

■第4章 認知症に関する理解について

我が国の認知症高齢者数は、高齢化率の伸びに比例し増加傾向にあります。このような状況の中で、介護従事者においても、認知症高齢者に接する機会が増えてくることが想定されます。認知症の基本的な知識を学習することで、認知症高齢者に対する支援について理解を深めましょう。

1 認知症とは

認知症とは、誰でもかかる可能性のある脳の病気です。いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、認知機能（物事を記録する、言葉を使う、問題を解決するために考えるなどの頭の働き）が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態を指します。

都内では、平成28年の調査結果において、認知症の人は41万人を超えており、平成37年には約56万に増加すると推計されています。（東京都「要介護者数・認知症高齢者数等の分布調査（平成29年3月）」より）

■認知症ともの忘れの違い

もの忘れは、脳の神経細胞の減少や機能の低下によっておこります。

年齢を重ねるうちに「もの忘れが増えてきたな」と思う方は多いのではないのでしょうか。これは脳の神経細胞の減少という免れることのできない老化現象の影響で、誰にでもおこる「もの忘れ」です。このような、通常の老化による減少より早く神経細胞が消失してしまう脳の病気が「認知症」です。

健康な人は、体験の一部を忘れても他の体験や記憶から思い出すことができます。しかし認知症の人は、体験全体を忘れてしまうので思い出すことが困難であるといえます。

老化によるもの忘れ	<ul style="list-style-type: none">・部分的に記憶力の低下やもの忘れが多くなる・忘れっぽくなったことを自覚している・人柄や人格の変化は見当たらない・時間や方向感覚などの認識力の低下はなく、日常生活に支障はない・もの忘れが多くなっても判断力や理解力は失われていない
認知症による記憶障がい	<ul style="list-style-type: none">・体験の全部を忘れている・忘れっぽくなったことを自覚していない・人柄や人格が変化してしまう・問題行動や認識力の低下が起こり、日常生活に支障が出る・記憶障がいが進行し、判断力や理解力も低下する

2 認知症の原因疾患

認知症の原因となる病気としては、アルツハイマー病と脳血管障害によるものが、全体の8割を占めています。認知症となる原因疾患により、症状の現れ方などに違いがありますので、基本的な知識として理解しておくことが必要です。

(1) アルツハイマー病

脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく病気で、もの忘れ、判断力の低下、幻覚や妄想があります。脳にアミロイドβやタウと呼ばれる特殊なたんぱく質が溜まり、神経細胞が壊れて減っていく為に、認知機能に障がいが起こると考えられています。認知症の進行過程は、その病気や人によって個人差がありますが、大きな特徴は、緩やかに発症し徐々に進行していくことです。アルツハイマー病は、認知症の原因疾患として最も多いといわれています。

(2) 脳血管障害

脳梗塞、脳出血などのために神経細胞に栄養や酸素が行き渡らず、その部分の神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れてしまう病気です。感情の起伏が激しく、抑うつ気分が見られたり、意欲や注意力が低下するなどの傾向が見られますが、人格や判断力は保たれます。脳の障がいを受けた部位によりますが、手足にしびれや麻痺が生じたり、失語症になる場合があります。認知症の原因疾患としては、アルツハイマー病に次いで多いものとなっています。

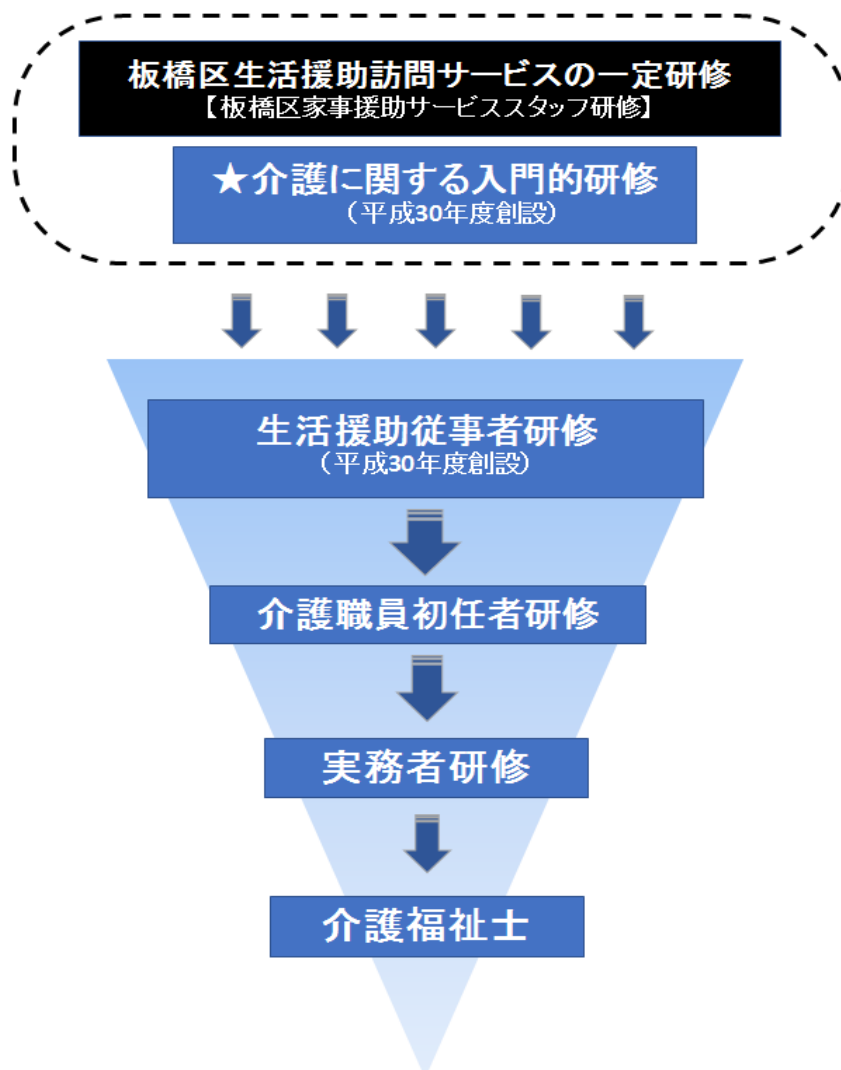
【アルツハイマー病と脳血管障がいの比較】

	アルツハイマー病	脳血管障害
男女比 (発症年齢)	女性に多い (70歳以上に多い)	男性に多い (60~70歳に多い)
進行状況	なだらかに進行する	発作などに合わせて段階的に進行する よくなったり、悪くなったりする
自覚症状	自覚がない	自覚している
神経症状	神経症状は少ない	しびれやマヒ、動きの低下、失語症などを伴う
合併する病気	なし	高血圧、糖尿病、心疾患、動脈硬化など
原因	不明	脳卒中
特徴的な症状	落ち着きがない、多弁、奇異な屈託のなさ	感情失禁、うつ病、せん妄

Ⅱ 介護職としてのステップアップ！

このテキストを通じて、生活援助といった介護分野を学習された方へ、介護職としてのステップアップについてご紹介します。

介護職は、さまざまな研修受講や資格を取得することで、活躍の場が広がっていきます。実際に生活援助の現場で働いていくなかで、もっと専門的な知識を学びたい、スキルを磨きたいと思われた方は、下の図を参考に、次なるステップアップを検討してみてください。



STEP 1 生活援助従事者研修（59 時間程度の研修課程）※平成 30 年度創設

生活援助従事者研修は、生活援助中心型のサービスに従事するにあたり必要な知識等を習得することを目的として行われます。この研修課程は、生活援助中心型のサービスに従事する者のすそ野を広げるとともに、担い手の質を確保できるようにすることを目指して、平成 30 年度に厚生労働省により創設されました。研修課程の修了により、生活援助サービス専用の訪問介護員として従事することができます。

STEP 2 介護職員初任者研修（130 時間程度の研修課程）

介護職員初任者研修は、介護業務に従事するにあたり必要となる最低限の知識・技術を身につけ、職場の上司の指示を受けながら基本的な介護業務を実践できることを目的として行われます。研修課程の修了により、訪問介護員や福祉施設の職員として従事することが可能です。

なお、STEP 1 の生活援助従事者研修の修了者は、同等カリキュラムの読み替えにより一部研修時間の免除が認められています。

STEP 3 実務者研修(450 時間程度の研修課程)

実務者研修は、国家資格である介護福祉士の受験資格に必須となる研修で、幅広い利用者に対する介護提供能力を習得すること目的として行われます。研修課程の修了により、訪問介護事業所のサービス提供責任者として従事することが可能です。（ただし、自治体の基準等により一定期間の実務経験を要する場合があります）

なお、STEP 1 の生活援助従事者研修及びSTEP 2 の介護職員初任者研修の修了者は、同等カリキュラムの読み替えにより一部研修時間の免除が認められています。

STEP 4 介護福祉士(国家試験)

介護福祉士は、介護分野における唯一の国家資格です。資格取得の方法はさまざまですが、介護等の実務経験がある方は、その期間が3年以上であることと、STEP 3 で記載した実務者研修を修了していることが必要になります。介護福祉士の資格取得により、通所介護事業所における生活相談員や各介護施設でのフロアリーダーなど従事できる職責の幅が広がります。

★介護に関する入門的研修（平成 30 年度創設）

介護に関する入門的研修（以下「入門的研修」）は、STEP 1 で記載した生活援助従事者研修課程と同様、平成 30 年度に厚生労働省により、その過程が創設されたものです。

入門的研修は、介護人材のすそ野の拡大に向けて、介護未経験者が介護分野への参入の障壁となっていることを払拭できるような受講しやすい内容となっており、介護業務へ携わるうえでのきっかけ作り、多様な人材の参入促進を目的としています。

研修内容は、板橋区生活援助訪問サービスの一定研修（以下「板橋区一定研修」）で取り扱うカリキュラムと概ね同じものとなっていますが、研修時間は、板橋区一定研修における研修時間がおよそ 12 時間であるのに対し、入門的研修は 21 時間と定められています。板橋区一定研修に比べ、生活援助（特に生活支援技術の基本）、認知症・障がいに関する理解といった分野に多くの時間が割り当てられています。板橋区一定研修で学んだことの復習・理解の浸透を兼ねて、更なる基礎知識の上積みを図りたい方にはお勧めの研修となっています。

◆板橋区の介護に関する講座のご案内◆

板橋区では、一般の区民の方を対象に次の講座を実施しています。機会があればぜひ受講してみましよう。

★介護予防サポーター養成講座

介護予防サポーターとは、高齢者が主体的に運動器機能の向上や栄養改善などの介護予防に取り組めるように応援する人です。（「介護予防サポーター」は公的な資格ではありません）区の介護予防への取り組み、運動機能向上の方法、バランスの良い食生活などについて、講義と実習を通して学びます。半日×6日間の日程で年1回開催されます。費用は無料です。

【問合せ】おとしより保健福祉センター介護予防係 ☎ 03-5970-1117

★認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る地域の応援者のことです。1～2時間の講座を受講していただくと、認知症サポーターになることができます。

講座は、区の広報紙などで募集する公開講座と団体へ出向いて行う出前講座があります。修了者にはオレンジリングをお渡ししています。費用は無料です。

【問合せ】おとしより保健福祉センター認知症施策推進係 ☎ 03-5970-1121

Ⅲ 板橋区おとしより相談センター（地域包括支援センター）

名称	担当地区	所在地	電話
加賀	加賀 1・2 丁目(1 番～5 番、12 番～18 番)、板橋 1・2 丁目(1 番～17 番、22 番～53 番、56 番～69 番)、板橋 3・4 丁目、大山東町(17 番、19 番、21 番～25 番、28 番、30 番～55 番)	加賀 1-3-1	5248-2892
熊野	板橋 2 丁目(18 番～21 番、54 番、55 番)、大山金井町、大山東町(1 番～16 番、18 番、26 番、27 番、29 番)、熊野町、中丸町、幸町(1 番～6 番)、南町	中丸町 27-11	5926-6566
東板橋	加賀 2 丁目(6 番～11 番、19 番～21 番)、稲荷台、本町、仲宿、大和町、氷川町、栄町	加賀 2-1-1	5944-4611
仲町	大山町、幸町(7 番～66 番)、大山西町、弥生町、仲町、中板橋、大山東町(20 番、56 番～60 番)	仲町 20-5	5917-5201
常盤台	常盤台 1～3 丁目、南常盤台 1・2 丁目、双葉町、富士見町	常盤台 1-21-20	5392-0023
上板橋	上板橋 1～3 丁目、桜川 1～3 丁目、常盤台 4 丁目、東新町 1・2 丁目、東山町	常盤台 4-36-6	5398-8651
清水	清水町、蓮沼町、大原町、泉町、宮本町	泉町 16-16	3558-6500
志村	志村 1～3 丁目、小豆沢 1～4 丁目、坂下 1 丁目(1 番～26 番、28 番)、相生町(1 番～12 番 11 号、13 番～16 番)、東坂下 1 丁目	小豆沢 1-12-4	3967-2131
若木	若木 1～3 丁目、中台 1～3 丁目、西台 1・2 丁目(1 番～30 番 4 号、41 番、42 番)、西台 3 丁目(1 番～46 番、48 番～54 番)、西台 4 丁目	若木 1-21-3	3933-8875
坂下	蓮根 1～3 丁目、坂下 1 丁目(27 番、29 番～41 番)、坂下 2・3 丁目、相生町(12 番 12 号・13 号、17 番～26 番)、東坂下 2 丁目	東坂下 2-2-22	5970-9106
舟渡	舟渡 1～4 丁目、新河岸 1・2 丁目、高島平 7～9 丁目	舟渡 3-4-8	3969-3136
前野	前野町 1～6 丁目	前野町 2-30-9	5915-2636
小茂根	大谷口 1・2 丁目、大谷口上町、大谷口北町、向原 1～3 丁目、小茂根 1～5 丁目	小茂根 4-11-11	3959-7485
四葉	赤塚 1・2・5 丁目(1 番～17 番)、赤塚 6～8 丁目、赤塚新町 1～3 丁目、大門、四葉 1 丁目(3 番 10 号、4 番～31 番)、四葉 2 丁目	四葉 2-21-16	3930-1821
成増	赤塚 3・4・5 丁目(18 番～36 番)、成増 1～4 丁目	成増 4-14-18	3939-0678
三園	高島平 4～6 丁目、成増 5 丁目、三園 1・2 丁目、新河岸 3 丁目	成増 5-6-3	3939-1101
徳丸	西台 2 丁目(30 番 5 号～17 号、31 番～40 番)、西台 3 丁目(47 番、55 番～57 番)、徳丸 1～8 丁目、四葉 1 丁目(1 番～3 番(3 番 10 号を除く))	徳丸 3-32-28	5921-1060
高島平	高島平 1～3 丁目	高島平 2-32-2(1 階)	5922-5661

平成 30 年 8 月 1 日現在

参考文献

- ・介護職員初任者研修テキスト【第1巻】介護のしごとの基本（中央法規）
- ・介護保険のしおり【平成30年度版】（板橋区介護保険課）
- ・介護予防・日常生活支援総合事業のご案内／いたばし健康長寿100歳！
【平成30年度版】（板橋区おとしより保健福祉センター）
- ・認知症になってもあんしんなまち板橋を目指して認知症ケアパス
【平成30年度版】（板橋区おとしより保健福祉センター）
- ・知って安心認知症【平成29年9月発行】
（東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課）

板橋区総合事業生活援助訪問サービス従事者養成研修
標準テキスト（第1.2版）

平成31年1月発行

発行／編集 板橋区健康生きがい部介護保険課

作成支援 株式会社やさしい手

板橋區