

ケアマネジメン トの仕事術

vol.
1

アセスメント①

アセスメントの目的と手法



皆さん、はじめまして！高室成幸です。
今月号から「ケアマネジメン」の仕事術「エッセンス版」を始めます。この連載では、ケアマネジャーの皆さんが「ちょっと知りたかった」「それだっから使ってみよう」と思えるようなテクニックやノウハウをお伝えします。

でも、サービス提供責任者や生活相談員の皆さんも必見！この連載はケアマネジャー向けを謳ってはいますが、内容は介護現場の方にも使えるノウハウも満載です。ぜひともお読みいただければと思います。

シリーズのはじめは「アセスメント」です！

◆アセスメントは認定調査とは違う

当たり前のことですが「74項目の要介護認定調査」は必要とされる介護の量(時間)を要介護度で示したものです。

主に日常生活行為(ADL)について「できない」「自立」「一部介助」「全介助」を調査し「現在の状態」を評価するものです。なぜそうなっているか(阻害要因)の分析や以前の暮らしぶりを聞き取ったり、今の不安やこれからの暮らしへの意向を聞き取るわけではありません。まずはそこを理解しましょう。

※認定調査員も兼務するケアマネジャーさんたちのアセスメントが、ややもすると認定調査的になりがちになっている？懸念が……。



◆アセスメントは何のためにやるの？

ここで注意したいこと、それはアセスメントとは、利用者(家族)の情報を単に収集(把握)することではない、ということです。私はアセスメントを次のように定義しています。

情報収集で得た「現在」の利用者(家族)の状況と「これまで」の暮らしぶりから、「これから」の生活への意向と解決すべき課題(ニーズ)を明らかにし、阻害要因を分析し、その解決・達成のための手段(方法)を考える過程(プロセス)。



◆総合的に把握し「5つの軸」で整理する

そしてアセスメントは、利用者の方の情報を収集だけでは不十分だということです。同居・近所・近隣・遠距離にかかわらず、介護にかかわる家族の心身の状態から家族間の人間関係、介護力・家事力および就労状況も把握する必要があります。

そして居住環境(居室、屋内、屋外)、地域環境(周辺の地理、交通量、近所との距離)なども大切な情報です。

これらを「総合的に把握し」5つの軸で整理します。

5つの軸

- 1 している、していない
- 2 できる、できない
- 3 できそう、できなくなりそう
- 4 やりたい、やりたくない(やめたい)
- 5 危ない・危なくなりそう

次がとても大切なポイント。それはこれらに影響している「阻害要因」と「本人の強さ(意欲、能力)」を明らかにし、解決すべき課題(生活ニーズ)を抽出することです。

課題が整理できれば、次にやる作業は「優先順位づけ」です。ケアプランに位置づけるために必要な作業です。これも5つの視点があります。

5つの視点

- 1 利用者が困っている事、望んでいる事
- 2 本人が前向きに取り組めること、効果が見込まれるもの(プラス面に着目)
- 3 生活ニーズのなかで「複数の悪循環をつくり出す阻害要因」となっているもの
- 4 生命・健康及び体調の維持や衣食住などの生活の基本に関係しているもの
- 5 生命の危機、権利侵害などのリスクが見込まれるもの

◆隠れたニーズに着目する

ここで注意したいのは「隠れたニーズ」があることです。利用者(家族)によってはニーズだと自覚されていない場合もあれば、ニーズだが利用者(家族)が隠している(話したくない)という場合もあります。

そのうえ心身の機能低下がさらに進んだり、夏や冬などの気温差によりそこでニーズが明らかになってくることもあります。

◆アセスメントの手法・・・「聞き取り」

利用者いきなり意向を質問しても、答えられないものではありません。インタビューの

時に「これまでの暮らしぶり」と日常生活での困り事や心配事をあらかじめ聞き取っておきましょう。

その流れで「希望する暮らし」「取り戻したい暮らし方」などを聞き取ります。

- 「これからの生活で望むことはなんですか？」
- 「やってみたいことはどういうことですか？」
- 「自分なりにできそうなことはなんですか？」
- 「介護サービスやご家族などかかわる人にとっての望まれますか？」

しかしできなくさせている阻害要因が解決されないと、いくら「何をやりたいですか？」と質問しても本気で答える気持ちにはなれないでしょう。そこで仮説質問を使ってみましょう。

- 「もし仮に膝の痛みが軽くなったらどこにお出かけされたいですか？」
- 「もし仮に〜ができるようになれば、何をされたいですか？」



◆利用者の「強み」に着目する

アセスメントで注意したい点のもう一つは「できないこと」に着目しすぎることです。誰にも短所はあります。でも、そればかり質問されて、気分はいいでしょうか？ つい申し訳ない弱気な自分をさらすことになりません。

でも長所（強み）ならどうでしょう。本人（家族）は自信をもって話せるし、自己肯定感も上がろうというものです。

- 「している・・・」自分で〇はされているのですか？
- 「やりたい・・・」自分なりにどういうことがやれるようになりたいですか？

利用者の答えに「それはいいですね、そのお気持ちはとてもすばらしいと思います」などと、本人の「強み」を皆さんが言葉で応援することを利用して（家族の「自己評価」を高めることができます）。



◆アセスメントの手法・・・「観察」

アセスメントで大切なもう一つの手法が「観察」です。利用者（家族）とのやりとりを「言葉」だけに頼っているのは真の困り事やニーズは見えませんが、何を観察すればよいでしょう。

- 本人・・・表情、顔色、肌の状態、目力、態度、服装、ADL動作、IADL動作、言葉への反応など
- 家族・・・表情、顔色、目力、態度、服装など
- 屋内・居室内・・・清潔度、散らかり具合、家具やモノの配置、台所、トイレ、ゴミの量など

特に認知症や高次脳機能障害などで、言語障害や失語症などのために「言葉」でやりとりできない利用者のアセスメントでは、観察手法が重要になってきます。

ムロさんのまとめ

その① アセスメントは5つの軸で行う

その② 「隠れたニーズ」に着目する

その③ 「本人の強み」に着目する



監修

高室成幸（たかむろしげゆき）氏

ケアタウン総合研究所 代表
《HP》<http://caretown.com>

京都市生まれ 日本福祉大学社会福祉学部卒。

「分かりやすく元気ができる講師」として全国のケアマネジャー、地域包括支援センター、相談支援専門員、社協職員、施設職員向けの研修に定評がある。テーマはケアマネジメント、モチベーションから高齢者虐待、個人情報保護、施設マネジメントまで幅広い。

著書・監修書多数。業界紙誌への寄稿も手がける。近著は『ケアマネジャーの会議力』（中央法規出版）。



ケアマネさん「元気だして、相談室」

vol. 1

今月の悩めるケアマネさん

利用者の方の意向の聴き取りに苦労しています。何をされたいですか?と問いかけても、決まり文句のように「これで十分です、何も特にありません、ありがたいです」としかお話しされません。しつこく聞こうとすると黙られてしまうこともあって…。

でもそんなことないと思うんです。皆さんなにか希望をもってらっしゃると思うのですが、「家族に遠慮されているようにも思うときもあります。どうしたらご本人の意向を聞けるのでしょうか。」

M・Tさん 女性 ケアマネ歴3年
特定居宅



ムロ先生の「お答えします」

「特にありません」しか利用者の方が答えてくれない、という悩みはよく聞きます。おそらくあなたの問いかけは「これからどうしたいですか?」ばかりを尋ねているのではないのでしょうか。ご本人は「どうしたいもこうしたいも、この痛みをなんとかしないと無理なのよ」が本音なのかもしれません。まずは「どのようなお困りごとがありますか」と問いかけて、本音を十分傾聴しましょう。

そして「もしその腰の痛みが多少楽になったら、何をされたいですか?」と問いかけてはどうでしょう。完全に治るといって表現は控えましょう。本人の願いや意向をさまざまにしている要因(痛み、つらさ、しびれ、だるさ、不安、あきらめ、恐怖など)に寄り添い、そこからいっしょにどうすればよいかを考えること、それを試みてみましょう。



現場で役に立つ「ミニ知識」

実地指導の心構え

実地指導と耳にすると、つい「背筋がピン」とする人も多いのではないのでしょうか。介護サービスでは「記録」の有無が特にチェックされます。それは記録がない＝サービス提供の事実が確認「できない」とされるからです。

介護サービスの基本の流れは「計画」(プラン)によって実施され、「記録」によって確認・報告がされることになっています。実地指導では、これらの記録類をもとに監督指導がされます。もし作成と保管がない場合は大変です。サービス提供の事実(根拠)が示せないわけですから、介護報酬の返還指導ということもなりかねません。

保管の期間も「完結の日から2年間」とされていますが、これは「サービスが終了した時点から起算して2年」という意味。つまりサービスの利用が続いているなら何年も処分できません。しかし請求書などの効力は5年なので、一般的に5年間は保存しましょう。ただし市町村によって異なるので確認しましょう。

福辺流 力を引き出すための介助

vol. 14

力を引き出すための触れ方・持ち方・支え方

介助者は、日常の介助の中で何気なく対象者の体に触れますが、「触る」「触られる」ことは、実は大きな緊張を伴う行為です。

今一度、基本の触れ方・持ち方・支え方を見直してみましよう。

◆触れ方

介助とは、どのように相手と接するかです。「触れる」とは接する、接点を持つことです。相手の体と自分の体が接触していて、圧力や加速度をほとんど感じない状態が「触れる」です。

対象者に動いてもらうには、必ず「触れている」時間が必要です。力は加わっていないけれど、確かに触れられている感覚を対象者が知覚できれば、動きを誘導することができます。対象者の腕を持つたり掴んだり引つ張ったりしてしまう時は、「触れる」「支える」ができていない時です。声かけをして相手に触れた時点で、その介助が相手に心地良いか、良くないかが、もうすでに決まっています。

《指で触れる時》

指を少し反らすようにして、DIP関節（一番指先の関節）を中心にした面でタッチします。ソフトでどの方向に誘導されているのかが



対象者によく伝わります。指先で触られた時のような鋭さや違和感はありません。



また、対象者との距離も大切です。介助の基本（2016年9月号）でお話したように、中くらいの「前にならえ」をした距離で、肘が20cm程度（握りこぶし2個分）体から離れている程度（構えの姿勢）が理想です。近過ぎたり離れ過ぎたりしないようにしましょう。



◆持ち方

介助者は構えの姿勢から、指の力を抜き、スナップを効かせるように手首を親指と手の甲のほうに折ります。

その手の状態で、対象者の上腕に、介助者の手掌全体を当てます。すべてが同じ圧で当たるように意識しましょう。

手掌全体で、対象者に「触れる」「支える」と言ったほうが感覚的に近いかもしれません。いわゆる「持つ」「握る」とはかなり違います。



注意 相手を持ち上げたり、押ししたり、引いたりしないように注意しましょう。



《例・腕を伸ばす介助》

介助される人の腕を支えることで、腕の動きを出していく介助です。

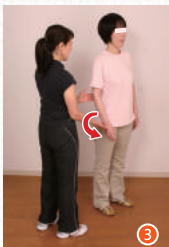
離れたところにある手すりや食器を持つ、服の袖に腕を通す等の介助で使います。

① 対象者の手首を、親指と中指のDIP関節の指の腹で持ちます。

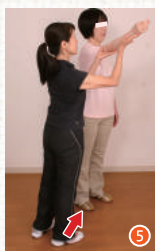
② 対象者の右手を少し上げたところで、介助者は対象者の肘を支えます。

③ 対象者の肘が止まるので、介助者は対象者の右手首を、上から持っている右手を、下から持ち直します。

④ 介助者が少しずつ誘導すると、対象者の腕を挙げてくる動きが出てきます。



⑤ 介助者が上前方に体重移動して、その動きを対象者に伝えます。



◆支え方

《片手での支え》

杖歩行の介助や、手すりを持って立ち上がる時など、様々な場面で使います。



① 構えの姿勢になります。

② 介助者は支える手を対象者の脇の奥まで差し込み、脇で支えます(持ち上げすぎはNG)。

③ 支える手は手首、手の平、指が真っ直ぐに伸び、力が抜けていること。手首、手の平、指が曲ったり力が入っていると痛みが出てしまいます。



監修

福辺節子(ふくべせつこ)氏

理学療法士、医科学修士、新潟医療福祉大学非常勤講師、介護支援専門員「もう一步踏み出すための介助セミナー」主宰
《HP》<http://moippo.org>

22歳の時に事故で左下肢切断。結婚・出産を経て、31歳で理学療法士となる。現在はフリーの理学療法士として、訪問・セミナー・講演会などの活動を続けている。平成21年4月にNHK「ためしてガッテン」に介助の達人として出演。さらにNHKEテレ「ワンポイント介護」では講師としてご出演。著書『福辺流 力のいらない介助術』中央法規出版、『早引き 介護の基本技法ハンドブック』ナツメ社 ほか

◎セミナー・講演会の情報はこちら ▶▶ <http://moippo.org/program>



地域を織りなし、支える

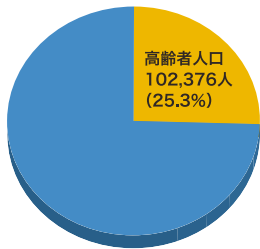
vol. 4

今日、高齢化に拍車がかかる中、地域包括ケアが唱えられ、地域包括ケアシステムの構築が進められています。

このページでは、地域の高齢者を支える具体的な取り組みや、そこに関わる方々を紹介していきます。

豊中市社会福祉協議会の取り組み・その①

大阪府豊中市は東には千里ニュータウン、西には大阪国際空港があり、南は大阪市と隣接しており、早くから住宅街、商工業地域として発展してきた街です。今回から、この街の福祉を支える豊中市社会福祉協議会と、そこで活躍するコミュニティソーシャルワーカー(CSW)について、4回にわたって紹介します。



豊中市の総人口/403,952人

豊中市・データ(平成29年4月1日現在)

- ・総人口/403,952人
- ・高齢者人口/102,376人
- ・高齢化率/25.3%
- ・地域包括支援センター数/7か所(他、分室が7か所)

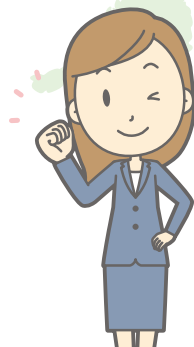
「コミュニティソーシャルワーカー」とは？

コミュニティソーシャルワーカー(以下、CSW)は、制度上の課題を抱えるなど、既存の福祉サービスだけでは対応が困難なケースに関わり、課題の解決などを図る援助者です。



今日、地域に住む人々の生活上の課題・問題は、複雑・多様化しています。例えば、「こみ屋敷問題」。その当事者が高齢者や障害者である場合に加え、ひとり親で、支援を拒む一方で育児放棄に陥っているケースなどがあります。また、「閉じこもり」などは「8050問題」といい、80歳になる老親のもとに、職に就かず30年間も閉じこもっている50歳近い子どもがい

Toyonaka City



て、その背景には病気や障害、いじめなど様々な要因が伴っているケースなどもあります。このようなケースに関わっていくのが、CSWです。高齢化が進む中、関わるケースの中に、高齢者も多く含まれます。

大阪府では2004(平成16)年度から、CSWを地域福祉支援計画に位置付けました。それに基づいて豊中市と豊中市社会福祉協議会(以下、社協)でもそれぞれ地域福祉計画、地域福祉活動計画を作成の上、社協にCSWを配置してきました。

社協のCSWは、地域包括支援センターと同じ7つの日常生活圏域ごとに2人配置され、1人は社協の本部に、もう1人は圏域内にある地域福祉活動支援センターにいます。

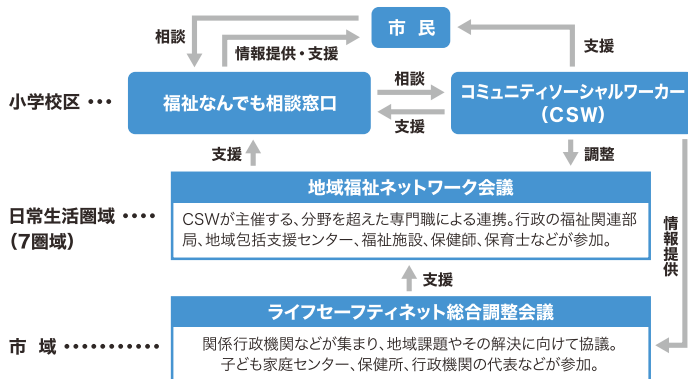


- 「福祉なんでも相談窓口」(豊中市内36か所に社協が開設している相談窓口)のバックアップ
 - ・社会的援護を要する人々への対応
 - ・複数機関の連携による支援が必要なケース
 - ・公民協働でのサポートが必要なケース
 - ・地域との関係調整が必要なケース
- 地域福祉ネットワーク会議の運営
- 地域福祉計画の支援
- セーフティネットの体制づくり
- 要援護者に対する見守り・相談



(『2014年度版 はい! 社会福祉協議会です』(豊中市社会福祉協議会)より)

豊中ライフセーフティネットの仕組み



また、豊中市の地域福祉計画では、「誰もが互いに尊重しあい安心して暮らすことのできる福祉コミュニティの実現」を基本理念とし、「①社会的孤立者・生活困窮者への支援②災害時要援護者対策③地域活性化と人づくりの推進」を計画重点推進プランとしており、社協では、そのための仕組み「豊中ライフセーフティネット」を整えています。

次回は、勝部さん方の取り組み「小地域福祉ネットワーク活動」「福祉なんでも相談窓口」などについて紹介します。



このような仕組みやCSWという職種は、全国の市町村等に存在していますが、実際にどこまで機能しているかは、地域によって差があるようです。

その中で今回、お話を伺った、豊中市社会福祉協議会の福祉推進室長で、コミュニティソーシャルワーカー統括である勝部麗子さん(社会福祉士)は、大阪府内のCSW第1号として、豊中市でのCSWの充実した活動を推進し、その活動を大阪府全体へと広め、国の制度・施策にも反映されるという実績を積み上げてきた方です。

宅配クック123

土用の丑の日の行事食・スタミナ満点のうな丼

「宅配クック123」では、弁当の宅配を通じて「楽しみを提供したい」という思いから、毎月「行事食」を用意しております。月1回は、お客様がご家族やお友達に自慢話をしていただけるよう、通常とは趣向を変えた特別なお食事をお届けしているのです。

■宮崎県 山道養鰻場やまみちようまんじょうの こだわりのうなぎ



中でも7月は、1年を通じても重要な月で、土用の丑の日にちなんで「宅配クック123のうな丼」を提供しております。

この取り組みは、「お客様に、土用の丑の日は美味しいうなぎを召し上がっていただきたい」という思いからスタートした企画で、生産者様や全国の加盟店様にも共感をいただき、通常価格で最高級の国産うなぎを使用した「うな丼」をお届けしています。

今年のような丼は、宮崎県「山道養鰻場」で、こだわり抜かれた環境で丁寧に育てられた、脂のつったイキのいいうなぎを採用しております。

■楽しい会話のきっかけになる 食事を提供

私たちは創業当時、家族を心配させないように、6個入りのあんぱんを買って何日かに分けて召し上がっておられたり、1,000円以上からしか注文できない出前を取って、到底食べきれない量のため多いからと、捨てたりされている方を目の当たりにしました。

だからこそ、本当に心からご家族やお友達に「本当に美味しく食べてるよ。」「今日はいつもの同じ値段で国産うな丼を食べたんだよ。」といった楽しい会話のきっかけにもなる食事を提供していきたいと考えております。

このように、月1回の行事食を盛り込みながら、日々の献立についても栄養バランスを工夫して、「健康寿命の伸長のために食べなきゃいけない食事」という義務感で食事をするのではなく、本当の意味で「健康寿命の伸長につながる食事の提供を目指して、取り組んでまいります。」



行事食



うな丼

【エネルギー】460kcal
【食塩相当量】1.5g

こだわりがギュッと詰まった「うな丼」を食べて、夏の暑さに負けないスタミナを手に入れましょう！



私が心を込めて
育てたうなぎを
ぜひご賞味ください！



有限会社山道養鰻
専務取締役 山道様

「山道養鰻場やまみちようまんじょう」のうなぎ
こだわりのうな丼



お便り募集

ケアマネジャーQ&Aへのお悩み相談や、本誌へのご感想をお待ちしております。

郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、内容を記入頂き、下記まで郵送してください。

◆送付先

〒550-0003 大阪市西区京町堀1-8-5 明星ビル12F アルファクリエイト株式会社
ケア・トピックス事務局

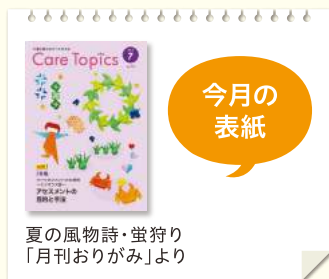
〈個人情報の取り扱いについて〉

応募者の個人情報は、選考や連絡、及び粗品発送のために使用いたします。また、法令に定める場合を除き、応募者ご本人の承諾なく第三者（業務委託先を除く）に個人情報を開示・提供することはありません。その他の個人情報の取り扱いについては、「(株)シニアライフクリエイト 個人情報保護方針」をご参照ください。

●折り紙について

折り紙は手先を使うのは勿論のこと、完成をイメージしながら頭も使いますので、脳の活性化につながるといわれています。

また、子どものころ折り紙遊びを楽しんだご高齢者の方も多いことから、毎月の表紙が会話のきっかけになればと思います。



(協力:日本折紙協会)

●東京おりがみミュージアム(日本折紙協会)のご案内

折り紙作品を鑑賞できる常設展示場、折り紙関連図書を集めた資料室(会員限定)、折り紙教室がができる講習室を併設する施設です。

売店では日本折紙協会が発行する雑誌、書籍のほか、他社出版社の折り紙関連書籍、各種折り紙用紙などを販売しております。現在、講習室では15の講座が開講し、毎月講師による作品指導が実施されています。

詳しくはWEBをご覧ください。 <http://www.origami-noa.jp/>

◆所在地

〒130-0004 東京都墨田区本所1-31-5

電話:03-3625-1161

(電話受付時間/9:30~17:30 ※事務局昼休み:12:30~13:30)

◆開館時間:9:30~17:30

◆入館料:無料

◆休館日:祝日(土日を除く)

祝日が日曜日と重なった場合の翌月曜日
年末年始(12月30日~1月4日)

※ その他、事務局の都合により休業する場合がありますので、事務局までお問い合わせください。

◆アクセス

都営大江戸線 蔵前駅A7出口から徒歩約8分

都営浅草線 浅草駅A2-a出口から徒歩約9分

東京メトロ銀座線 浅草駅4出口から徒歩約10分



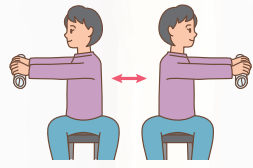
読み終えた雑誌や新聞を活用！ イスに座って、のびのびストレッチ。

普段使わない筋肉や関節がほぐれ、猫背や肩こりの予防につながります。

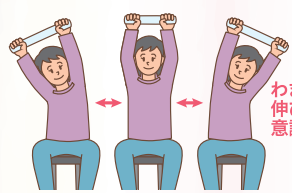
読み終わった雑誌や新聞を筒状に丸め、両端を輪ゴムで留めます。



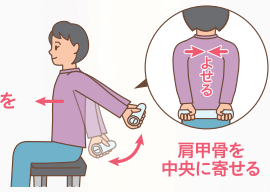
- ① 腕を上下に動かします。
両端を握り、腕を胸の前まで持ち上げます。その姿勢から、ゆっくりと上下に動かします。
- ② 姿勢は①のまま、身体を左右にねじります。
腕だけではなく、腰より上を全体的に動かすことがポイントです。



- ③ バンザイの姿勢から身体を左右に倒します。
腕をできるだけ頭の上まで持ち上げ、ひじを伸ばしながら行いましょう。
- ④ 両腕を後ろへ持っていき、上下に動かします。
胸を前に突き出すようなイメージで行うと、腕が上がりやすくなります。



わき腹が伸びているのを意識して



肩甲骨を中央に寄せる

注意ポイント

- 背筋を伸ばして行うことがポイントです。
- ゆっくりとした動きを心がけ、無理のない範囲で行いましょう。
- しっかりと安定したイスに座って行いましょう。

監修 善家佳子(せんけよしこ)氏
高齢者・障がい者・中高年に優しい体操を教えている。
一般社団法人日本アクティブコミュニケーションティ協会理事。



〈お問い合わせ〉

