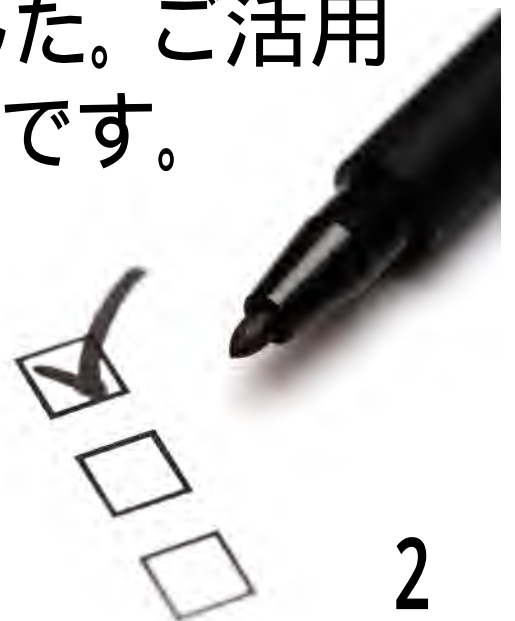


「みんなの連絡帳」

# 「支え手帳」活用のための 事例集

## 「事例集」の活用法

- 書くという行為は情報共有には必須ですが、多忙な中での労力は計り知れません。
- また何を書いたらよいかという戸惑いや多職種が目にするものだからこそその葛藤も生じやすいと思います。
- そこで、実際の「支え手帳」から事例集を作ってみました。ご活用いただけましたら幸いです。



## 「みんなの連絡帳」について

- 「みんなの連絡帳」を使うことで、気がねなく質問や気になることを伝えることができます。
- 行ったケア（薬の変更、その理由、予防接種、介護サービスの変更等）も記載ください。
- 介護者や援助職らの不安感・負担感を軽減する効果も期待しています。



# 生活がみえると



より**効果的な**援助が期待できる

# 確認ポイント



～以下のポイントに着目してみんなの連絡帳に書いてみましょう～

1. 病気(アレルギー含む)や薬の副作用の影響
2. 身体的要因の影響  
(痛み、排泄、栄養、睡眠、活動、味覚、聴覚、視力、口腔環境)
3. 心理的な要因の影響  
(怒り、落ち込み、不安、とまどい、悩み)
4. 環境の影響  
(音、光、寒暖、福祉用具、住まい)
5. 対人関係の影響  
(ご家族、友人、近隣、援助者との関係)
6. ご本人の性格、要望とのズレ  
(マイペース、せっかち、嗜好、生活習慣、生活歴)





# 事例1： 食事を取りたがらない



## 家族

食事を取ってくれない事や、歯ブラシも痛がったり～痛くないと言ったり～うまく行かないことの毎日でした。歯医者に通うのも難しいし……

心配…



歯科通院は難しいので訪問診療を試みた！  
上の歯も義歯であることを息子は初めて知った！

## 在宅医療

歯磨きがうまくできていなかった。  
何年も義歯を外さずにいたことで、食べ物  
が粘着役になり中々外せずにいた。  
ゆっくり治療していきましょう！  
美味しい物が食べられる様にしよう！

まかせて！

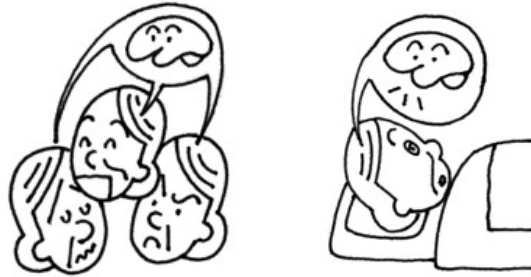
**原因と結果**：義歯が合わず、義歯との間に食べ物がつまり、炎症で痛みを伴っていました。患者状態が事前に伝わっており、多めのスタッフで対応され、無事に義歯の調整、治療にいたりしました。

**ポイント**：如何に栄養摂取していただくかに目がいきがちです。認知症の人は痛みを表現できないことがあります。特に口腔内は忘れがち。在宅医療実施歯科診療所を調べておきましょう。口から食べることは、生きる力になります。



## 事例2：その人らしさ

### 家族



デイサービスから帰ると、とても不機嫌。ご飯をかきこみ、電気を消して寝てしまいます。家族が電気を点けると怒鳴ります。家族はぴりぴり。

外と家のギャップ

### デイサービス



気づき

お腹が空いていたり、**疲れて**帰宅しているのかも。おやつを増やし、ゆっくり午後を過ごしてもらおう！

**原因と結果**：帰宅直後の様子が**デイサービスに伝わり**、ケアを見直すきっかけになりました。その後、自宅に帰ってからのイライラは少しよくなったようです。

**ポイント**：外で頑張ることは、社会性の保持につながります。わが家が安心できてほっとできる場だからこそそのギャップのあらわれだったのでしょう。家族の生活も大事です。

行動の意味を理解し、**頑張りすぎないこと**が長続きの秘訣です。

### 事例3： 介護者の困りごとを 理解する



毎日、電車に乗り外出。自宅では、部屋をうろろ、お酒を飲む日々。困った妻が診察室に日々の記録をしている介護日記を持参しましたが、先生に読んでもらえず。「支え手帳」を導入してから・・・

かかりつけ医

なるほど。  
薬を変更して  
みましょう。




妻

困っている事が  
先生に伝わるよう  
になったみたい。

**原因と結果**：介護の思いを全て診察室で伝えることは難しいものです。「支え手帳」は簡潔に要点が記載され活用されやすい。妻も困りごとの整理ができたようです。

**ポイント**：医療は介護がわかり、介護は医療がわかる。そのことが生活のしやすさに繋がります。





## 事例4： ケアプランの見直しに 繋がったケース

家族

夜間いつまでも起きていて、引き出しを開けたり閉めたり～外して投げたりガタガタしていて全く寝てくれない。夜眠るように、薬の処方をして欲しい。

困ってます



医療からの  
確認

専門医



昼間って～何をしていますか？

昼夜逆転した生活の見直しをしよう！

**原因と結果**：昼間の活動量が少ないために、夜間の睡眠が途切れやすかったようです。専門医から、「昼間の活動量」を増やすようにとのアドバイスで、ケアマネジャーはサービス提供を見直しました。

**ポイント**：睡眠の問題の背景には、生理的变化、日中の活動不足、早すぎる就床、お茶やコーヒーなどのカフェイン、薬剤、かゆみや疼痛などの身体状況など多くの要因があります。安易に薬の処方を求めず、問題の背景にある理由を考えることがポイントです。



## 事例5：生活状況の情報が共有できなかったケース

### デイサービス

今日も穏やかに過ごしました。楽しく歌を歌いました

### ショートステイ

帰りたいという話はありませんでしたが、笑顔で過ごしました。



### 妻のつぶやき

自宅にいる時だけ、朝から晩まで落ち着かない夫。私の介護がそんなに**悪い**のかしら？イライラする！

本人は落ち着かなかったが、妻には心配かけない方が良さそう

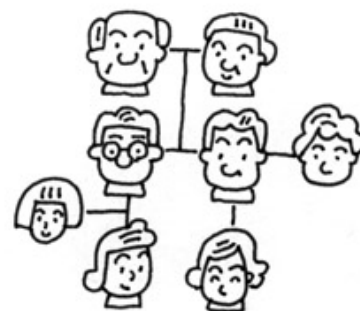


**原因と結果**：デイサービス、ショートステイでも、かなり落ち着かない事がありました。家族が不安になると思い、良かったことを中心に書いていたのですが、知らず知らず妻を苦しめていたようです

**ポイント**：病気によって「できない事」を共有する事も大事です。介護のプロでも対応が難しい事もあります。一緒に考えるきっかけになるといいですね



## 事例6： 「支え手帳」が活用 されない



息子と二人暮らし。  
困っている時に「手帳」が発行されました。  
その後デイサービスも軌道にのり、介護  
体制も落ち着きました。

息子

あれ？手帳か……。  
家のどこにあるんだろう？  
今は落ち着いているし、  
書くこともないなあ。



ケアマネジャー

そう言われては  
「支え手帳」を探し  
て下さいといいにく  
いなあ

**原因と結果**：困った時だけ手帳を活用すれば良いと思ったようです。定期的に記録する習慣がなかったようです。久々だと確かにどこにあるか分かりにくいですね。

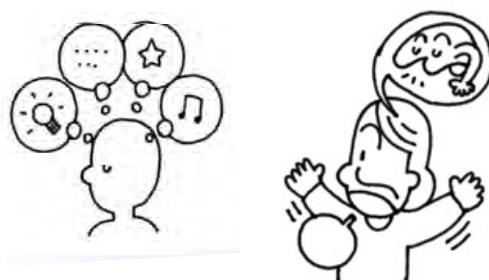
**ポイント**：現在**落ち着いている事**を記録することが、次に困った時にも貴重な情報になります。今の状態を是非記録していきましょう。大切な人を「支える」手帳です。



## 事例7： 周囲の人のかわり

### デイサービス

- ・興奮した時に少しの時間を置き対応したら穏やかに受け入れていただけました。
- ・幻視症状が見られた時に『何か見えていますか・・・』声かけをするとほっとした表情が見られました。



### 家族



時間に追われることが多く自分の都合で強引に介助をして怒らせてしまいます。私も出来るときは気持ちにゆとりを持って接してみます。

**原因と結果**：デイサービスで穏やかにすごせた状況から家族が日常のかわりを**振り返る**きっかけになりました。

**ポイント**：自宅、デイサービスでの様子のキャッチボールから、**対応のヒント**を得ることができます。より多くの情報の共有は大切です。新たなサービスの導入や施設入所の際にも**手帳の情報**が活かされます。



## 事例8：薬の副作用

かかりつけ医では、糖尿病や高血圧などの薬と、抗認知症薬も処方されている。家族の訴えにより、興奮を抑える漢方薬や抗精神病薬が処方された。

家 族

認知症が進むのは困る。  
認知症は薬を飲めば

**治る**のでしょ！



専門医

抗認知症薬の効果は認知症の治癒ではなく進行抑制というわかりにくい効果にすぎません。でも副作用はあります。焦燥や不眠も生じることがあります。副作用かもしれないので、かかりつけ医にお手紙書きますね。

**原因と結果**：興奮や焦燥は抗認知症薬の副作用によるものだったようです。薬の中止によって患者のイライラは解消されました。

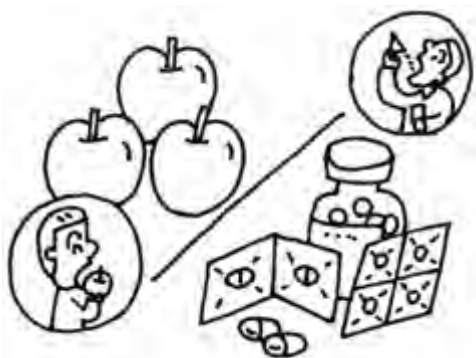
**ポイント**：薬の効果には限界があります。薬を中止する勇気も大切。変化の背景には薬の副作用も疑いましょう。**関係機関**で検討していくことが大切です。

## 事例9：残薬



保険薬局薬剤師

薬の飲み残しはありますか？  
ご本人が薬が沢山**余っている**  
と言っていました。。。



ケアマネジャー

実はうまく薬が飲めず、  
残薬があるんです。

**原因と結果**：ケアマネジャーは残薬の事が気になっていました。**薬剤師**が自宅訪問し、かかりつけ医にも相談してくれた事で、薬が一包化され、一日一回の内服となりました。

**ポイント**：薬剤師の介入で残薬の整理ができました。保険薬局薬剤師さんとの情報交換はとても大切です。在宅に訪問してくれる薬剤師さんを知っておきましょう。



## 事例10:ひとりで歩きまわり、帰れなくなってしまったケース

家族

夕方から外に出て行ってしまい、高速道路を歩いていたと警察が夜中に送ってくれました。今日のデイはゆっくりと過ごせるようにしてください。



デイサービス

それは大変！ケアマネジャーらとも相談し、支援関係者とも相談し何ができるか考えていきますね。



**原因と結果**：歩きまわることが始まったことが、関係機関で共有されました。ケアの体制を見直すきっかけになりました。

**ポイント**：認知症の人は、地誌的見当識や視空間認知の障害により道に迷ったり、何か思い出して不安になり結果として歩きまわってしまったのかもしれませんが、「歩きまわる = 認知症の症状」ではなく歩きまわりたくなる理由を関係機関で考えましょう。



## 事例11:元気がない



ヘルパー

いつもと違って口数が少なく  
元気がないように感じました。  
お通じきちんと出ていますか？

家族

確かに、このところ  
**便秘気味**かもしれません。



**原因と結果**：その後、かかりつけ医から緩下剤が処方され、便秘が解消し、また元気でおしゃべりな姿が見られるようになりました。便秘でお腹が張っていたようですが、自分の症状をはっきりと言えず元気がない様子になっていたようです。

**ポイント**：身体の不調が上手に表現できなくなっていることも理解しておくといいですね。



## 事例12： お風呂に入らない



ヘルパー

元々お風呂が好きではなさそうでしたが、お風呂に入ってくれなくなりました。言えば言うほど、拒否が強くなって、嫌われてしまいそう。



訪問看護師

寒いのが苦手な方です。もしかすると、脱衣所が寒くないですか？手足が冷たいので、お風呂で温めることを伝えても良いかもしれません。



**原因と結果**：訪問看護師の助言で、脱衣所を暖かくしてご案内したところ、お風呂の拒否がなくなりました。お風呂上がりは手足が温まり、気持ちよさそうです。

**ポイント**：ご本人の行動には意味があります。介護者のペースではなく、何故その行動をするのか、意味を考えることも大切です。



## 事例13: 物盗られ妄想



### デイサービス

最近、「お金を盗られた」という言葉が聞かれますが、ご自宅で困っていませんか？

### 家族

実はお葬式のお香典を出してもらったら、「親戚が盗った」と言い張って困っています。

### ケアマネジャー

デイサービスの様子や対応について具体的に教えてください。ヘルパーさんの関わり方も工夫が必要です。



**原因と結果**：ご家族が悩んでいた「物盗られ妄想」の対応は、いろいろなシーンでの工夫を聞くことで対応ができるようになりました。

**ポイント**：ケアマネジャーがヘルパーへ情報提供することで、先回りして対応を工夫することが可能になります。



## 事例14： 車の運転をやめさせたい

家族

いよいよ車の運転をやめさせたい。本人が怒ってしまうのでやめさせられません。車の運転が楽しみなのでかわいそう・・・。



ケアマネジャー



かかりつけ医は、車の運転をしていることを知っていますか？



家族

先生に車の運転のことを話したことがありませんでした。

**原因と結果**：認知症と車の運転の悩みはよく耳にする話です。かかりつけ医から話をしてもらうことで、運転をやめることに繋がりました。

**ポイント**：日常生活のどこまでを、かかりつけ医に相談するのか悩む家族は少なくありません。運転などは事故に繋がる可能性もあります。役割を分担しながらご本人に話す人を決めるのもひとつです。



## 事例15： 食事を食べていないと言う



家族

たくさん食べたのに、何も食べていないと言います。

デイサービス

食事の後に、少しゆっくりお茶を飲んで食後を楽しんでもらっています。すぐに下膳せずに、ご家族も一緒に過ごされたらどうでしょう。

ショートステイ

夕飯の後は、やることがないと落ち着かない様子なので、お茶を何回かに小分けに出して飲んで頂いています。その後、歯磨きを勧めています。



**原因と結果**：食事の後はすぐに片付けをしたかった家族でしたが、一緒にお茶を飲むようになりました。テレビを一緒に見て会話をすることで、にこやかになり食事の要求がなくなりました。

**ポイント**：家族がゆったりと過ごしたのもよかったです。家族の対応がご本人にも影響します。ケアの方法をみんなで共有することは大切です。



## 事例16:

「支え手帳」を継続  
使用していきましょう

デイサービスを週4日利用していましたが、一人暮らしのため手帳を持参できず、一日を通しての生活の情報共有が出来なくなっています。



支えるための大事な情報がたくさん書かれている手帳ですが、紛失することを考慮し、**氏名欄はニックネームや愛称**を記載します。

**原因と結果**：独居の為、本人が手帳の携帯、管理をすることができなくなり、大切な日常の様子の情報共有が困難になったようです。

**ポイント**：一人暮らしの認知症の人は増加することが予想されています。手帳を持参できない方もおられます。あらかじめ記入用紙を関係事業所に配布するなど、支援にかかわる多くの事業所で記載が出来るよう工夫することが必要になります。定期的に情報を統合する方法を考えていくことができると良いですね。