



北海道福祉人材センターでは、一般社団法人北海道介護福祉士会の協力を得て、福祉・介護に関する基礎知識や日常に役立つ情報を定期的に発行しています。



## 今月のテーマ 「介護のワンポイント」

### 「認知症から考える介護」

一般社団法人北海道介護福祉士会 理事 川越 聖士 氏  
和みの郷 ケアサポート共和 介護福祉士

#### ■はじめに

現在、日本では医療の発展と共に国民の高齢化が進んでおり、身体は元気でも認知機能の低下により認知症といわれる方が、高齢者人口の約5人に1人と言われる状況になっています。

中には認知症というだけでマイナスにとらえてしまい、本人も周りの家族もどのように接すればいいのかわからずに不安を抱いたまま過ごしてしまう事もあります。

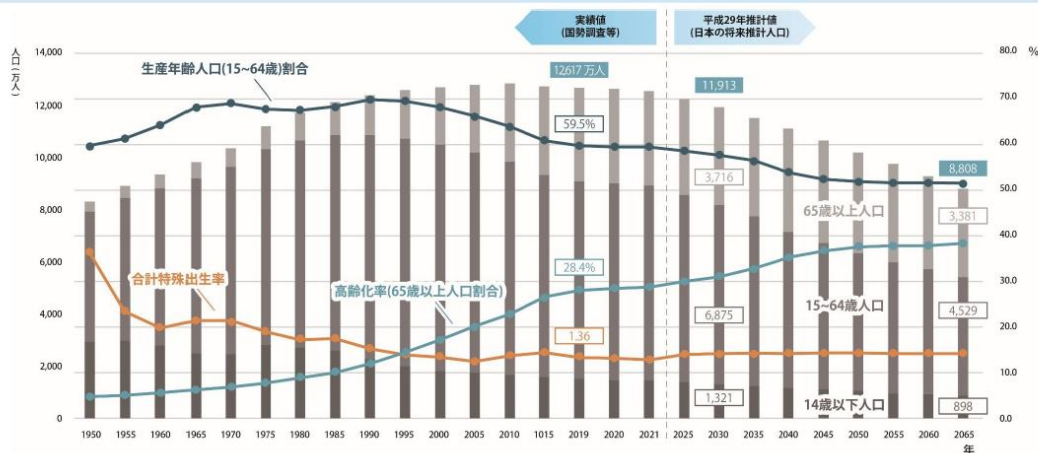
そこで、今回は認知症とは何か、どのように接すればいいのか、などを紹介させていただきます。

#### ■日本の人口から見る認知症高齢者の数

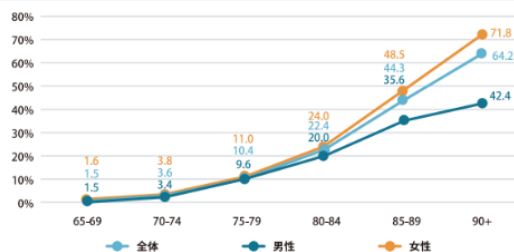
現在の日本の人口は出生率の低下により、約1億2000万人と減少しており、このままいくと2050年頃には1億人を下回る予測となっています。そして、いわゆる「団塊の世代」といわれる世代(1947～1949年頃生まれ)の割合が大きくなり、少子高齢化が進行する状況となっています。

#### 日本の人口の推移

○ 日本の人口は近年減少局面を迎えている。2065年には総人口が9,000万人を割り込み、高齢化率は38%台の水準になると推計されている。



## 年齢階級別の認知症有病率について



日本医療研究開発機構認知症研究開発事業「健康長寿社会の実現を目指した大規模認知症コホート研究」  
 認知症調査を行った福岡県久山町、石川県小松市、愛媛県喜多郡大久保町における認知症有病率調査結果 (解析対象5,873人)  
 研究代表者二宮利治 (九州大学大学院 提供のデータより作成)

(括弧内は65歳以上人口対比)

「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」  
 (平成26年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業九州大学二宮教授) を元に推計

### 認知症の人の将来推計について

年	平成24年 (2012)	平成27年 (2015)	令和2年 (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和22年 (2040)	令和32年 (2050)	令和42年 (2060)
各年齢の認知症有病率 が一定の場合の 将来推計 人数/率	462万人 15.0%	517万人 15.2%	602万人 16.7%	675万人 18.5%	744万人 20.2%	802万人 20.7%	797万人 21.1%	850万人 24.5%
各年齢の認知症有病率 が上昇する場合の 将来推計 (※) 人数/率		525万人 15.5%	631万人 17.5%	730万人 20.0%	830万人 22.5%	953万人 24.6%	1016万人 27.0%	1154万人 33.3%

出典

「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」 (平成26年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業九州大学二宮教授)  
 (※) 久山町研究からモデルを作成すると、年齢、性別、生活習慣病 (糖尿病) の有病率が認知症の有病率に影響することがわかった。  
 本推計では2060年までに糖尿病有病率が20%増加すると仮定した。

表にも記載があるように、現在で約700万人、高齢者人口の約5人に1人は認知症であり、そして今後さらに増加していくことが推計されています。



※厚生労働省 R5.4.19「認知症 参考資料」参考

## ■認知症とは？主な種類

認知症とは様々な病気などにより、脳の神経細胞の働きが徐々に変化し、認知機能(記憶、判断力など)が低下して、社会生活に支障をきたした状態をいいます。また、認知症と診断されなくても「MC I (Mild Cognitive Impairment)」という記憶障害などの軽度の認知機能障害は認められるが、日常生活にはあまり支障がないため、認知症とは診断されない状態もあります。(MC I の内、年間10~15%が認知症に移行するとされている。)

それでは認知症はどのような分類があるのかをみていきます。主に4つの分類があり、どのように起こるのか、主な症状は次のようになります。

アルツハイマー型認知症	血管性認知症
脳内にたまった異常なたんぱく質により神経細胞が破壊され、脳に委縮が委縮する病気	脳梗塞や脳出血によって脳細胞に十分な血液が送られずに、脳細胞が死んでしまう病気
【症状】 昔のことはよく覚えていたが最近のことは忘れてしまう。軽度の物忘れから徐々に進行し、やがて時間や場所の感覚がなくなる。	【症状】 脳血管障害が起こるたびに段階的に進行する。障害を受けた部位によって症状が異なる。
レビー小体型認知症	前頭側頭型認知症
脳内に溜まったレビー小体と呼ばれる構造物が脳などに出現し、脳の神経細胞が破壊されておこる病気	脳の前頭葉や側頭葉で神経細胞が減少して脳が委縮する病気
【症状】 現実にはないものが見える幻視や、手足が震えたり筋肉が固くなるといった症状が現れる。歩幅が小刻みになり、転びやすくなる。	【症状】 感情の抑制がきかなくなったり、社会のルールを守れなくなるといった事が起こる。

この中でアルツハイマー型認知症が約7割、次に血管性認知症が約2割、その後にレビー小体型認知症、前頭側頭型認知症と続きます。また、この4つ以外にもアルコール性、混合型などと種類があります。

## ■認知症ケアの基本

認知症ケアでは「尊厳の保持」が一番の基本となります。

認知症だからといって「何もわからなくなった」というわけではありません。その場に適していない言動がみられることもありますが、そこにはその人なりの意味や世界があります。

先ほどの項目でも挙げましたが、認知症は「社会生活に支障をきたした状態」をいいます。逆にいうと、生活に支障を生じさせないようにするには、今の生活をできるだけ続けられるように支えることが大切だといえます。つまり、認知症ケアの本質は、認知機能の特性を理解し、認知機能が低下しても、安心して暮らせる生活環境や理解ある社会が必要であり、そこから「尊厳の保持」へと繋がっています。

## ■利用者本位の考え方

例えば、日常生活の場面を想像してみてください。みんなで外出しているときに、突然一人が「帰りたい」と言ったら「何かあったのかな?」「状況はどうなのかな?」と色々と考えます。一方で入院している方が「帰りたい」と言った場合、色々な職種の方が専門的に考えます。

認知症の方が「家に帰りたい」と言った時、特有の症状として捉え、本人の話を聞かずに「なにいつてるの」、「ここにいないといけませんよ」など、こちらの都合や必死に帰ることのできない状況を作り出していませんか?「帰宅願望がでた」など一言で片づけていませんか?その状況がエスカレートすると不適切なケア、虐待行為へと繋がってしまう恐れがあります。また、認知症の方はすべてを忘れるわけではありません。嫌なことは具体的に覚えていなくとも強く残り、次には関連することを嫌がるといった悪循環にも陥ります。



まずは本人に寄り添って「どうしましたか」と話を聞くところから始め、「他者との関係」「家族のこと」、「環境」、「身体の状態」など、様々な視点からケアを行うことによって「人としてここに存在していて良い」という価値（自尊心）を高めることは利用者本位の支援として考えることが必要です。

## ■まとめ

認知症は高齢者だけではなく、65歳未満で発症する「若年性認知症」と呼ばれるものもあります。若年性認知症の発症年齢は平均 54 歳と若く、「だれでもなり得る」と考えられており、決して他人事ではなく、自分自身、いつなってもおかしくないものです。

しかしながら、本人や家族などは認めたくない気持ちがあり、なかなか周りの人に相談できずに悩んでしまうことがあります。その際は、地域包括支援センターや認知症カフェ、認知症と家族の会などに相談し、共有することも大事です。

正しい知識を身につけ、その輪を広げていくことによって今後の日本のより良い社会への実現へと繋がると思います。

## ■読者へのメッセージ

介護の現場は気持ちや技術・知識を継承していき、その人の「尊厳」を守っていくことだと思います。

現在、介護では ICT 活用や様々な改正などによって徐々に働きやすい環境が整ってきています。皆様と福祉の現場でともに切磋琢磨しあえる仲間になればと思います。





【施設の紹介】 株式会社ケアサポート 和みの郷 ケアサポート共和

種別：認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

開設：平成 29 年 11 月 16 日

職員数：14 名

HP：<https://hokkaido-cs.com/pages/37/>

経営理念

- ◆『社会的信頼』を念頭に置いた、健全な経営に努める
- ◆事業運営の責任と義務を全うし、期待に沿う経営に努める
- ◆利用者サービスの質の向上に努める
- ◆いつも活気に満ち、生き生きとした環境作りに努める
- ◆いろいろな価値観を見出せる人格形成に努める

介護事業理念

- ◆利用者様の立場になって考える
- ◆利用者様の人生、価値観を理解する
- ◆利用者様の人権を尊重し、その人らしい生活を支援する
- ◆利用者様の心、身体を傷つけるようなことはしない
- ◆家族・地域との連携を考え、住みよい地域社会を目指す
- ◆法律やその他の基準を遵守する



一般社団法人 北海道介護福祉士会

介護福祉士の職業倫理の向上、介護に関する知識技術・経験を深めて資質向上を図り、北海道の福祉の推進に寄与している団体です。 ★ 新入会員募集中 ★



ホームページ  
はこちら



入会のご案内  
はこちら

TEL&FAX 011-222-5200



左記期間、北海道福祉人材センターの窓口業務を停止させていただきます。  
何卒ご理解の程よろしくお願いいたします。  
皆さま、よいお年をお迎えください。

「ふくし・かいご通信」をお読みいただきありがとうございます。

皆さまからのご感想をお待ちしております！



ご感想入力フォーム

北海道福祉人材センターでは、福祉職場への就職に関する相談を随時受付けております。(土曜、日曜、祝日、年末年始を除く)

TEL 011-272-6662

発行：社会福祉法人北海道社会福祉議会  
北海道福祉人材センター