

1. 基礎情報

属性

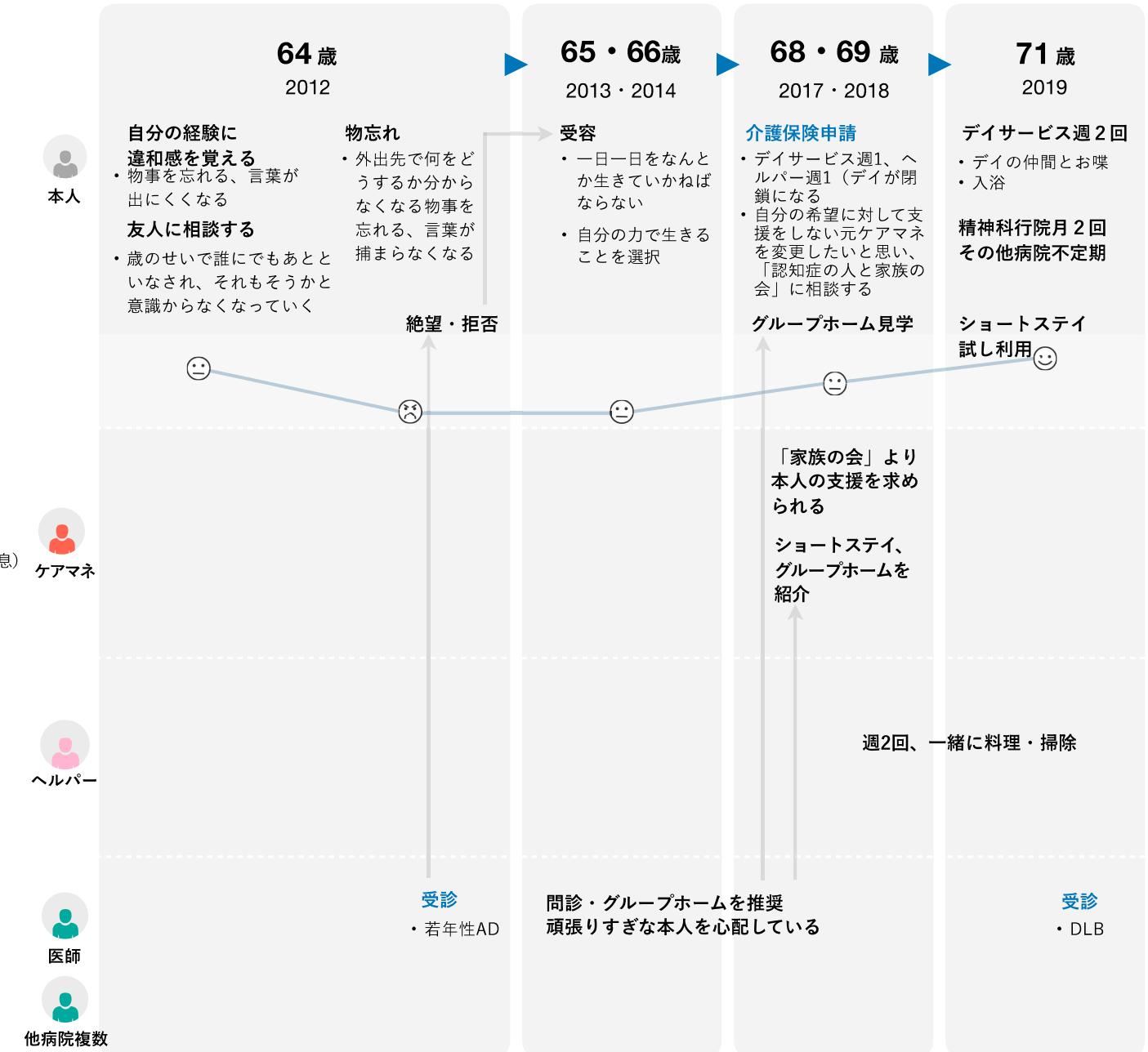
城 佳代

性別 女性
 職業 無職
 元塾講師
 年齢 71 歳
 2019年10月時点 (1948年生)
 診断名 アルツハイマー型認知症
 レビー小体型認知症
 発症年齢 64 歳
 診断年齢 64 歳
 MMSEレベル —
 長谷川式スケール 19 /30
 2012年時点
 認知症自立度 —
 要介護度 要介護1
 2017年3月時点
 持病 椎間板ヘルニア・アレルギー (喘息)
 精神障害認定 2級

居住環境

居住地 福岡県福岡市
 同居家族 なし
 居住形態 自宅
 地域特性 ・ 駅および周辺市街地から徒歩で5分程度
 住まい方 ・ マンション2階以上に居住 (エレベーターあり)
 喜び ・ 自分で生きているという実感を持っていること

周囲の関わりと変化



2. 生活パターンと支援状況

生活パターン

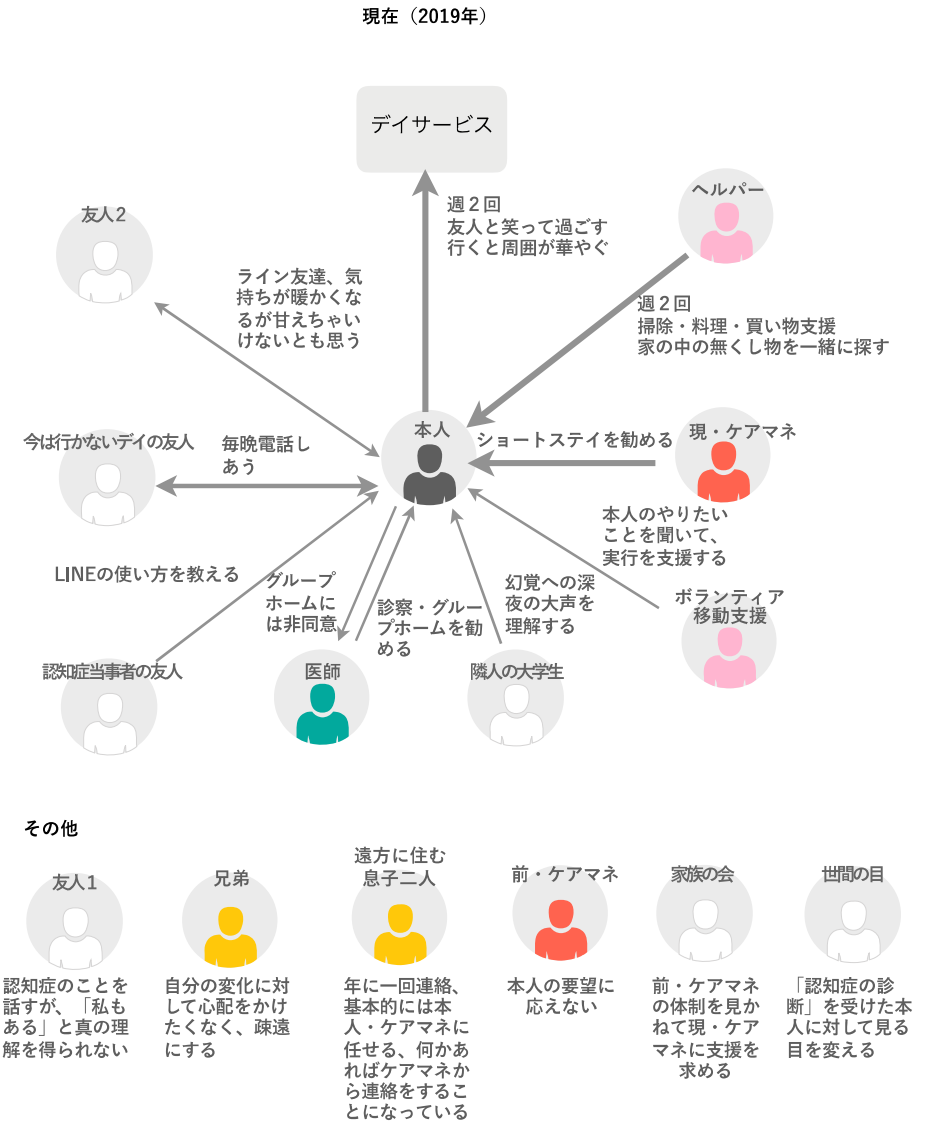
現在 (2019年)

	月	火	水	木	金	土	日
朝	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
昼	在宅	デイサービス	在宅 訪問介護	在宅 訪問介護	デイサービス	在宅	在宅
夜	夕食 入浴 就寝	夕食 入浴 就寝	夕食 入浴 就寝	夕食 入浴 就寝	夕食 入浴 就寝	夕食 入浴 就寝	夕食 入浴 就寝

凡例
 本人
 ヘルパー
 ケアマネ

- ・ 深夜3時に就寝、その日々のことをノートを書き、その時のことを思い出して人に会う準備のために読む、朝6時起床
- ・ デイサービスは週2回（曜日は任意）
- ・ 訪問介護は、掃除/食事作り/買い物同行（道に迷わないように）
- ・ その他、講演会（不定期）/通院（月2回精神科病院）などで外出

支援ネットワーク



- ・ 幻覚（男の人・虫・ゾウ・森など）をみることがある
- ・ 認知症病院（精神科）以外に、整形外科、眼科、耳鼻科へ不定期に通う
- ・ その他薬局でのカフェや講演会に出席

*本ページは、ケースごとに内容が異なるためタイトルを調整しています

3. 在宅継続要因

在宅継続を可能にする要因

暮らしの継続を 促進するポイント

- ・ 病気に負けずに自分の人生を生きるという本人の意識、それを奪わないような周囲の関わり方
- ・ “今までの長い人生の、自分で自分のことをやるのって、昔からです。病気になったら、特に、強くなりました。人を頼るといふことは、認知症のために良くない。ちょっとでも、いつしようと思ったら、自分の力で行けるんだって、いつも自分に言い聞かせて” 本人
- ・ “なんでも私は自分のためにしたいから、まず私にやらしてください、どうしてもできないときは頼るから、そのときはお願いしますと 基本的に私は見守る形で、何かあったとき、手を差し伸べるっていうスタンスは、もうずっと続いてます” ケアマネ
- ・ ケアマネは本人の考えを優先して支え、自宅で暮らし続けられる支援をしていこうと考えている
- ・ 客観的に自分の状態がわからないため、人に分かってもらえないことがずっと辛い、ノートに書き記し客観に分析できるようにしたり、遠慮せずに人に頼むようにしている

暮らしの継続を 阻害するポイント

- ・ 認知症症状が進行することで本人の上述の意識が喪失すること
“施設は必ず入らないといけないものだって気がする。でも、今はまだまだ。まだこうやってしゃべる、意思の疎通ができる間は行きません” “人に自分の思いを伝えられないとか、自分が自覚し始めたら、これじゃあ、ここにいる意味がない。生きてるって実感が欲しい。それのみです” 本人
- ・ “ショートステイ、グループホームに行ってみただけど、ここに行ったら私は終わりだと思った 家族の意見にはい、と言うだけ まだまだ まだここに来ちゃダメだと思った” 本人
- ・ “自分一人で頑張るすぎる” ケアマネ

できること

- ・ 人との関わり（ノートを手がかりに）
- ・ 日々の用事（垂れ幕を手がかりに）
- ・ 買い物
- ・ 目的地への到達
- ・ 電話、スマホのLINE

できるが周囲が心配すること

- ・ 本人が頑張るすぎている（ケアマネ）

できるが本人が不安なこと

- ・ 自分の意思がなくなること、それが適切な言葉で人に伝えられなくなる
- ・ 火事を起こさない

できないこと

- ・ 料理
- ・ 掃除
- ・ 行き慣れない所へ行くこと（認知症カフェには行けなくなった）
- ・ 計画を立てること
- ・ 入浴
- ・ 家に誰かがいるときは奮い立つが、誰もいないとやろうとしなくなる

できる要因

- ・ ノートに出来事を記録できる
- ・ 自分で自分の人生を生きるという意識で生活している、人つきあいなどがつけられる
- ・ 道の途中途中で人に聞く、ヘルプカードを下げていく

心配の要因

- ・ 介護保険申請書や予定の管理、したいと思うことを全て自分で行う本人に対して、周囲は疲れないかと心配し、周りを頼っても良いと思っている（ケアマネ）

不安に拍車をかける要因

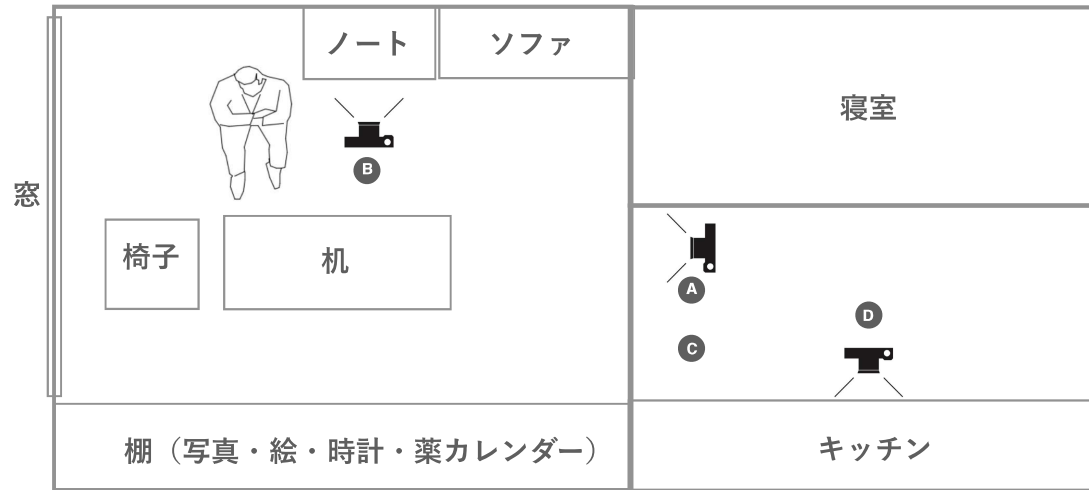
- ・ 住民に迷惑を掛ける
- ・ 帰宅できず警察に保護されることが続くこと→老人ホームや特養を検討
- ・ 火の心配

手伝ってくれる人やサービス

- ・ ヘルパーと掃除・料理を一緒に行う、人がいるとやらなきゃという意識が働き、動ける。自分のやれることを存続させることもできる、栄養バランスの面で冷蔵庫の整理のチェックにもなる

4. 暮らしの知恵や工夫

間取り



地域・隣人

- ⑤ 幻覚に怯え、壁を叩いて助けを求めることがあるが、隣人の大学生に理由を話し理解を得る

自分で自分の生活を大切にしていくながら、自分が部屋の随所に見られる

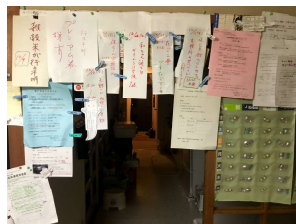
- ・簡単な調合調味料に頼らない
- ・ヘルパーに料理を全て頼まない
- ・介護申請書など全て書いてもらわずに自分で書いておく
- ・日々のやることを忘れないように垂れ幕を作って意識から離れないようにしておく

ツール

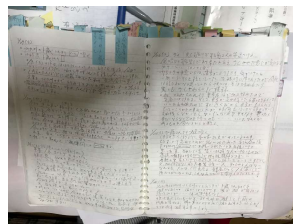
- ⑥ スマホ（ケアマネとの連絡はLINE）

玄関

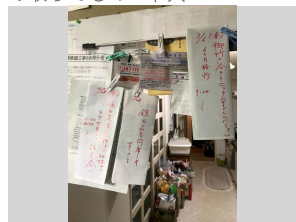
本人による工夫



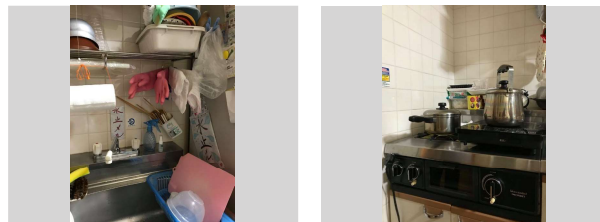
A やることを書いた垂れ幕
“ずっと1人で生きてきているから依存心っていうものがない、介護申請もみんな、洗濯バサミで取ってるの” 本人



B ノート
人に気付かれない程の小さなメモをつなぎ合わせてノートにし、ポケットに忍ばせている、ノートを読み返し記憶を手練り寄せて会話に臨むなど人に頼るのではなく、自分でやることを意識



C メモ
予定などを書き込み備忘録として使っている



D キッチン
水道を止めることを忘れないようメモを貼っている。家事を避けるため、ガスコンロのうえに電磁調理器を乗せている。ヘルパーと一緒に料理をする、調味料を取り違えたり、作っている途中で違うメニューになることもあるが、それでもよいと考えている。

補足



ヘルプカード
道に迷ったらこれを通行人に差し出し、教えてもらう



**壁に貼られた
認知症とともに生きる希望宣言**

1. 基礎情報

属性

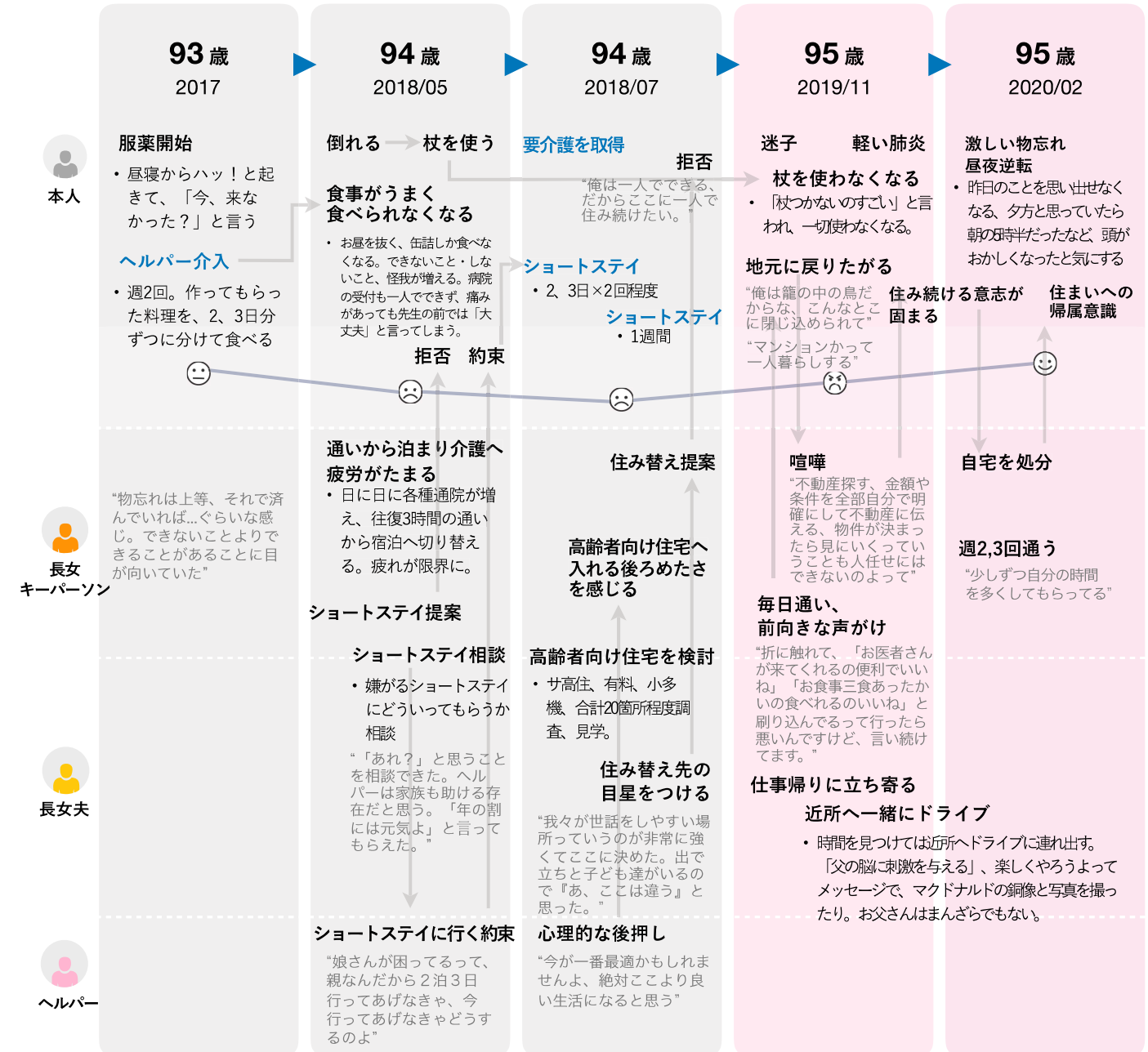
駒瀬 勇夫

性別 男性
 職業 無職
 元石油会社出荷担当
 年齢 95歳
 2019年12月時点 (1924年生)
 診断名 レビー小体型認知症
 発症年齢 一歳
 診断年齢 一歳
 MMSEレベル 一 /30
 長谷川式スケール 一 /30
 認知症自立度 一
 要介護度 要介護1
 2018年7月時点
 持病 腰痛

居住環境

居住地 千葉県浦安市
 ← 神奈川県横須賀市
 同居家族 なし
 居住形態 サービス付き高齢向け住宅
 ← 一軒家 2018年6月まで
 地域特性
 ・最寄り駅および周辺市街地から車で8分程度
 住まい方
 ・2階に居住、食事は1階共用部でとる
 喜び
 ・義理の息子に連れて行ってもらうドライブ
 ・毎日メニューの変わる食事

周囲の関わりと変化



2. 生活パターンと支援状況の変化

生活パターンの変化

住み替え前 (2018年)

	月	火	水	木	金	土	日
朝	朝食 洗濯	朝食 洗濯	朝食	朝食 洗濯	朝食	朝食 洗濯	朝食 洗濯
昼	長女: 通院つきそい 内科での経口薬うけとり 整形外科電気治療等	長女: 通院つきそい 内科での経口薬うけとり 整形外科電気治療等	訪問介護 食事の作り置き	長女: 通院つきそい 内科での経口薬うけとり 整形外科電気治療等	訪問介護 食事の作り置き	長女: 見守り食事作り等	自転車で20分かけ買い物へ
夜	長女: 見守り食事作り等 夕食 入浴 就寝	長女: 見守り食事作り等 夕食 入浴 就寝	長女: 見守り食事作り等 夕食 入浴 就寝	長女: 見守り食事作り等 夕食 入浴 就寝	長女: 見守り食事作り等 夕食 入浴 就寝	長女: 見守り食事作り等 夕食 入浴 就寝	長女: 見守り食事作り等 夕食 入浴 就寝

- 以前、長女は往復3時間かけて実家で介護していたが、本人の栄養の不安（缶詰だけの生活）、健康上の問題（不整脈がでた）、転倒などの理由から滞在で介護にあたる
- 訪問介護は週2回、買い物は週1回（上記曜日は任意）



住み替え後 (2019年)

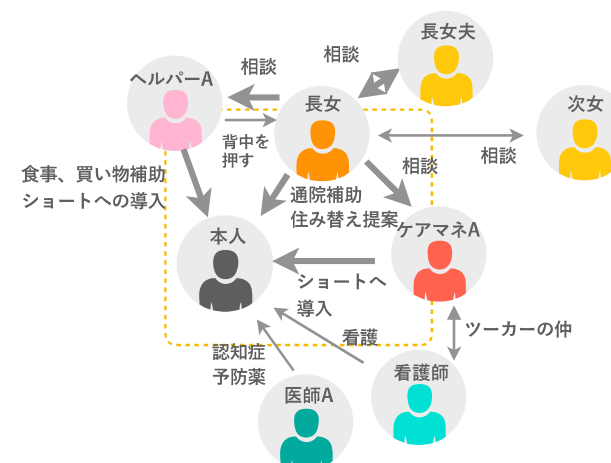
	月	火	水	木	金	土	日
朝	スクワット 朝食 テレビ 電話 掃除 洗濯等	スクワット 朝食 テレビ 電話 掃除 洗濯等	スクワット 朝食 テレビ 電話 掃除 洗濯等	スクワット 朝食 テレビ 電話 掃除 洗濯等	スクワット 朝食 テレビ 電話 掃除 洗濯等	スクワット 朝食 テレビ 電話 掃除 洗濯等	スクワット 朝食 テレビ 電話 掃除 洗濯等
昼	昼食 訪問診療	昼食 テレビ	昼食 長女: 来訪	昼食 テレビ	昼食 長女: 来訪 たまに長女の自転車の油指し	昼食 テレビ	昼食 テレビ
夜	夕食 就寝	夕食 就寝	夕食 就寝	夕食 就寝	夕食 就寝	夕食 就寝	夕食 就寝

- 長女の訪問は月2,3回、長女夫とのドライブは長女夫の予定により変動（上記曜日は任意）
- 訪問診療は月2回

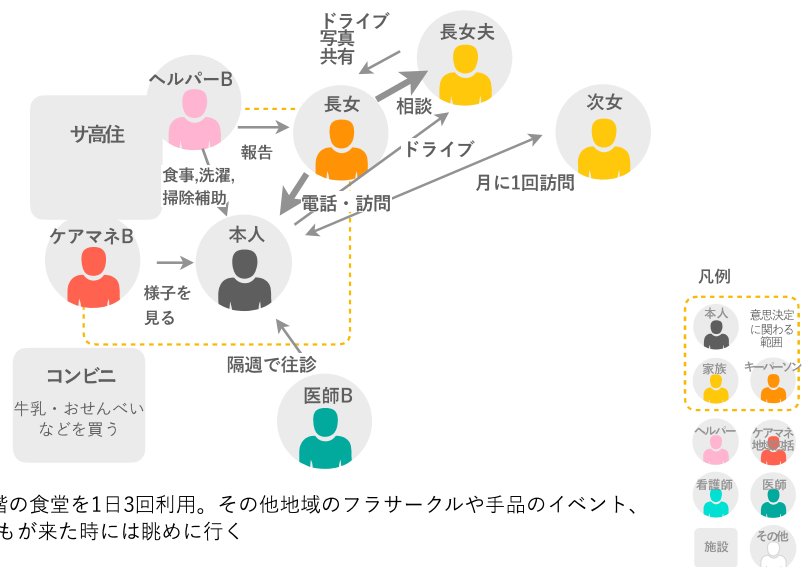
- 凡例
- 本人
 - 家族
 - 介護施設利用
 - 私費サービス
 - 医療

支援ネットワーク

住み替え前 (2018年)



住み替え後 (2019年)



- 凡例
- 本人
 - 家族
 - ヘルパー
 - ケアマネ
 - 看護師
 - 医師
 - 施設
 - 意思決定に関わる範囲
 - キーパーソン
 - その他

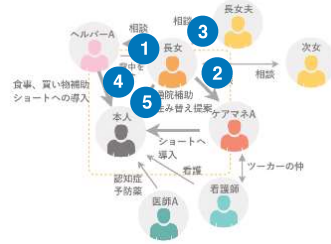
- サ高住1階の食堂を1日3回利用。その他地域のフラサークルや手品のイベント、犬や子どもが来た時には眺めに行く

*本ページは、ケースごとに内容が異なるためタイトルを調整しています

3. 住み替えプロセスと住み替え後の生活を支える事柄

住み替えにかかる意思決定プロセス

住み替え前（2019年8月まで）



- 1 介護（通い→泊まり）により長女の疲れがたまる**
月に1回（2泊3日）、長女が介護に通っていたが、そのうち数ヶ月間泊まり込むように。長女の家庭を顧みれず、長女夫も困り始める。
- 2 長女夫婦+次女で、今後の話し合い**
長女がこのままの一人暮らしで、怪我、栄養不足、健康上の問題が起きたら怖いと感じるようになる。何か起きる前に、新しい形を考えなければならぬと、長女夫婦と次女が話し合い、仕事をやめられない次女に替わって長女が父の面倒を見ることになる。
- 3 ヘルパーの後押しと長女夫の協力により、長女が住み替え先を探す**
施設に入れるときの家族の後ろめたさに対して「そんなことない。絶対ここより良い生活になると思うし、今が一番いいときですよ」と後押しが励みになり、施設を検討
- 4 ショートステイでの体験入居を経て、引っ越し決定**
「避暑に行く」という誘いで、ショートステイとしてサ高住を体験。本人は自宅に残る意思が固かったが、ヘルパーと長女との話し合いの中で、引っ越しを決意。
- 5 新しい環境に馴染めず、長女と喧嘩するも、収束状況の変化を受け入れられない。**自らを「カゴの中の鳥」と例え、元の実家近くにマンションを買いたいと言います。長女にその旨を伝えたところ、自分だけでは到底できない住み替えのプロセスと、長女へかけていた負担を自覚し、住まいを継続する意思が固まる。

“今思うと、相当疲れていて。もう私は帰って来ると。もし施設が見つからなくても私は帰ってくるって言ってた時期があったよね。” 長女夫

“私は仕事もアルバイト的なものだったし。妹はちょっと仕事頑張りたみたいなのがあったので。もう私がやりますっていう形で。” 長女

“どんな施設に入らかっていうこと、特別介護、サ高住みたいな。そういう風なカテゴリからして考え方がちょっと違ったりしたので、そこらへんを調整するのも大変でした。(略) 20か所ぐらいは見回ったんですかね、主人も。” 長女

“ショートステイするしないとかがあったりして、ヘルパーさんに「娘さんが困ってるって、親なんだから2泊3日行ってあげなきゃ、今行ってあげなきゃどうするの」って説得してもらって” 長女

“やっぱりマンションかってそこで一人暮らしするって(本人が)言って。(略) 全部人任せにはできないのよって言って喧嘩しました。二時間後に電話かかってきて「到底できないのに俺自分のことしか考えてなかった」と。それから、父の中でもずっとここにいて決まったよいうな気がします。” 長女

住み替え先で、前向きに暮らすことを支える事柄

「できること」にフォーカスし、自分でやることを促す声かけ

“周りができることを本人に言うことがすごく大事。ここでは杖をつけていたが、ある日、杖をつかないで食事に行ったら褒めてくれた。それがすごく自信になって杖をクローゼットにしまった。(略) 周りの見る目、おだてるじゃないけど、できることをフォーカスするっていうのがすごく大事” 長女

“（見学に行った別の有料老人ホームは）介護がついて、必ず人がお風呂にもついていく。ここだとスイッチの順番も覚えなきゃいけないし、綺麗にするのもしなきゃいけないし、それをできる人は自分でやる(略) やっぱりそっちの方にいったら、もっとね、年とってたと思う。” 長女

自身が納得のいく住まいの捉え方をする（別荘など）

“「なに、別荘に行くんだって？じゃあ良いじゃない、避暑に行ってきたね」っていうような感じで、お別れだったんです。” 長女

“折に触れて、「お医者さんが来てくれるの便利でいいね」「お食事三食あったかいの食べれるのいいね」と刷り込んで行ったら悪いんですけど、言い続けてます。” 長女

“ここはもう、別荘だよ。” 本人

“もちろん、こんなもんを別荘みたいな所で、自分でやって食事っていうのも、ちゃんと取りに行きさ。(略) 片付けんの、自分で持ってって片付けて。もう、至れり尽くせり、本当ですよ。” 本人

“何とか、もう、満足はし切っているからさ。” 本人

自分と近い年齢の人を自身と比較して見ること

“自分より若い人で歩行器使っている人、車椅子使っている人いるけれど、自分ができることは自分でやるのは自信になっている。” 長女

自宅の処分

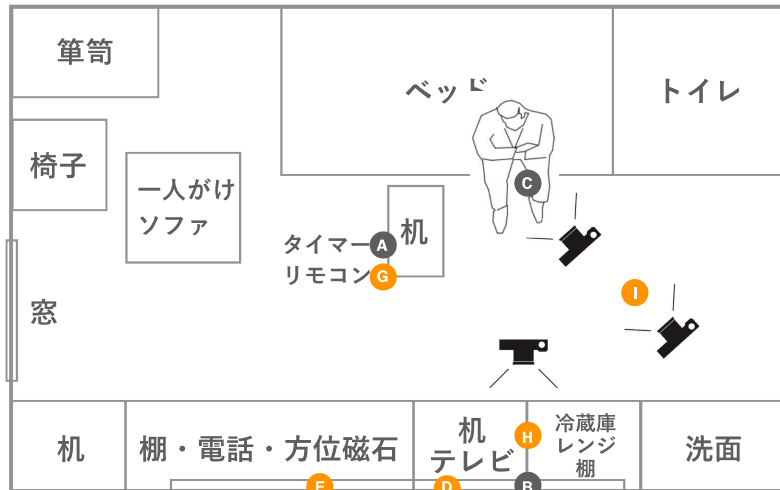
“うち（自宅）を残しておくことが本人としては心残りだったよう。それを整理して、去年の11月に手続きが終わって、本人としては安心しているんだと思う。うち（自宅）を残しておくことが本人としては心残りだったよう。それを整理して、去年の11月に手続きが終わって、本人としては安心しているんだと思う。” 長女

日々の楽しみ

“（食事について）毎日、メニューが変わってくるでしょう、それだけでも楽しみだよ。食事は十分です、あれだけありゃ。” 本人

4. 暮らしの知恵や工夫

間取り



亡き妻の写真・カレンダー・時計・ごはんを済んだら確認するボード

地域・隣人

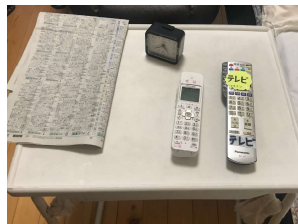
- ① 長女の訪問 (週2,3回)
- ⓐ ゴみの回収 (数日に1回)

「すべて新しい生活は嫌だ」と多くの家財は自宅にあったを持ち込んでいる。ベッドについては、長女が介護用のものに買い換えるよう提案したが嫌がり、本人がドンキホーテまで行って簡易的なベッドを買ってきた。ご飯を食べたらチェックするホワイトボードは自分で工夫して作っていたものを、義理の息子が綺麗に作り直したものを。

ツール

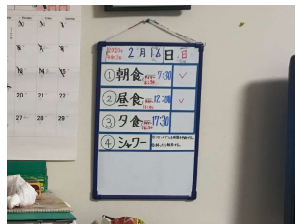
- Ⓚ 新聞 (毎日)
- Ⓛ 長女との電話 (毎日)

本人による工夫



A タイマー

“食事の30分前になったらタイマーセットします。そうしないと忘れちゃうから”本人



B ごはんが済んだら確認するボード

“このボードは彼(義理の息子)が作ってくれた、これがないとご飯の時間を忘れて、終わってる、なんてことになる。”本人



C ベッドに座っての体操

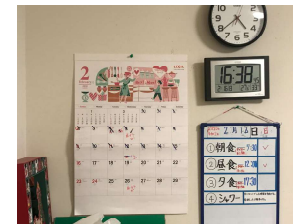
“俺の体操。人にあった体操が必要なので自分で(状況に)あわせてやっている。”本人

本人以外による工夫



D アナログ時計とデジタル時計

“冬だと暗くなるのが早くて、明るくなるのが遅いから昼なのか夜なのかわからないので”長女夫



E カレンダー

“1日が終わったら、日付に斜線を入れる。歯科の予定も書き込む。”本人



F 自宅から持参した家具

“椅子2つ、机は自宅から持ってきた。机はお気に入り、片手でも簡単に移動できるので。”長女



G ラベル (リモコン, 電話機)

“リモコンをこうして耳に当てて電話が取れないということが何回かあった。「電話が壊れたから」と言っていた。間違えないようにシールを貼った。”長女



H ラベル (棚)

“張り紙が景色になっていくっていうか、だんだん馴染んじやっているんですけど。”長女

① 長女の訪問 (週2,3回)

“長女が様子を見にくる他、包丁を研ぐ、自転車に油をさすなどの作業を月に一回、父親に依頼する。”長女

ⓐ ゴみの回収 (数日に1回)

“前は毎日回収に来てもらっていた、最近は数日に1回。ゴミ箱をひっくり返しにくる。”本人

Ⓚ 新聞 (毎日)

“住み替え前に自宅ですべての新聞と同じものを購読。土日のみスポーツ新聞を追加する。”長女夫

Ⓛ 電話 (毎日)

“毎日、この人(長女)からかかってくる電話を取る。”本人

1. 基礎情報

属性

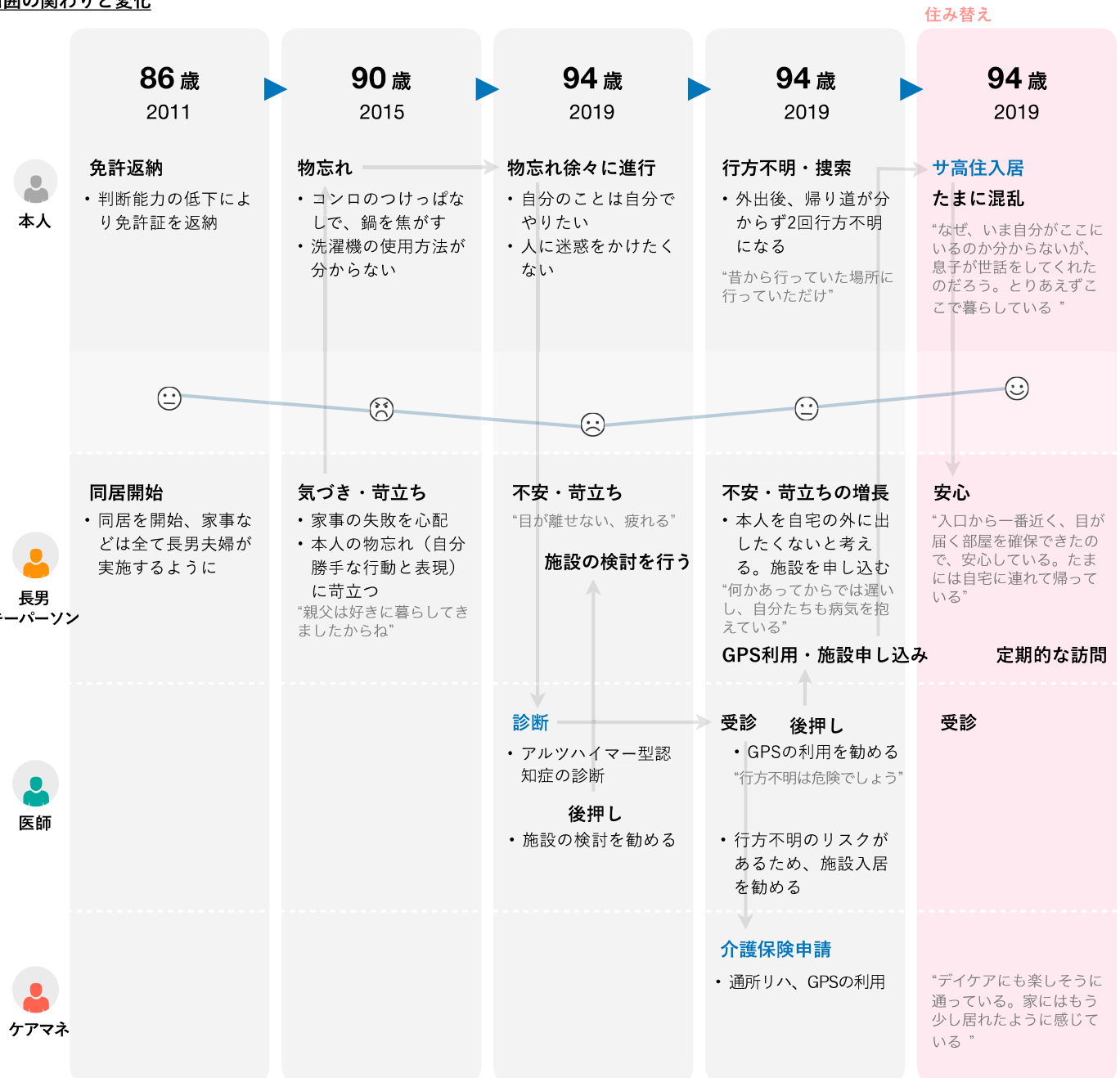
坂田 茂

性別 男性
 職業 無職
 大手製造会社・元社員
 年齢 94 歳
 2019年12月現在 (1926年生)
 診断名 アルツハイマー型認知症
 発症年齢 91 歳
 診断年齢 94 歳
 MMSEレベル 23 /30
 2019年2月時点
 長谷川式スケール 13 /30
 2019年1月時点
 認知症自立度 IIa
 要介護度 要介護1
 2020年3月時点
 持病 ー

居住環境

居住地 福岡県大牟田市
 ← 福岡県大牟田市
 同居家族 なし
 居住形態 サービス付き高齢向け住宅
 ←一軒家 2019年8月まで
 地域特性
 ・ 最寄り駅から車で5分程
 度、最寄りバス停から徒
 歩5分
 ・ 住宅街にある平坦な場所
 住まい方
 ・ 玄関から一番近い居室に
 居住
 喜び
 ・ 息子と会う、人と話す

周囲の関わりと変化



2. 生活パターンと支援状況

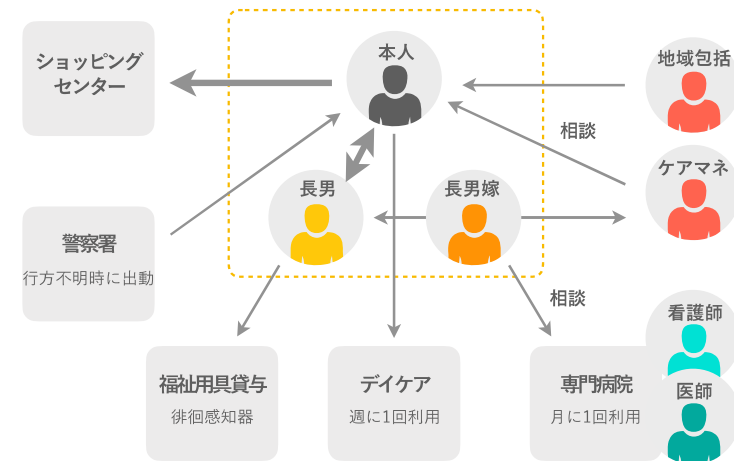
生活パターン

診断前 (2015年)

	月	火	水	木	金	土	日
朝	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
昼	テレビ	テレビ	テレビ	テレビ	テレビ	テレビ	テレビ
	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
	盆栽	盆栽	盆栽	盆栽	盆栽	盆栽	盆栽
	畑仕事	畑仕事	畑仕事	畑仕事	畑仕事	畑仕事	畑仕事
夜	ショッピングセンター等	ショッピングセンター等	ショッピングセンター等	ショッピングセンター等	ショッピングセンター等	ショッピングセンター等	ショッピングセンター等
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴
	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

支援ネットワーク

住み替え前 (2019年8月まで)

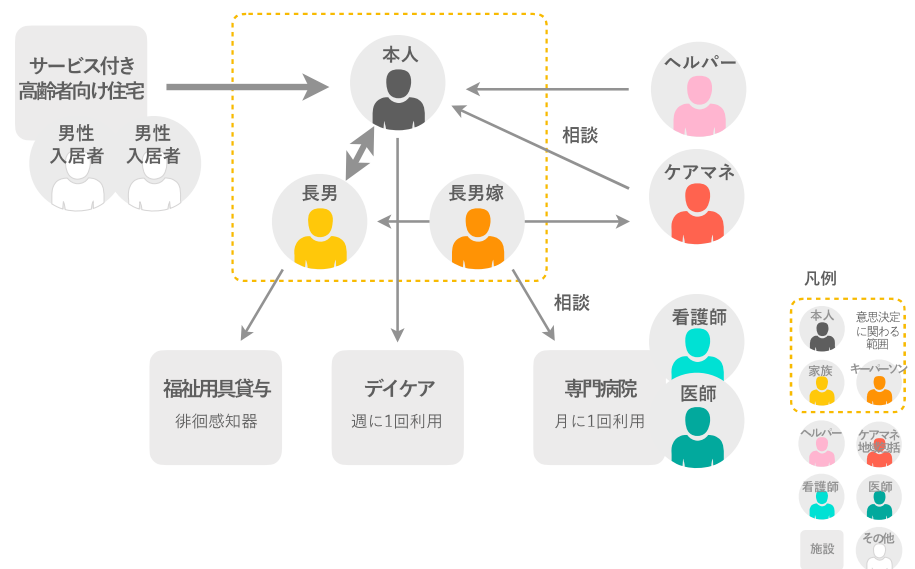


診断後・介護保険利用開始 (2019年)

	月	火	水	木	金	土	日
朝	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
昼	テレビ	テレビ	デイケア	ヘルパー掃除	テレビ	ヘルパー掃除	テレビ
	昼食	昼食		テレビ	昼食	テレビ	昼食
	テレビ	テレビ		テレビ	テレビ	テレビ	テレビ
夜	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食
	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴
	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝

- 凡例
- 本人
 - 家族
 - 介護保険利用
 - 医療

住み替え後



- 凡例
- 本人 (意思決定に関わる範囲)
 - 家族 (キーパーソン)
 - ヘルパー (ケアマネ 地域包括)
 - 看護師
 - 医師
 - 施設
 - その他

*本ページは、ケースごとに内容が異なるためタイトルを調整しています

3. 在宅継続限界点と住み替えプロセス

在宅継続を不可能にした要因

暮らしの継続を促進するポイント

- ・ 本人の意見を代弁する、自宅に帰り着くことができる社会
- ・ 家族をサポートする体制（当事者の会など）
- ・ 本人をサポートする体制（当事者の会やサービス以外の体制）

暮らしの継続を阻害するポイント

- ・ 行方不明のリスク

できること

- ・ 自宅の農園で野菜をつくる
- ・ 盆栽の手入れをする
- ・ ショッピングセンターに遊びに行く

できる要因

- ・ 昔からの趣味
- ・ 昔からの趣味
- ・ 以前から行くのが好きだった

できるが周囲が心配すること

- ・ 調理や家事
- ・ 自宅から1人で出ていく

心配の要因

- ・ 鍋を焦がす、家電を壊す
- ・ 行方不明になるリスクがある

できるが本人が不安なこと

- ・ 車の運転

不安に拍車をかける要因

- ・ 車をぶつけようとした

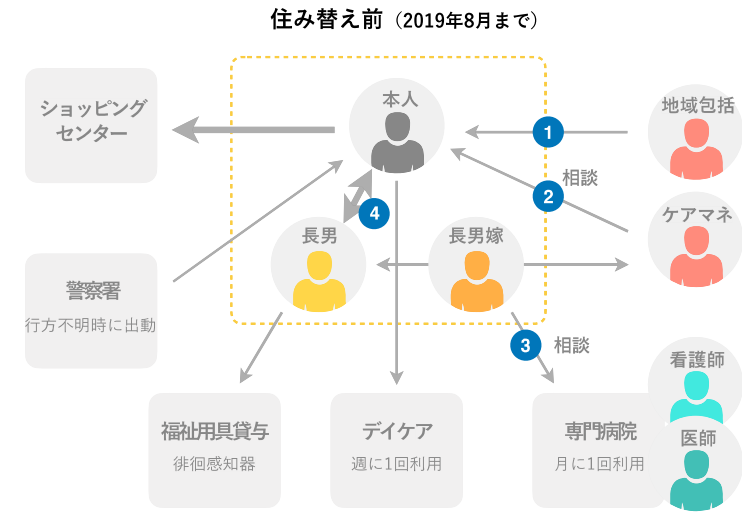
できないこと

- ・ 外出先から自宅に帰り着くこと
- ・ 遠距離の自転車の運転

手伝ってくれる人やサービス

- ・ なし
- ・ なし

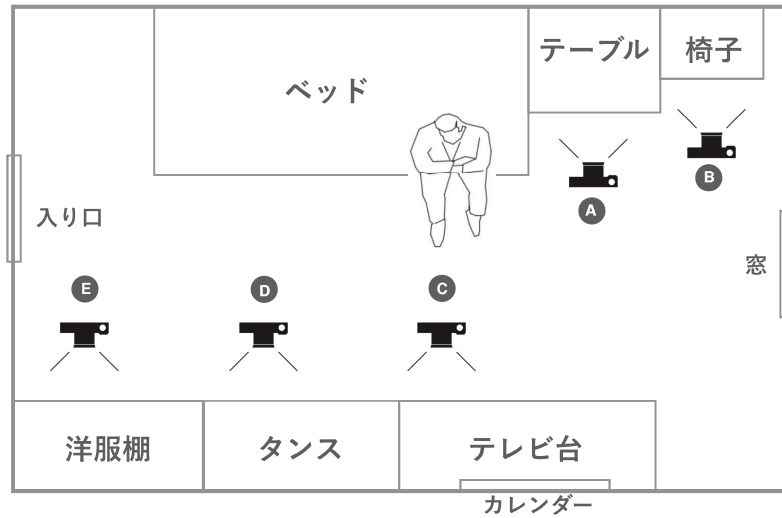
住み替えにかかる意思決定プロセス



- 1 地域包括支援センターからサ高住を紹介してもらう**
診断後、行方不明になることがあり、その際に相談した地域包括支援センターから紹介を受ける。
- 2 ケアマネジャーからも推薦をうける**
要支援でも入所できる施設はサービス付き高齢者向け住宅のみと助言がある。
- 3 医師からの後押し**
行方不明のリスクがあるためにサービス付き高齢者向け住宅を勧められる。
- 4 長男から本人へ説明**
なんとか本人を納得し入居となる。

4. 暮らしの知恵や工夫

間取り



地域・隣人

- ① 近隣の入居者
- ④ 息子の訪問 (週3)
- ⑤ 交流事業 (週2)

サービス付き高齢者向け住宅の自室は、1ルーム（トイレ付）必要最低限のものが、きちんと整理されている。本人が自宅で使用していた時計、椅子、カレンダーなどを家族が用意している。また、衣類については本人に分かりやすいように季節ごとに衣替えがなされている。

ツール

- ⑥ 新聞 (毎日)
- ⑦ 訪問販売 (週1)

本人による工夫



A 馴染みの時計
“長年使用してきた時計です”



B 長年使っていた椅子
“自宅ですべて使っていました”



C 使い慣れたカレンダー
“自宅のリビングですべて使っていました”

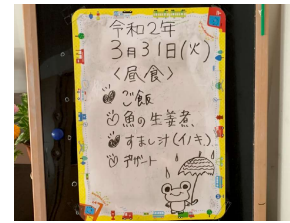


D わかりやすいタンス
“分かりやすくしてくれとります”



E 整理されている洋服棚
“きれいにしてくれとります”

本人以外による工夫



F 食事のわかりやすい表示
“毎回、メニューがわかるような表示をしています”



G 関係性を作るための配席
“仲の良い人たちとご飯を食べています”



H わかりやすい通路
“案内があるので、わかりやすいです”