状
- ☐立ち眩みや失神、血圧の変動の有無
- ☐便秘や頻尿
- ☐体温調整の障害の有無

- ⑤錐体外路障害がある場合
- ・歩行状態によっては、転倒しないよう歩行車または抵抗付歩行器などの導入も検討する。

アセスメントのポイント

- ☐小刻み歩行
- ☐一歩めがなかなか出ない。
- ☐前傾姿勢・姿勢障害
- ☐転倒を繰り返す

- ・体幹が前傾姿勢になり易く、回旋運動が苦手になることから、日ごろから、ストレッチなどの体操の自主トレーニングを指導しておくことが大切である。

事例紹介

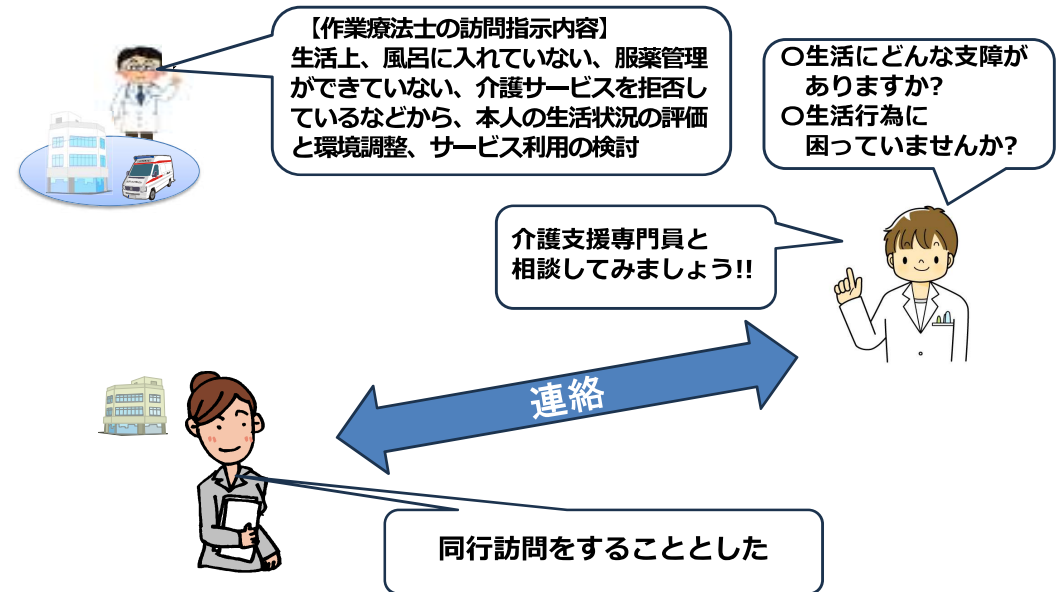
事例概要その①

基本情報	90歳代、男性、 一人暮らし（娘が県内の他市町にいて、毎日交互に世話に来ている。）
診断名、 FAST	アルツハイマー型認知症、FAST4
現病歴	X-2年 長女が訪問した時、なくし物や物盗られ妄想があることに気がついた。X-1年妻が有料老人ホームに入所し、本人は独居となった。 その頃から、元々あった物盗られ妄想はどんどん増悪し、近所の人や弁当の配達会社の職員にも被害的、物を盗られたなどと大声で激高することがみられるようになった。その後、薬の管理もできず、飲めない日も増えてきたことから、二人いる娘が毎日交互で午後から支援に入るようにした。 X年5月の連休中に「次女と連絡がつかない」と言って警察署に出向いて混乱した状態であり、警察から娘に連絡があり、認知症の精査を勧められた。そのため、当院を初診した。 MMSE 12点：日時の見当識、計算、短期記憶、復唱、三段命令で低下
家族の 状況	独居。妻は、近くの有料ホームに脳卒中になり、家事や自分の身の回りの世話ができないため、入所している。 二人の娘が同じ県内の他市町に嫁いでおり、本人宅からは車で60分程度。姉妹で話し合い、交互に父親の食事の手配や入浴の声かけ、服薬管理に訪問している。
生活歴	高校の英語教師をしていた。高校をやめた後も教え子が、定期的に遊びに来るなど、人との交流はある。 趣味は庭木の剪定と鯉の世話。若いときはいろいろと旅行もした。

事例概要その②

経済状況	年金
認定情報	要介護 1
主治医の意見書	MMSE12、HDSR9と認知機能障害は高度で、服薬管理や入浴なども自力では困難となっており、生活への支障が非常に大きい。一方で被害妄想や易怒性のために他者への攻撃性も強く、介護には手間がかかる。薬物調整を行いながら、適切な介護サービスによる支援を行い、自宅での生活を支える必要がある。
居宅介護支援事業所及びサービスの利用状況	居宅介護支援事業所 A介護支援専門員 下記のサービス調整を考えるが、とられ妄想が激しく、他者を家に入れることについて、拒否的であった。また、通所介護も一度利用を試みるが、勝手に家に帰ってきてしまった。その後、利用を拒否。迎えに行っても追い返されていた ・通所リハ（週1回8：30～16：00） （目的：入浴支援、廃用症候群の防止のための集団体操、昼の食事支援） ・訪問介護（毎日8：00～8：20） （目的と内容：通所リハ利用のための着替えのなど持ち物のセットと送り出し）
その他 （医療サービス）	・精神科訪問看護・指導（週1回） （目的：生活状態の把握と介護サービス導入に向けての支援）

認知症のリハビリテーションの可能性を考えてみよう!!



ご本人が 困っていること またはしたいこと	・庭の手入れがしたいが出来ないので、誰かに頼みたい。 ・また、草むしりと鯉の世話は続けたい。 ・左下肢にシビレがあり、移動には杖が必要で、長距離の歩行は困難。過去に買い物をした帰りに2回転び、大変な思いをした。足腰が弱ってきて困っている。
ご家族が 困っていること （長女）	・現在一人暮らしで、娘2人が今後に見守りと支援に訪問しているが介護負担となってきた。訪問や通所サービスを利用してほしい。 ・入浴がしっかり出来なくなってきた。 ・洋服やものが散乱しつつあり、なくなったが増えてきている。

本人の場合、自覚がないことが多く、「何も困っていない。」「できている。」と答えることが多い。家族の困っていること、希望を聞くことが大切です。本人は興味関心チェックシートを活用することで、本人の気持ちを聞くことができます。

介護予防ケアマネジメントの目標 したい・できるようになりたい生活行為を把握するために 興味関心チェックシートの活用

✓ 本人はどのような生活を望んでいるのか、具体的に
「（できれば）してみたい・参加してみたい」
ADL・IADL、趣味活動、社会的活動などの内容を聞き取る。

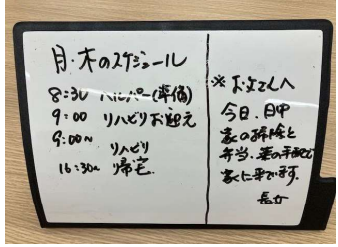
✓ 併せて、家族が本人とどのような生活を望んでいるのか、本人に何をさせたいと考えているのか、といった家族の意向も聞き取る。

✓ 「興味・関心チェックシート」を活用することで、高齢者自身も忘れていた興味・関心に気づき、それを目標にできる場合がある。

（総合事業のガイドラインP90～91）

生活行為	興味関心がある	興味関心がある	興味関心がある	生活行為	興味関心がある	興味関心がある	興味関心がある
自分でトイレへ行く				生涯学習・歴史			
一人で浴室に入る				読書			
自分で飯を煮る				俳句			
自分で食べる				書道・習字			
歯磨きをする				絵を描く・絵手紙			
身だしなみを整える				パソコン・ワープロ			
好きな道に走る				音楽			
掃除・整理整頓				映画・観劇・演劇			
料理を作る				お茶・お花			
買い物				歌を歌う・カラオケ			
家や庭の手入れ・世話				音楽を聴く・楽器演奏			
洗濯・洗濯物たたみ				将棋・囲碁・麻雀・ゲーム等			
自転車・車の運転				体操・運動			
電車・バスでの外出				散歩			
孫・子供の世話				ゴルフ・クラブゴルフ・まき・テニスなどのスポーツ			
動物の世話				ダンス・踊り			
友達としゃべり・遊ぶ				野球・相撲等観戦			
家族・親戚との回らん				観劇・観劇・観劇・パサコ			
デート・異性との交流				読み物			
居酒屋に行く				針仕事			
ボランティア				趣味・仕事			
習い事（習い事・老人クラブ）				集金を伴う仕事			
お祭り・宗教活動				旅行・遠遊			
その他（ ）				その他（ ）			
その他（ ）				その他（ ）			

認知症のリハビリテーション実践プロトコル計画書

	環境調整	反復動作	介護等指導
支援計画	①日課の掲示 ・ホワイトボードを活用し、連絡を含め、視覚的に共有する。  ②通所リハ・訪問介護の内容とスケジュールを掲示する。 ③お風呂のボディシャンプーで洗髪・洗体をする事として、他の洗剤をすべて片づけ、シンプルにする。 ④リモコンの種類やスイッチがわかるようにする	①こたつの上にセットしたホワイトボードを確認するくせをつける。 ②通所リハに週3回通う。 ③お風呂は、通所リハを主として、自宅は本人に任せることにする。 ④リモコンを表示を見つつ、操作する。	①連絡事項を含め、ホワイトボードを活用し、共有する。 ②本人には、支援内容については必ず、目的を説明し紙に書いて、示すこと。 ④リモコンについては、表示を見つつ使用することを指導する。また、指摘せず、見当たらない場合、探して元に戻す。

焦点化した生活行為	①日課の遂行 ②下肢筋力の改善と維持 ③入浴の評価と環境調整 ④机のものの整理整頓とリモコンの操作支援
-----------	--

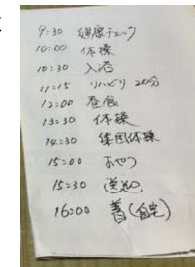
作業療法士の能力の見立て

- ①日課の確認ができるためのホワイトボードなどを設置することで、一日の予定を理解し、家族の以外の支援者が入っても、本人の行動の混乱を防ぐことができるだろう。
- ②本人も足腰の弱りを自覚していることから、転倒を予防するためにも下肢筋力の向上を図ることが必要であり、腰痛もあることから専門の理学療法士等がいる通所サービスを検討する。
- ③自宅での入浴時の洗体については、入浴の手順や道具の工夫をすることでできるようになると考える。
- ④リモコンの操作については、リモコンの種類やスイッチを明記することで操作ができるようになるだろう。

	【作業療法士による能力のアセスメント】	
	心身機能	活動と参加
弱み	b130 活力と欲動機能の低下（あまり何もしたがいなくなっている） b114 時間と場所の見当識が低下 b140 ダブルタスクなど注意機能の低下 b144 記憶機能の低下 b230 難聴 b164 あたらなことにに対する対応が苦手などの高次認知機能の低下	d220 複雑な課題の遂行困難 d230 日課の遂行が難しくなっている。 d430 運搬が難しい d450 長距離の歩行困難 d510 洗体・洗髪のための洗剤がわからなくなり、うまくできない d570 服薬管理ができない d630 調理不可
強み	b117 知的機能は高く、説明すれば理解する b126 人格的には協調性・外向性・誠実性・精神的安定性がとても高い。 b134 睡眠機能は良好 b167 言語機能はとても良好	d450 屋内の移動は庭まで含み自立 d310～350 会話は良好 d530～560 排泄、更衣、食べる等は自立 d640 洗濯は自分でしている。ただし、洗剤は不明 d650 雙の餌やりは、気が向いたときにパンがなくなるまであげている。
		e580 通所サービスを拒否している。
		e310 一人暮らし、家から60分のとこに娘が2人いる。
		e410 娘の理解および関わりは良好。2人の娘が交互に毎日日本人手を訪問、朝の服薬援助、食事の手配をしている。

認知症のリハビリテーションの実際

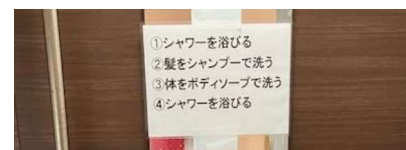
②通所リハビリテーションでの支援内容の明示



④リモコンの種類とスイッチの明示



③入浴手順の掲示とボディソープの明示



⑤支援者会議



ホワイトボード

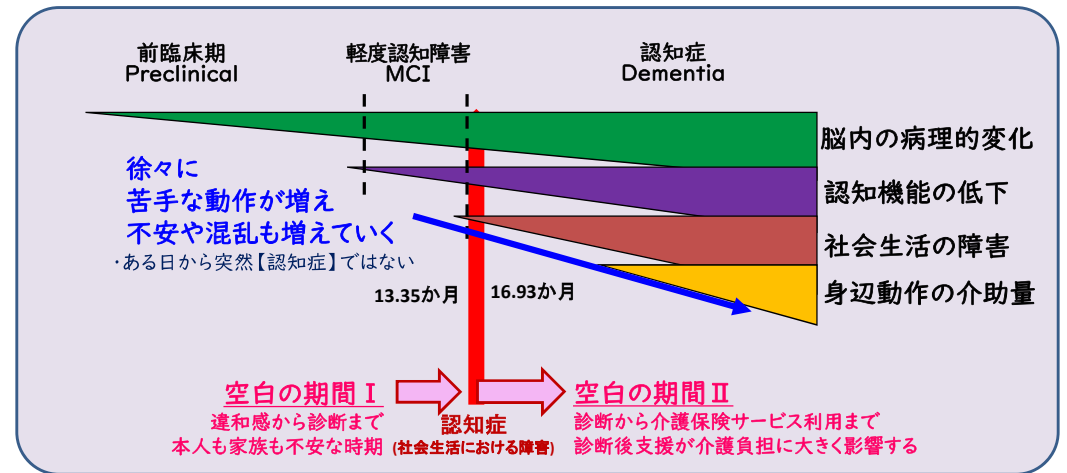
認知症のリハビリテーションの支援結果

- ①日課については、机の上に設置したホワイトボードに娘さんが書き込み、変更や大切なお知らせについても、本人自ら何度も確認するなど、ホワイトボードが大切な連絡ツールにもなっている。
- ②通所リハ（週3回）については、プログラムやスケジュールを紙に書いて掲示したことで、混乱することなく、通えるようになった。
通所リハの途中で家に帰ろうとすることもない。
- ③お風呂は、通所リハでも入っているが、家のシャワーもしている。
シャンプーを一つにしたことから、洗髪・洗体もしている様子。
- ④テレビのリモコンは押すボタンとリモコンの方向性がうまく理解できず、テレビが壊れたと言う時があったが、支援者で統一して関わったことから、現在は特に混乱することなく使用できている。

認知症のリハビリテーションの支援のまとめ

- ・95歳、FAST4の認知症の方について、入浴及び日課の確認、通所リハへの参加支援を、紙やホワイトボードを活用し掲示、連絡用として設置するなど、介護支援専門員を含めチームで取り組んだ。
- ・本人は元々知的に高く、必要性を説明することで、理解を促し、支援をスムーズに行うことができるようになった。特にホワイトボードは、連絡事項を本人が何度も自ら確認するなど、有効活用されている。
- ・また、支援にあたり、本人の残存能力や関わり方などを、支援者間で統一したことから、作業療法士の指導だけでは限界で、何か問題があれば連絡や相談し合える体制ができた。そのことが本人・家族が混乱することなく、独居を続けられた一番の成果であると考える。
- ・現在、在宅の限界も議論されていて、本人からは施設に入ることについては了解されているが、娘さんの方から、このまま問題がなければ、本人が施設に入るといふまで、在宅生活を続けたいとの意向が聞かれている。
- ・認知機能が低下したから、一人暮らしは難しいではなく、本人の残存能力や特性を見極め、チームで関わりを統一することで、本人の望む生活が継続できる「認知症のリハビリテーション」の支援の大切さをチームで理解することができた。

認知症診断と空白の期間、徐々に生じる変化



認知症介護研究・研修仙台センター：認知症の家族等介護者支援に関する調査研究事業(平成29年度老健事業)
山口智晴：Medical Rehabilitation 206: 17-23, 2017

- ・認知機能低下に応じ、徐々に社会生活に様々な困難さが生じる
- ・空白の期間 I ~ II における支援がその後の生活にも影響する

最後に

認知症になっても、少しでも長く在宅生活を続けるためには、以下が重要

- ・生活環境の構造化
- ・日課もパターン化する
- ・無駄なものは減らし、情報は最小限に
- ・手続き記憶を利用した対策
- ・スマホの操作できる人は、フルに活用（写真、スケジュール管理など）
- ・認知症になる前からミニマリストであるべき