

はじめに

介護保険が始まり 10 年以上たちました。認知症ケアに限らず、利用者本位のケアというフレーズも当たり前になってきました。しかし、今でも認知症ケアは難しい、よくわからないとしばしば言われます。確かに認知症が軽度で、自分の考えていることや希望をきちんと相手に伝えることができればケアが難しいと言われることはないでしょう。しかし、認知症が進行してくると病気自体のために、自分の考えていることを相手に伝えることが次第に難しくなってきます。おそらく意思の疎通がうまくできないことが認知症ケアを難しくしているのかもしれない。

2010 年に全国の医療機関と介護保険事業所を対象にして、認知症の人への対応で苦慮することは何かという調査が行われました。医療機関では認知症ケアが困難なこと、介護保険事業所では認知症の行動・心理症状（BPSD）への対応が最も苦慮する点として挙げられました。認知症ケアにしても BPSD への対応にしても、要するに混乱した状態で起こる行動にうまく対応できないということでしょう。

では、認知症の人のケアはどうすればいいのかということになりますが、まず関係者全員が整理された情報を同じ視点で共有することから始まります。認知症の症状、つまり行動や言動は、本人の体調や合併している高血圧や糖尿病の具合、その時の気分、あるいはどういう環境で生活しているか、どういう生活を送ってきたのかなど、さまざまな事柄によって影響を受けます。これらの情報が整理されれば、ただちに認知症の人の行動や言動の背景や理由が理解できるわけではありませんが、関係者が同じ土俵の上に立って考えることができます。

ひもときシートは、認知症の人の言動や行動に関係する情報を整理するためのチェックシートと考えることもできます。いかにもチェック項目が多いと感じられるかもしれませんが、ふつうはそれぞれの人の頭の中で無意識に行われているものです。チェックリストと考えれば、見落としがなくなります。認知症ケアはチームで行われることが普通ですが、チーム員の頭の中で考えられていたことをあえて言葉にして、チームで共有することの意義は大きいはずです。チームの中では認知症ケアの経験が乏しい人もいれば、経験豊かな人もいます。情報を共有するということは気づきや視点を共有することにもなります。つまり、経験の多寡がチーム内ではなくなることもつながります。ひもときシートの詳細は本書のなかで詳しく述べられますが、先に述べたことはひもときシートの大きな役割の 1 つです。

この方法に慣れてくると改めてこのような方法を使わなくともチーム内で情報を共有し、的確に意思疎通ができるようになります。ぜひ、この「ひもときシート」を現場で活用してください。

平成 25 年 8 月

認知症介護研究・研修東京センター センター長
本間 昭

認知症ケアの視点が変わる 「ひもときシート」活用ガイドブック

はじめに

導入編

I ひもときシートってなに？

1. ひもときシートってなに？	8
2. ひもときシートの解説（ひもときシートガイドライン）	21
3. ひもときシート活用のポイント	35
4. ひもときシートについて教えて！	46
①なぜ、ひもときシートは作られたの？	46
②ひもときシートで本当に認知症ケアは変わるの？	47
③ひもときシートの基本的な考え方	48
④パーソン・センタード・ケアとひもときシート	49
⑤アセスメントとひもときシート	50
⑥ケアプランとひもときシート	51
⑦センター方式とひもときシート	52
⑧BPSD とひもときシート	53
⑨ケア・カンファレンスとひもときシート	54
⑩記録とひもときシート	55
⑪チームケアとひもときシート	56
⑫スーパービジョンとひもときシート	57
⑬OJT とひもときシート	58
⑭家族支援とひもときシート	59
⑮ひもときシートのおもしろさー結果から原因を探っていくおもしろさ	60

展開編

II ひもときしてみよう！

1. ひもときシートの記入の仕方	62
2. 身近な事例からひもといてみる	78
事例①「家でお風呂に入っていますから結構です」と言い、強く入浴を拒否する A 子さん	78
事例②「家に帰ります」と言い、何回も玄関から出て行こうとする B 男さん	83
事例③「何言ってるんだ！」と大声で怒る C 男さん	88
事例④ イライラして急に外に出てしまい、声をかけても歩き続ける D 男さん	93

事例⑤ 夜間 1 時間おきに起きてきて、職員を困らせる E 子さん	98
事例⑥ いろいろなものを部屋に集める F 子さん	103
事例⑦ 昼夜問わずにスタッフを呼び続け、対応が遅れると自傷行為にいたる G 子さん	108
事例⑧ 毎日 50 回以上、繰り返し電話をかけてくる H 子さん	113
事例⑨ 物を盗られたと、ホームヘルパーに訴え続ける I 子さん	117

展開編

Ⅲ ひもときシートを使ってみよう！

1. ひもときシートの活用例	122
①セルフトレーニングで使う	122
②チームトレーニングで使う	125
③スーパービジョンで使う	130
④認知症介護実践（実践者・実践リーダー）研修等で使う	131
⑤グループ討議・演習の基本的進め方	134
2. ひもときシートをケアに活かすために	140
①アセスメントとひもときシートの関連性	140
②ケアプランとひもときシートの関連性	141
③ひもときシートが生きるためのケアの流れ	141
④まとめ	172

活用編

Ⅳ ひもときシートをスーパービジョンに活用しよう！

1. OJT におけるスーパービジョンへの活用例	174
2. カンファレンスにおけるスーパービジョンへの活用例	192

資料編

ひもとく蔵（ひもときチェックシート）