



認知症作業療法 総論 I・II

*Hiroshi Yamane ; OTR, PhD
Human Health Science
Graduate School of Medicine, Kyoto University*

ボケの花

ボケの花
忘れたことをまた忘れ

.....

(まだご飯たべさせんのか

(あんたやろ 私の財布隠したん

.....

食べたことを忘れ

しまった場所を忘れ

食べさせない

お前が盗ったと私を責める

嫁いで仕えて二十年

.....

(いじわるせんといてや

(いじめんといてや

.....

何でそんなこと言わはるのっ

腹が立つやら 情けないやら

休む間もなく世話に明け暮れ

ぼけてみたいわ私の方が

ボケの花

いずれ私もたどる道

明日はわが身と言い聞かせ

息つく間もなく五年の歳月

自宅介護で

看取った後に

ポツカリ残ったところの隙間

老いて枯れゆく認知の働き
周りもつらいが本人はもっとつらい
作業療法はよりよく老いる手伝いを

本日ご予約のお客様へ

Course Menu

お料理は、認知症作業療法のBasic Menuを山根が、
事例（すぐに使える臨床の技）は、
アラカルトで川口、小橋の両シェフが担当します。
まず、基本的なBasic Menuをお召し上がりください。

- 前 菜－認知症周辺事情
- 1品目－認知症について
- 2品目－認知症への対処
- 3品目－不幸な認知症にしないために
- 4品目－伝え伝わり
- 5品目－作業で寄りそう
- デザート－お好みで選択

素材を生かした
基本メニュー

前 菜

認知症周辺事情

何が始まっているのだろう
対象と自分がおかれている現状を知る

高齢化の現状

急速に進む高齢化

前期高齢者:65～74歳 後期高齢者:75歳以上

高齢化社会:高齢化率7～14%

高齢社会 :高齢化率14%以上

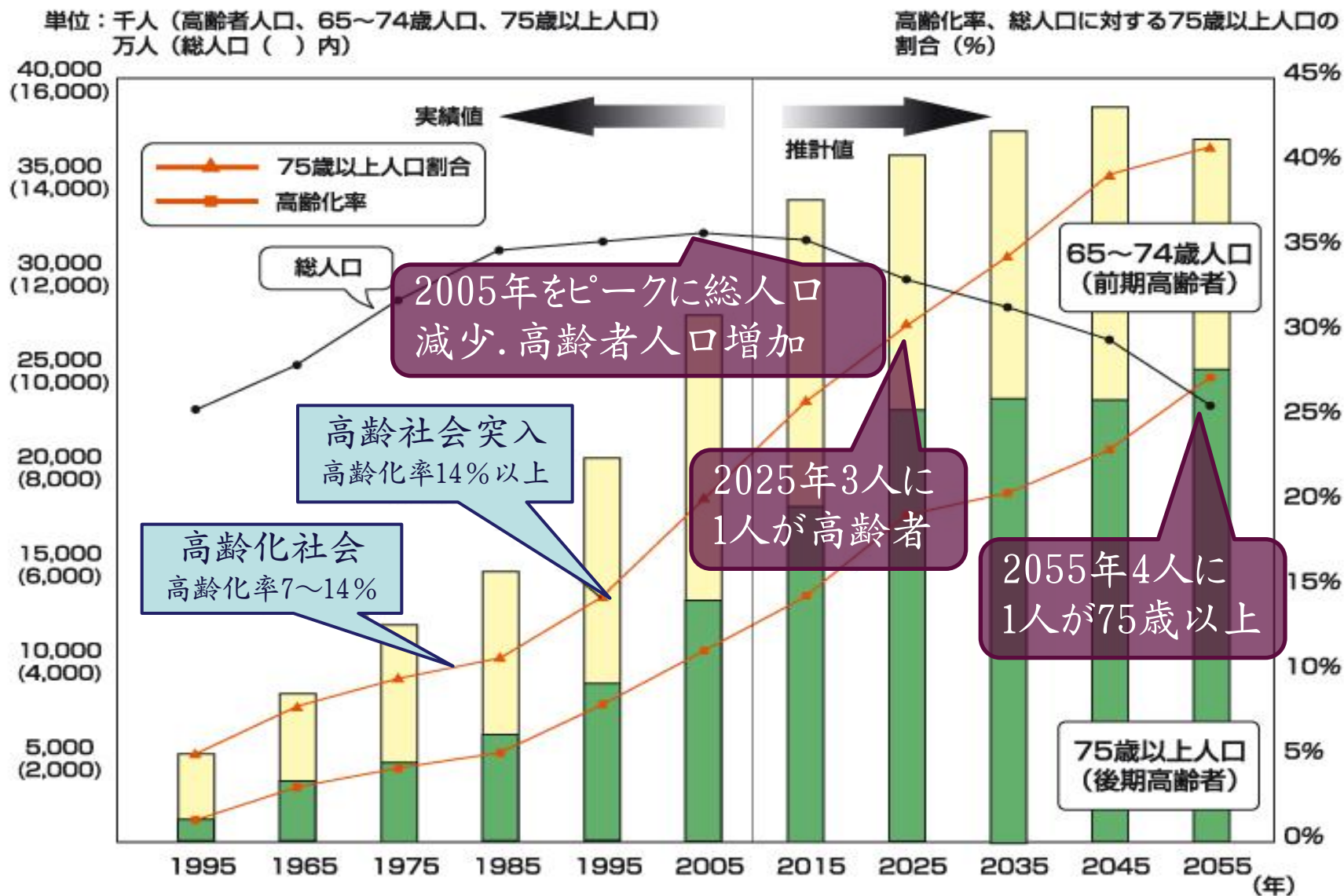
- 2005年をピークに総人口は減少 → 高齢者人口は増加
- 2025年には3人に1人が高齢者
- 2042年以降は高齢者人口も減少するが高齢化率は上昇
- 2055年には2.5人に1人が高齢者, 4人に1人が75歳以上



高齢化と若年人口の減少に伴う老老介護と認認介護
単身高齢者の増加

高齢化の推移と推計

内閣府「高齢社会白書」2008改正



超高齢化社会の到来

① 名前を変えても

明治期にDementiaが「痴呆」という名称で紹介
2004年に「認知症」に名称変更

② 止まらない現象

1970(S45) 高齡化社会:高齡化率7~14%

1994(H 6) 高齡社会 :高齡化率14%以上

2007(H19) 超高齡社会:高齡化率21%以上

高齡化率: 22.1%

65~74歳:11.7% (1,500万人)

75歳以上:10.4% (1,300万人)

対策を超える認知症介護の現状

急速に進む高齢化・少子化（若年人口の減少）



介護保険法に基づく施設利用者の9割以上が認知症

介護老人保健施設の自宅退所率は3割程度

介護老人保健施設の機能分化が必要

認知症高齢者の約4割が自宅から精神科病院に直接入院



老老介護と認認介護
単身高齢者の増加
若年性認知症の増加



介護予防
介護リハ

1品目

認知症について

どこまでわかっているのか

認知症とは

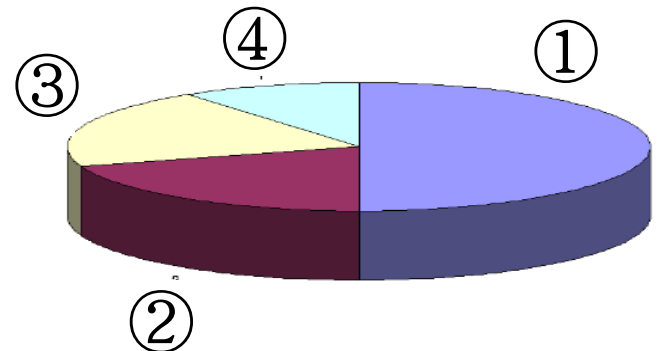
認知症の概要

認知症:何らかの脳の病気により,認知機能が障害され,生活機能が障害された状態

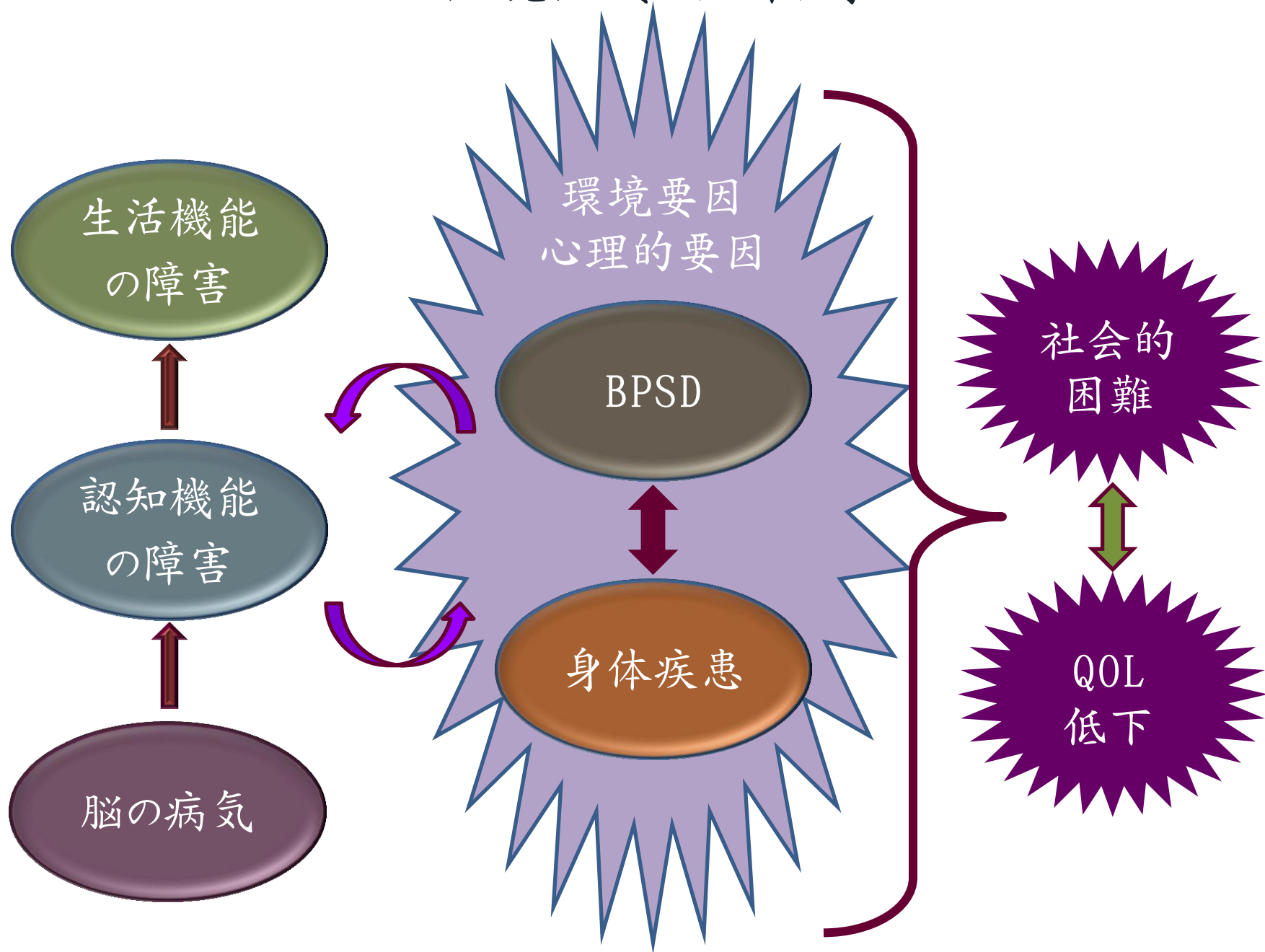
- ①アルツハイマー型認知症
- ②脳血管性認知症
- ③レビー小体型認知症
- ④その他の認知症

比率は国や地域によっても異なる

若年性認知症は日本では脳血管性障害が多い なぜ? 何を原因に何歳で発症したかで異なる予後



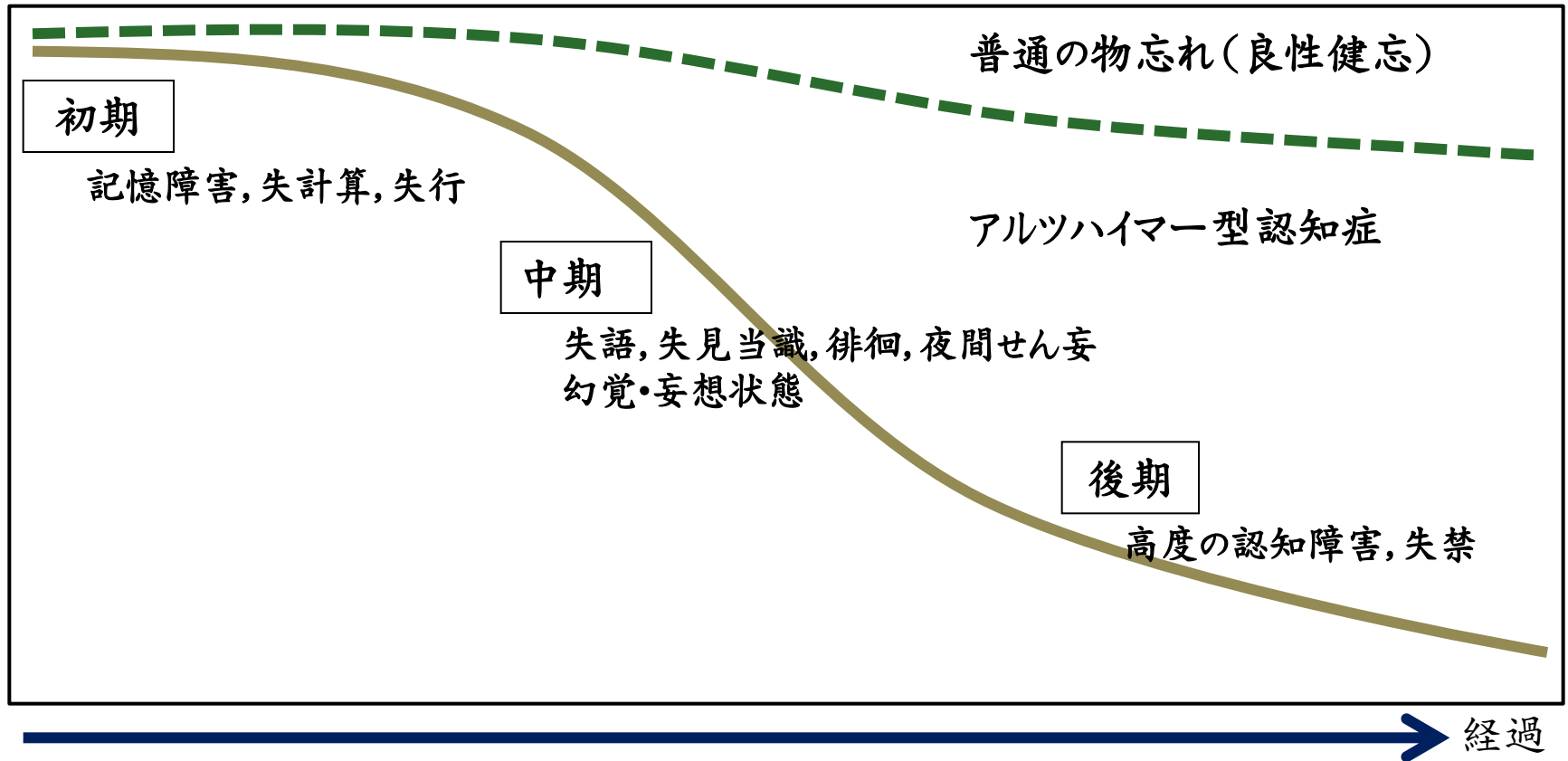
認知症発症要因の相関



認知症の主な疾患

① アルツハイマー型認知症 (AD)

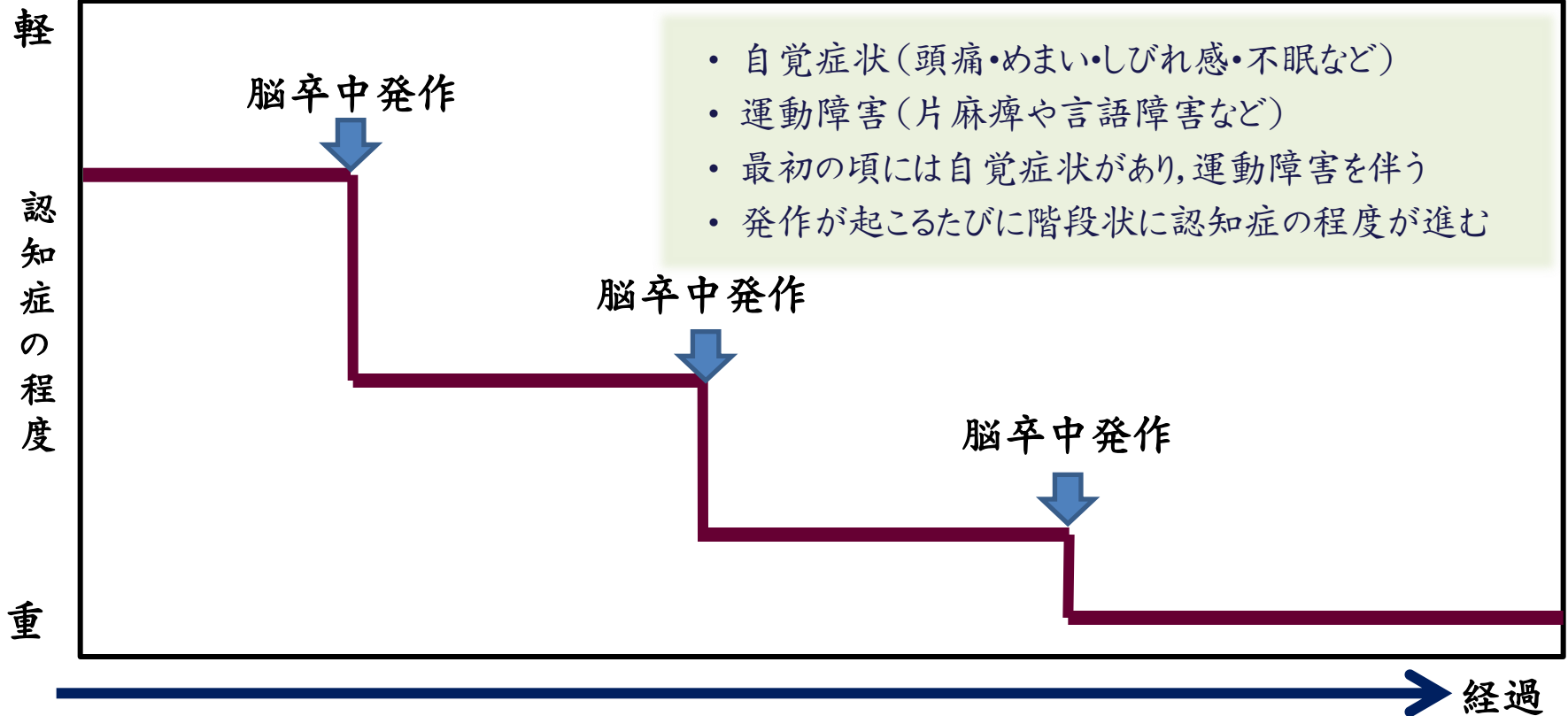
- 原因は未解明, 老化や環境の変化も伴い, アミロイドβたんぱく質やタウタンパク質が蓄積され脳細胞を死滅し脳(特に側頭葉)が萎縮
- 時間の経過とともに初期から後期へと低下



認知症の主な疾患

② 脳血管性認知症 (VD)

- 脳出血・脳梗塞などの脳の血管疾患が背景
- 発症前後に頭痛などの身体的不調を訴える場合がある
- 脳出血や脳梗塞の部位により症状は多様



認知症の主な疾患

③ レビー小体型認知症 (DLB)

- 脳細胞内にレビー小体(物質)が生じ,脳細胞(特に側頭葉や後頭葉)が死滅
- 認知症一般の特徴に加え幻視とパーキンソン症状

【特徴】

- ① 記憶障害,幻視や妄想を含む認知機能障害
- ② 社会活動の障害
- ③ 幻覚のうち主に幻視の体験
- ④ パーキンソン症状が出現

認知症の主な疾患

④ 前頭側頭型認知症 (FTD,ピック病)

- 脳の前方部分(前頭葉)や側頭葉が障害され生じる認知症
- 脳の委縮が生じる場合や頭部外傷など器質的变化による

【特徴】

常同行動

- 手を打ち鳴らすなど単純な行為を何度も繰り返す
- 同じ店に何度も出かける
- 抑制のコントロールができなくなる

反社会的行動(万引きや人の食べ物を取って食べる)

- 食行動の異常(味覚の好みの変化, 食事量増加)
- 語義失語(言葉の意味を理解できなくなる)
- 進行性非流暢性失語(言葉がうまく話せなくなる)

認知症の主な疾患

⑤ その他の認知症

- ウィルス性の認知症
: 例えばヒト免疫不全ウィルス(HIV) 病の認知症
- 頭部外傷による認知症
: 交通事故などによる頭部外傷
頭部に長期間ダメージを受けるスポーツ
- アルコール性認知症

⑥ 若年性認知症

- 病名ではなく、65歳未満の年齢で発症した認知症のこと
- 有病率: 47.6人 (人口10万人あたり)
- 社会制度が高齢者に対するほどには整っていない
- 介護が必要になる前に、家庭生活の維持が困難になりやすい

2品目

認知症への対処

始まる前に　そして始まったら

あれ？

あれ？

何だったかな

何か大切なことだった
という

思いが残っているのに

何だったか

忘れてしまつて

気持ちが悪い

あれ？？

何だったかな

忘れたつてことは

覚えているのに

忘れたことが

何だったのか

忘れている

いやだね

何だったかな

認知症の経過と初期対応

前駆期

軽度認知症

中等度認知症

重度認知症

MCI:Mild Cognitive Impairment

- 認知機能が軽度に障害、認知症ではない
- 認知機能の低下の自覚がある、もしくは家族からの報告がある
- 生活機能はおおむね保たれている
(Petersen, R.C. et al.,1997)

MCI高齢者

- 1年内認知症進展率 5~10%
- 累積進展率 40%程度

健常高齢者に比べ

自発性低下 抑うつ 不安
焦燥 怒りっぽい

原因疾患により脳機能の障害が異なる
それにより予後も関わり方も異なる
認知症の発症を避けることは困難でも
不幸な認知症にしないことはできる
作業療法の役割はそこにある

認知症と日常生活

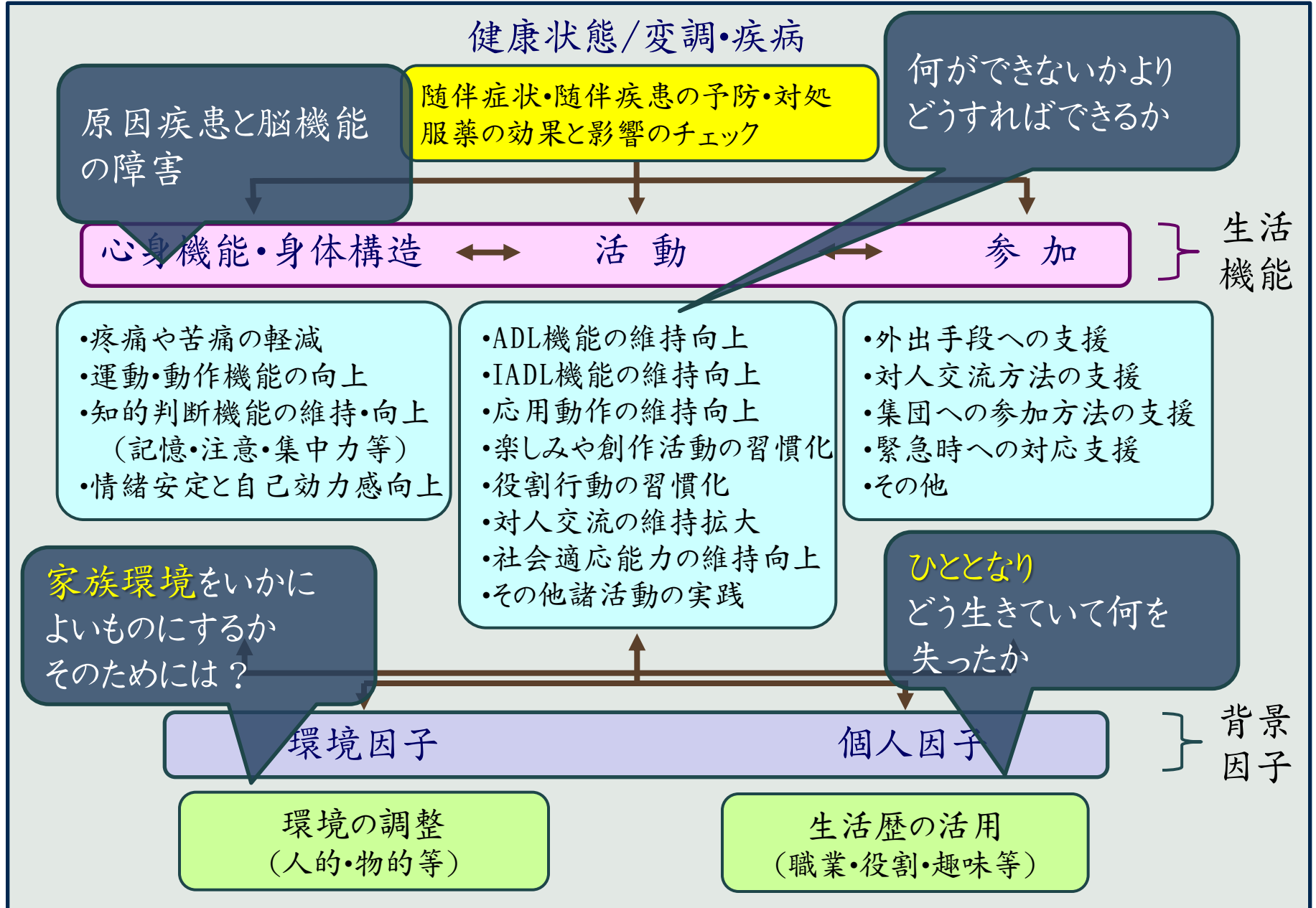
本人： 普通にしてきたことができなくなる

家族： 活動・参加の制限や制約が大きい

問題行動への対処 → 適応困難の悪循環

個別ケア
ICFの視点

ICFの視点から見る作業療法の役割



3品目

不幸な認知症にしないために

認知症の人を理解する

第1法則:記憶障害に関する法則

記銘力低下

話した, 見た, 行ったことを直後に忘れ, 同じことを繰り返す

全体記憶の障害

食べたことや見たことなど体験したことの全体を忘れる

記憶の逆行性喪失

現在から過去にさかのぼって忘れていく

第2法則:症状の出現強度に関する法則

認知症症状は最も身近な人に対して強く出る なぜ?

第3法則:自己有利の法則

自分にとって不利なことは認めない

第4法則:まだら症状の法則

正常な部分と認知症の部分とが混在

第5法則:感情残像の法則

行為・行動は忘れるが感情は残る

第6法則:こだわりの法則

ひとつのことにこだわり,説得,否定はこだわりを強める

第7法則:作用・反作用の法則

強く対応すると,強い反応が返ってくる

第8法則:症状の了解可能性に関する法則

すべての症状は理解可能

第9法則:衰弱の進行に関する法則

老化の速度は認知症のない人の約3倍

介護に関する原則

認知症の人が形成している世界を理解し,現実とのギャップを感じさせないようにする

物忘れの違い

健常者



認知症



普通の物忘れ

体験の一部を忘れる
進行しない
自覚している
生活に支障なし

認知症の物忘れ

体験の全体を忘れる
進行する
自覚が困難
生活に支障

生活に支障なし

生活に支障

だれにも起きやすい高齢期の心理的問題

身体機能の低下
定年などによる社会的役割の喪失
配偶者や兄弟, 友人などの喪失

死への不安
意欲の低下

個人差が大きい

ライフイベントの影響が大きい

個人的体験(結婚、出産、就職、独立)

社会的出来事(戦争、高度経済成長)

意欲の低下が起きやすい

認知症によって生じる心理的問題

認知症の人の心理的特性と対応

できない人とみなされるつらさ

できるはずなのにという焦り

環境の変化に対応できないいらだち

その人の人生経験や体験への注目

意欲へのはたらきかけ

世代間の交流の力

周辺症状の理解と対応

本人の気持ちや世界の理解がBPSD対応の第一歩

徘徊 妄想 粗暴行為 排便トラブル

入浴拒否 過食 異食

性的異常行動

火の不始末

不潔行動

その他

間違いと修正しますか？
言うとおりにしますか？
上手な嘘で切り抜けますか？
でも叱る止めるは効果がない
すべてに理由があります

周辺症状の理解と対応

たとえば夜間不眠:落ち着かず家族を呼ぶ

現在の年月や季節,自分がどこに居るのか,前にいる人が誰なのかなど,見当識障害にともなう恐怖

- ここは安心していただける場所だと本人が感じられるように
- 部屋も廊下を真っ暗にしない
- 人のいる居間で過ごすようにする
- お茶の時間の利用
- 時には添い寝をする

周辺症状の理解と対応

たとえば夕暮れ症候群:「家に帰ります」

今いるところは自分の家と雰囲気が違う
自分の家に帰らなければ、という気持ちになる

- 「ここがあなたの家」は通用しない
- お茶やお茶菓子「もう少しゆっくりしてってください」
- 「夕食をせっかく用意したので食べてってください」
- 「それでは、途中までお送りしましょう」

周辺症状の理解と対応

たとえば物盗られ妄想・被害妄想:「嫁が盗った」

「財布がなくなった」

「お金を盗まれた」

「大事な着物を嫁が勝手に着ている」

- 否定や非難をしない
- 一緒に探す
- 話題を変える
- 第三者に入ってもらう
- 見つければ「見つかってよかったね」

周辺症状の理解と対応

すべての現象の背景にある「何とかしなければ」

居場所のなさ
見捨てられ不安
言葉のくずれ
時間のくずれ
自我のくずれ

認知機能の低下
身体機能の低下
基本的な性格
環境
などが影響

住環境 人的環境

ここは安心 いても大丈夫
安心で なじみの環境に

4品目

伝え 伝わり

関わり関係

たとえばコミュニケーション

「ありがとう」が口癖に

ありがとうございます

若い人が頑張っていますから

ありがとうございます

お世話になつていますから

他に行くあてもありませんから

家族に迷惑がかかりますから

ありがとうございます

何を聞かれても

ありがとうございますという言葉が

口癖のようになりました

（ここはどうですか？

今日は楽しかったですか？

お元気ですか？

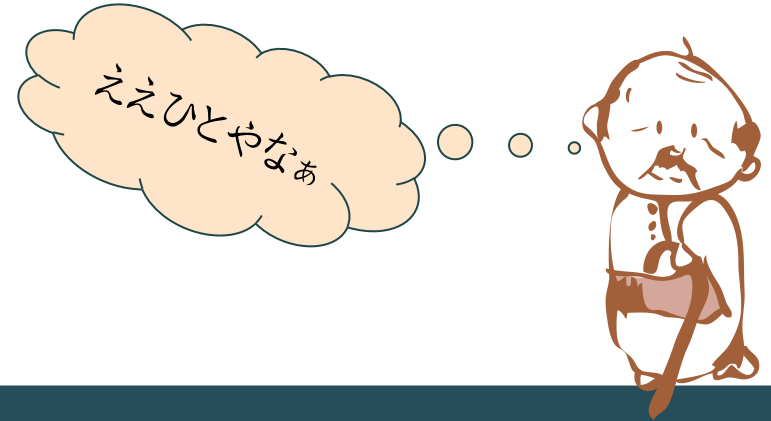
何かお困りのことありませんか？

ありがとう

少し一人にしてください

認知症高齢者と接するとき

本人が一番困っている



名前も関係も忘れても
快・不快の感情の記憶は残っている

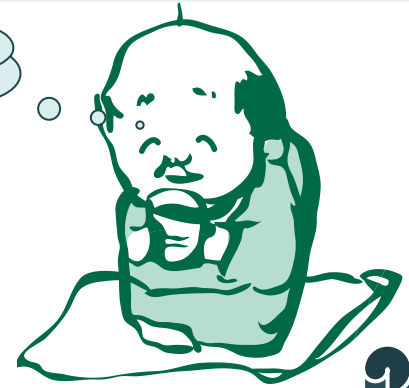
どうせ分からない, 伝わらないという思いがあると
それがかかわり方に表れる(一方的, 粗雑など)

↓

行動異常など周辺症状悪化の原因になる

たとえばコミュニケーション

なるほど



話し上手より聞き上手であることが大切

傾聴の技術には、三つの原則があります
その理由について考えてみましょう

- 相手の言うことを評価せずそのまま受け入れる（受容）
- 相手を感じていることを同じように感じる姿勢（共感）
- 分かった振り共感した振りをせず話を聞く（自己一致）

コミュニケーション

話し上手より聞き上手であることが大切



傾聴には技法があります
すべては話してから信頼を得るためのものです。

- ほほえみ（安心の贈り物）
- まなざし（話を聞く気持ちの表し）
- うなずき（話を聞いていることの知らせ）
- あいづち（気持ちがこもっていないとダメ）
- 繰り返し（話された要点を同じ言葉で繰り返す）
- 問いかけ（閉ざされた質問と開かれた質問）

伝え伝わりを生かす



ことばをモノとして

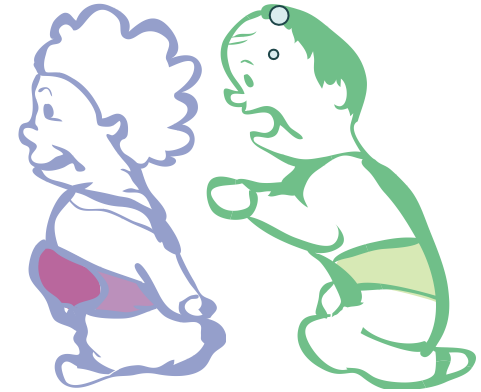
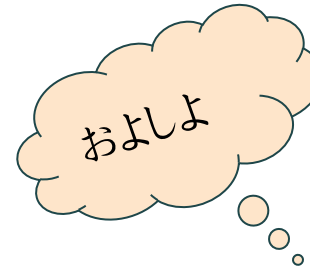
アイコンタクト
相手との距離 言葉の量
速さ 間合いの調整

モノを介して

所有物, 作品, 使用物に
投影された自己
拡張された自我

ことばをモノとして

- 手渡すことができるまで近づき
- 相手と目を合わせる
- 双方の態勢が整うのを待つ
- 相手の受け取り能力(覚醒度, 認知能力)にあわせて
- 手渡す「ことば」の量を考え
- 手渡す(話す)速さを配慮し
- 受け取る(聞く)準備ができたことを確認して
- 一度に理解できる量(内容)を手渡す(話す)
- 相手が受け取った(聞いた)ことを確認して
- 次の「ことば」を手渡す



声で

何を思っているのか
何がそんなに辛いのか
その人の気持ち
が
つかみきれないとき
なぜって

聞くことができないとき

そつと

そつと声でふれてみる

問わずに
訊かずに

そつと

声でふれてみる

そして

何かの

反りがあれば

その反りを

受けとめてみる

なにかがみえる

ことがある

5品目

作業で寄りそう

作業療法の得意技を生かす

認知症ケアにおけるアクティビティの効果

生活に必要な基本的機能の維持・改善
応用機能や社会的適応機能の再学習・習得

なるほど



普通に生活してきた人が、脳の器質的障害で認知機能に低下を来したのが認知症

- 生活の経験とそれに関連する記憶は残っている
特に手続き記憶
- 脳機能の維持, 改善が重要

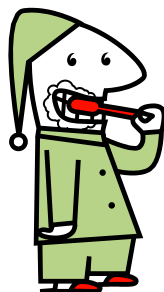
まず日常生活活動における関わりを

日常生活活動を用いるかかわりはアクティビティ・ケア
の基本

日常生活活動:Activities of Daily Living

日々の生活に欠かすことのできない活動

起居・移動 食事 排泄 入浴 更衣 整容



どの活動においても、どの工程でつまずき、どのような援助が必要かを見極めることが、援助の第一歩

どのような状態で行うかQOLに大きな影響

不快な思いをせずに生き生きと行えるよう

活動を強要せず活動を終えることより認知症の人の心に

日常生活活動は生活の基盤それが目的ではない

その基盤の上に楽しみややりがいのある活動を



人生を同定する回想をもちいて

回想をもちいたかかわり

{ 回想法
ライフレビュー

認知症の人への効果

情動機能の回復・意欲の向上

発語回数が増加

表情などの非言語的表現の豊かさが増加

集中力の増大

BPSDの軽減

社会的交流の促進

他者への関心の増大

支持的・共感的な対人関係の形成など

回想をもちいたかかわり

{ 回想法
ライフレビュー

職員への効果

個々の高齢者の生活史や生き方に対する敬意の深まり

グループメンバーの社会性の再発見

日常の接し方への具体的示唆

仕事への意欲の向上

個々に即したケアプランのための基礎的情報の拡大

世代間交流の進展など

時系列テーマ : 人生の発達段階に沿うものや歴史的な
時間の経過に沿うもの
非時系列テーマ: 行事, 昔の作業, 旅行, 季節
の変化, 近隣のことなど

本当は 認知症でなくても
人生の重ねの終わり頃は
日々の関わりはほとんどが回想と共にあるようなものです



音楽を上手に使おう

認知症の人とは以下のような共有体験としてのかかわり方が基礎となる

- ①相互に共感的感情のもと、慣れ親しんだ活動の再体験
- ②リラクセーション,癒される良質の休息
- ③対象者自身の主体的取り組みと対処
- ④音や音楽を用いる場を提供する者と利用する者との協力関係



鑑賞:感情移入による主観的情緒的な聴き方が中心

- うまく表現できない感情表現,感情表出を助ける
- 内なる創造的な活動を育む
- 自分の情緒に適した音楽を聴くことで気持ちが整えられる

音楽を聴く → 音として聴く+ 空気振動を全身で感じる

この身体で聴くことが,人の心身を弛緩させる

回想とカタルシス



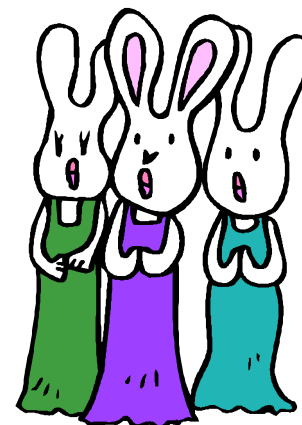
歌唱:身体が楽器

- 呼吸や心肺機能の維持・改善
- 嚥下構音機能の維持改善
- 身体的快感と弛緩によるリラクセーション

認知症による廃用性機能低下の防止

身体機能のリハビリテーション

歌唱によるかかわりは言語的かかわりでは得難い効力



演奏:奏でる感覚運動機能

- 呼吸や心肺機能の維持・改善
- 嚥下・構音機能の維持・改善
- 身体的快感と弛緩によるリラクセーション

音と動きによる発散

興奮(賦活)

心地良い緊張

癒し

リラクセーション

心と身体をコントロール



あなどれない散歩

生活活動に関連する活動や仕事・役割に関連する活動
などのような明確な目的を持たず, 最小限の能動性と
無目的に近い活動

散歩の最大の特徴は, 手軽さ

高度に自動化した運動(全身の筋骨格系の共同した働き)人の根
源的な生のリズムと密接に関連

中枢神経系をも含んだもので, 身体・精神を整える



lifle015 www.fotosearch.jp



kid04009 www.fotosearch.jp



料理には生活のすべてが

煮る, 蒸す, 焼く, 揚げる, 炒める, 素材に手を加え, 食べられるようにするため, 生活に必要な総合的判断が問われる

- 基本的な身体機能
- 両手動作, 目と手の協調性
- 段取り, 予測性
- さまざまな感覚の統合的判断
- 注意, 集中力
- 経済性, 計画性
- 問題解決能力
- 工夫, 創作性
- 家事役割の遂行

心身の基本的能力
応用的能力
社会的適応能力
の維持・改善

「つくる」「食べる」という行為

- 栄養の補給（基本的欲求の充足）
- 楽しみ, ストレスの発散, 気分転換
- 他者との交流の機会
- 関係の確認



日々の生活を構成する作業は関わりの宝の山

その他にも 植物とのかかわり 動物との関わり

人形とのかかわり 手工芸・芸術活動など

ひとと作業の原点に

作業をいとなみ 作業がつむぐ

ひとがひとにかかわり
ひとがひとをささぐえる
ひとがひとをささぐえる
ささぐえていたと思っていたら
わたしが
しつかりささぐえられていた
なんだか
うれしくなった

(作業療法の詩：青海社)