

認知症高齢者が地域に住み続けられるために －住宅分野に求められる対応

- 人口の高齢化と認知症を持つ高齢者の増加・居住場所
- 認知症高齢者の定義と環境の影響力
- 認知症高齢者の類型化と住まいの事例
- 認知症高齢者への環境支援の次元と事例
- 集合住宅・団地における住宅管理の課題
- まとめと提案

図1 人口の高齢化と認知症を持つ高齢者の増加

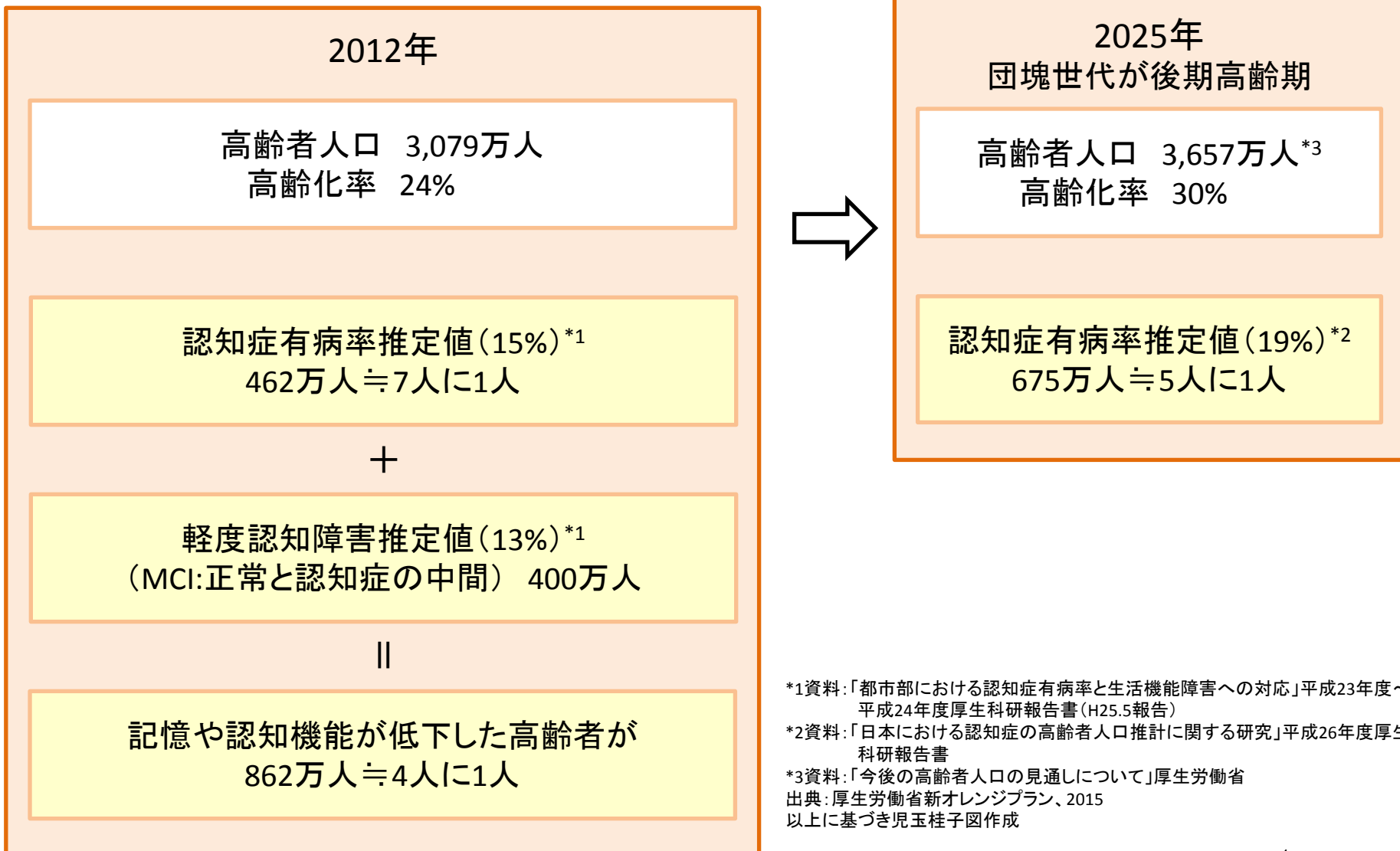
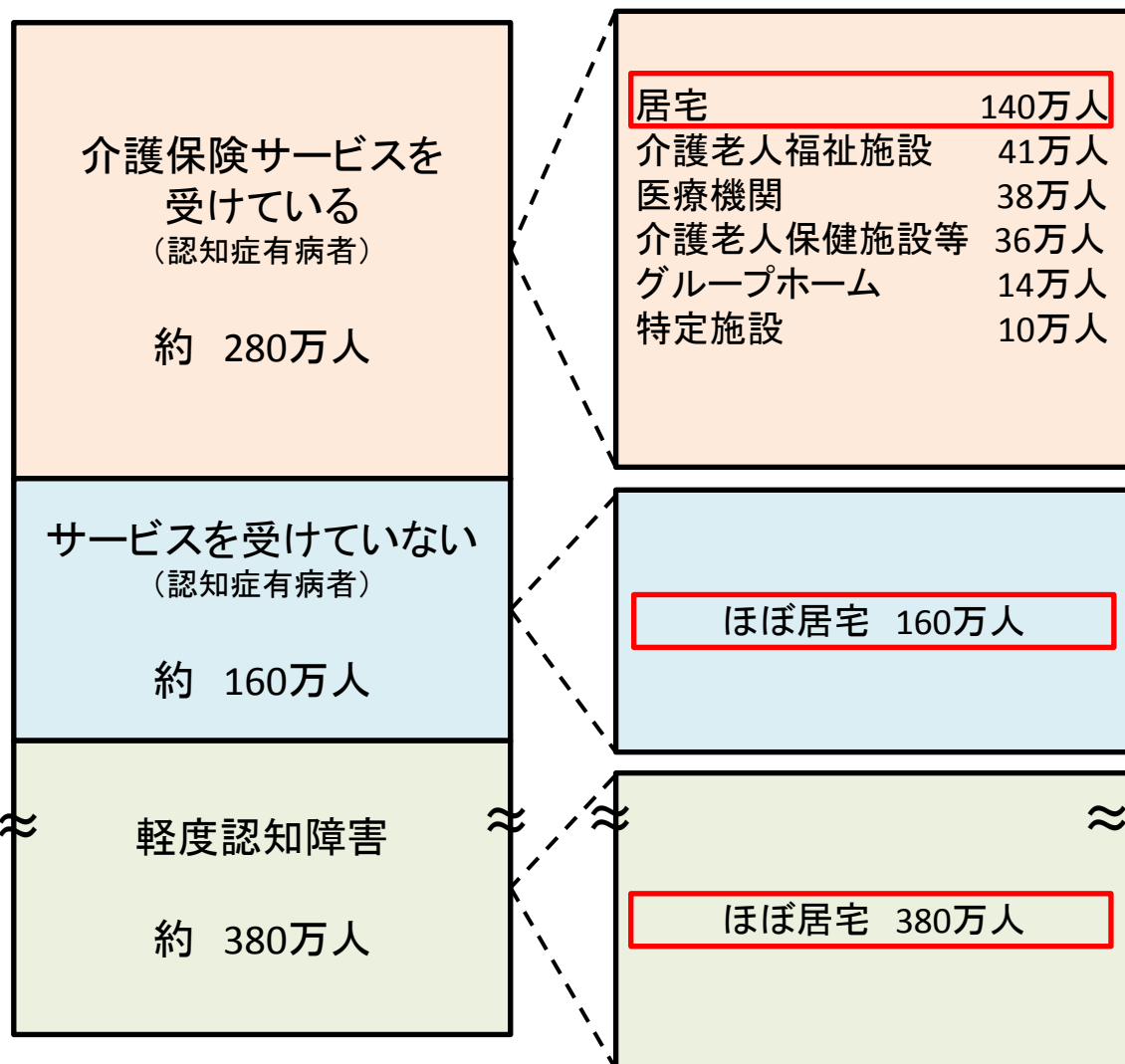


図2 認知症を持つ高齢者の居住場所(2010年 平成22年)



- ❑ 認知症高齢者は施設に居ると思われがちであるが、認知症高齢者全体の68%が居宅
- ❑ 介護保険サービスを受けている認知症高齢者の50%が居宅
- ❑ 住宅分野では、居宅の認知症高齢者と軽度認知障害者を支援することが重要

図3 認知症高齢者施策における住まい(施設・住宅)の状況

□ 国家戦略として

- 先進国は国家戦略として、大統領・首相の基に認知症施策に取り組んでいる
- 日本も認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)として、首相のもと11省庁が取り組む(2015~)

□ 基本的な方向性

- 認知症になったら施設・病院というこれまでの流れを変える
- 本人の意志が尊重され、できる限り住み慣れた地域で住み続けられる

福祉分野	住宅分野
<p>【新オレンジプラン前】 認知症に配慮した小規模で家庭的な施設の推進</p> <ul style="list-style-type: none">• グループホーム(1997~)• 個室ユニット型施設(2003~)• 小規模多機能型施設(2006~) <p>【新オレンジプラン】 医療と介護が連係して、地域での生活を支える多くの施策を展開</p>	<p>【新オレンジプラン】</p> <ul style="list-style-type: none">• バリアフリーの推進• 高齢者サービス付き住宅の推進• 住宅団地併設施設の整備 <div data-bbox="1099 1072 1740 1253" style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"><p>認知症を考慮した取り組みとは なっていない</p></div>

図4 認知症の定義と環境の影響力

認知症の定義

中核症状

- 新しいことが覚えられない(記憶障害)
- 時間・場所等が分からない(見当識障害)
- 判断力低下など



行動・心理症状

- 不安・徘徊・幻覚・攻撃性など多様な症状
- 個人差が大きい。個人の中でも変化が大きい



日常生活上の困難

- 健康状態の悪化
- 仕事や対人関係など社会生活上の問題
- 介護者の身体的・心理的な負担が重くなる
- 誰かの手を借りないと自立した生活が困難になる

新たなケアと環境の影響力

パーソン・センタード・ケア

- 何も出来ない・分からないというラベルを貼らない
- 残された能力を引き出す
- 豊かに残された感情を尊重して尊厳のあるケア



環境の効果は大きい

- 配慮した環境は、認知症の人を落ち着かせ症状を緩和する治療的效果がある
- 環境を整えることで自立が維持できる
- 手掛かりがあれば、記憶低下を補える 等

認知症の定義: 中核症状や行動・心理症状により日常生活上の困難がある

表1 在宅にいる認知症高齢者は多くの困難に直面する

困難な行動	例示
転倒・転落	<ul style="list-style-type: none"> 歩くと足がもつれることを認識できず、小さな段差で頻繁につまずく 車いすから立とうとして転倒 縁側から外をのぞいて、前かがみになり転倒して、額にけが
やけど・失火	<ul style="list-style-type: none"> ご飯を炊こうとして、電気釜をガスにのせて点火 ガスの元栓を締めておいたら、紙に火をつけて点火しようとした 火事未遂を起こした
けが・骨折	<ul style="list-style-type: none"> ベッドから起き上がり、ベッド柵に腰をぶつけて骨折 家具にぶつかり、目の上を切り5針縫合
異物誤飲・異食	<ul style="list-style-type: none"> 薬を勝手に全部飲んでしまった 食べ物が出ていると、手当たり次第に食べてしまう まだ食べられない木の実を食べてしまう
失見当識	<ul style="list-style-type: none"> トイレや自分の部屋がわからなくなっている 季節や気温がわからず、夏なのに冬の洋服を着ることがある
徘徊	<ul style="list-style-type: none"> 目を離すと外に出て戻れなくなる 徘徊防止のために施錠してあるが、外に出られないと分かると怒る 昼夜の別なく家の中を歩き回り、つまずいて転倒する
失禁	<ul style="list-style-type: none"> 便意を感じるとその場で排泄してしまい、いじりまわす 夜目覚めた時にトイレの方向がわからず、寝室で排泄
その他	<ul style="list-style-type: none"> 夜間何度でも起きて、介護者を眠らせない 介護者の姿が見えないと探し回り、近所の戸をたたいて回る 犬が鳴いたり、電話がかかると不穏になる

注) 東京、千葉市、愛知県など5地域で在宅サービスを利用する認知症高齢者87名への調査による

出典: 下垣光・児玉桂子・足立啓他「在宅認知症高齢者の住生活における困難に関する研究」平成12年度厚生科研報告書、日本社会事業大学、2001

表2 住まいの視点からみた認知症高齢者の類型^{注1)}

上段: 代表的な症状 下段: 建築的対応の例示

I 歩行・見当識高群	II 歩行・見当識中群	III 歩行高・見当識低群	IV 歩行・見当識低群
<ul style="list-style-type: none"> • 短時間の歩行可 • 時々場所を忘れる • 最近の出来事はよく忘れるが古い記憶は保持 • トイレの使用は可能だが後始末不十分 	<ul style="list-style-type: none"> • 杖や伝い歩き • 日時・場所など不確か • 新しい記憶が困難で古い記憶も部分的に脱落 • 時に失禁 	<ul style="list-style-type: none"> • 歩行可能 • 家族は分かるが、場所・時間の見当識障害進行 • 新しいことは全く覚えられない • 失禁によるおむつ使用 • 徘徊・大声など行動・心理症状が頻発 	<ul style="list-style-type: none"> • 寝たきりの状態 • 日時・場所・人の識別困難 • 記憶する事が不可能 • 常時失禁 • 元氣なくぼんやり
<p>転倒防止・安全確保は共通に重要</p>			
<ul style="list-style-type: none"> • トイレの手すりや段差解消などバリアフリー • 空間や物の配置の分かりやすさ • 和式の生活からいすやベッド • 居間や台所を明るく見通しよくする 	<ul style="list-style-type: none"> • トイレの手すりや段差解消などバリアフリー • 空間や物の配置の分かりやすさ • 和式の生活からいすやベッド • 居間や台所を明るく見通しよくする 	<ul style="list-style-type: none"> • 貴重品や危険物の安全な保管 • 失禁に対応しやすい床や処理のための流し • 徘徊への対応 • 個人差が大きいので個別対応が大切 	<ul style="list-style-type: none"> • 段差の解消 • 家族が見守りしやすい空間構成 • 家族が休息できる空間確保

注1) 介護支援専門員(320人)の回答による。認知症の状態像23項目と在宅環境整備25項目により自己組織化マップ(SOM)で類型化。移動能力と見当識から命名した。家族介護者を対象にした調査でも類型化を試みたが、類似した傾向が得られた。

出典: 大島千帆・児玉桂子: 認知症高齢者の状態像に基づく類型化と類型別にみる在宅環境配慮の効果—介護支援専門員への調査から、日本建築学会計画系論文集、76巻、665号、1205~1212、2011

表3 認知症高齢者の住まいの工夫の事例

- ポイント
- 1) 早期に改修を行ったので、使いこなせている
 - 2) 家族と介護支援専門員が連携して、家庭内での役割の維持を大切にした

Aさんのプロフィール	基本的な高齢対応 (住宅改修)	主に認知症へ対応 (住まいの工夫)
<ul style="list-style-type: none"> 歩行・見当識高群に該当 男性 要介護2 アルツハイマー 身辺動作は自立 新しいことが覚えられない 要介護2の妻・娘・孫の4人家族 ホームヘルパーやデイサービスを利用 お茶を入れる、風呂を沸かす、庭掃除など家庭内で多くの役割がある 家族と介護支援専門員が密に連携して、家庭内での役割の維持を考えた住まいの工夫を実施 	<ul style="list-style-type: none"> トイレの改修 早期に改修したので、使いこなせる 但し便器の蓋を上げておかないと上に排尿 玄関・廊下の手すり 妻も利用 風呂の湯沸装置 早期に改修したので、今も使用可能 	<ul style="list-style-type: none"> テーブル付き椅子 こぼさずに食事ができるようになった こたつの時は食べこぼしが多く、出勤前の家族が大変だった 1週間の予定表 日課表があることで予定や訪問ヘルパーが分かり、混乱なく過ごせる ポット 火の危険を回避するためポットにして、お茶入れの役割を継続。何度も蓋を開けて中を見る為、床に置き転倒防止 薬の袋 飲み間違えないように袋に朝昼晩と書くことで、自立維持

表4 認知症高齢者への環境支援の次元

□ 認知症高齢者への環境支援指針

Professional Environmental Assessment Protocole =PEAP日本版 8つの次元¹⁾

ここでは在宅研究²⁾³⁾から抽出した2つの次元を加えた

□ 在宅一通所施設－入所施設に共通の次元

これを用いることで、地域の中にギャップの少ない環境を構築できる

次元	内容
1. 見当識への環境支援	<ul style="list-style-type: none"> 空間や時間の分かりやすさ 使い慣れた形態、なじみの形態が大切
2. 機能的能力への環境支援	<ul style="list-style-type: none"> 身の回りの動作や家事の自立を支え、維持する
3. 環境における刺激の質と調整	<ul style="list-style-type: none"> 視覚・聴覚など五感に豊かな刺激を提供 過剰で落ち着かない刺激を調整
4. 安全と安心の確保	<ul style="list-style-type: none"> 転倒や火など生活上起こりうる危険を予防する 見守りのしやすさの確保
5. 生活の継続性	<ul style="list-style-type: none"> 認知症高齢者の家庭・社会の中で役割、これまでの生活スタイルを尊重
6. 自己選択への支援	<ul style="list-style-type: none"> 認知症の人が居場所や活動を自分で選択できるように支援
7. プライバシーの確保	<ul style="list-style-type: none"> 個別のニーズに対応して、一人になったり人との交流が選択的に図れる支援
8. ふれあいの促進	<ul style="list-style-type: none"> 友人・地域との交流・趣味活動の維持
9. 失禁や徘徊等への対応	<ul style="list-style-type: none"> 失禁・徘徊・その他の行動・心理症状への個別的対応
10. 介護者への支援	<ul style="list-style-type: none"> 家族等の介護者の介護負担の軽減 家族が休息できる場の確保

出典:

1) 児玉桂子・古賀誉章・沼田恭子他: PEAPにもとづく認知症ケアのための施設環境づくり実践マニュアル、中央法規、2010

PEAPは<http://www.kankyozukuri.com/>から全文ダウンロードできる

2) 大島千帆・児玉桂子・後藤隆他: 認知症高齢者の在宅環境配慮に関する研究－家族介護者の自由記述に基づく住居配慮の次元－

3) 大島千帆・児玉桂子: 認知症高齢者の状態像に基づく類型化と類型別にみる在宅環境配慮の効果－介護支援専門員への調査から、日本建築学会計画系論文集、76巻、665号、1205~1212、2011

表6 集合住宅・団地の管理と認知症高齢者(2)

—UR超高齢団地での研究・実践から—

<p>団地の概要</p>	<ul style="list-style-type: none"> • UR A団地 (URと大学が関係協定): 調査研究や学生が コミュニティカフェで実践活動等 • 全住戸 3,180戸 居住者≒4,500名 • 高齢化率 40% 10年ごとに20%増加と推計 • 認知症の推計 認知症有病者≒270名 軽度認知障害(MCI)≒230名
<p>認知症について 居住者等の声</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 認知症に焦点化した調査は行っていない □ 住民は認知症を敏感にとらえていることが分かる • 全戸数調査¹⁾では「日常生活で不安に思うこと」の第3位が認知症。回答者の24% (調査の自由記述から) • 周りに認知症の方が増えていると感じる • 認知症の人に気づいた時には生活支援アドバイザー等に知らせる • 住民による助け合い互助活動で、支払のトラブルが起きたことがある • 認知症の人の徘徊で、警察と関係したことがある • 家族に認知症の人がいるが、周囲の理解が得にくい 等

表7 認知症になっても地域に住み続けられるために

まとめと提案

<p>全般</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 国土交通省・東京都・民間賃貸住宅関連団体に問い合わせをさせていただいたが、福祉分野では重要課題であるのに対して、住宅分野では認知症はまだ問題として取り上げられていない □ 2025年に向けて、今後10年の住宅施策の中で、取り上げることが急務
<p>高齢対応住宅の基本仕様</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 「高齢者が居住する住宅の設計に係る指針」の内容は普遍的であり、認知症にも対応可能と思われる。しかし、認知症の視点から検討が必要
<p>住宅リフォーム・住み方の工夫</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 多くの住宅リフォームマニュアルは、杖・車いす等の移動障害に対応した内容。認知症を取り入れる必要がある □ 認知症に対応した「住宅リフォーム＋住まいの工夫」事例の蓄積が必要 □ 認知症の症状の多様性や変化に対応するために、「住み方の工夫」を認知症ケア技術として位置付けていきたい □ これまで以上に建築と福祉・保健分野が連携して取り組む必要が大きい
<p>集合住宅・団地の管理</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ トラブルメーカーとレッテルを貼られている居住者の中に、認知症がいる可能性がある。集合住宅の管理者には認知症対応のノウハウが必要 □ 高齢化が進展しているURや公営団地では、実態把握とモデル事業の実施が望まれる
<p>認知症の理解と対応力養成研修</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 福祉分野ではきわめて多くの認知症対応のための研修が実施されている □ 認知症高齢者に配慮した「住宅リフォーム」や「集合住宅・団地の管理」の研修など必要 □ 「認知症への住まいの工夫研修」を練馬区内で、住宅改修事業者・介護支援専門員・地域型施設職員を対象に実施している