

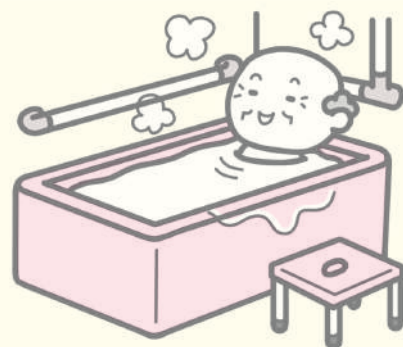
# 新人介護職のための教科書



介護の基本が  
よーくわかる！



中巻  
妹尾弘幸著



# 目次 CONTENTS



## 1 「尊厳の保持」の考え方

- 「尊厳の保持」の考え方 ..... 6
- 自己評価シート ..... 17

## 2 介護の基本技術

- 食事介助 ..... 20
  - 食事ケアに対する介護者の意識 ..... 22
  - 食事の環境チェック ..... 24
  - 方向を意識した食事介助 ..... 30
  - 望ましくない介助例 ..... 32
  - 食後の口腔ケア ..... 34
  - トイレ誘導 ..... 37
- 排泄介助 ..... 38
  - 片麻痺の方の移乗介助(車イス⇔便座) ..... 38
- 更衣介助 ..... 46
- 入浴介助 ..... 56
  - 入槽動作 ..... 58
- 整容介助 ..... 70
  - 衣服の選択と身だしなみ ..... 72
- 睡眠 ..... 74
  - 睡眠不足・睡眠障害について ..... 75
  - 安眠のためのケアの工夫・環境整備 ..... 76
  - 自己評価シート ..... 79
  - やってみよう ..... 80



### 3 認知症 I

※Ⅱは下巻で紹介

#### ・ 認知症ケアの基本的な考え方 ..... 84



認知症って何？ .....	88
認知症の介護技術の基本的視点 .....	94
認知症のご利用者への対応 .....	100
家族への支援 .....	104
認知症の理解評価シート .....	108



### 4 リスクマネジメント I

※Ⅱは下巻で紹介

#### ・ 3つのリスクマネジメント ..... 110

ご利用者に対するリスクマネジメント .....	112
「発生予防」「発生時対応」「発生後対応」 .....	114
感染症対策 .....	120
転倒リスクについて .....	126
職員のリスクマネジメント .....	132
腰痛予防 .....	136
送迎について .....	140
運転8ヶ条 .....	144
考えてみよう/やってみよう .....	146
理解度テスト .....	148



#### 介護用語集 ..... 155

(本文中の☆の用語について解説)

## 第1章

# 「尊厳の保持」の考え方



介護現場で起こる尊厳の侵害について考えてみましょう。

# 「尊厳の保持」の考え方

介護保険法では、高齢者ご本人の「尊厳の保持」が定められています。  
ご本人の豊かな生活の実現には、「尊厳の保持」が不可欠です（上巻第2章「介護の目的」参照）。  
では具体的に各場面でどのように「尊厳の保持」を実現すれば良いのでしょうか。

## 1. 介護の中で「尊厳の保持」を実現するために

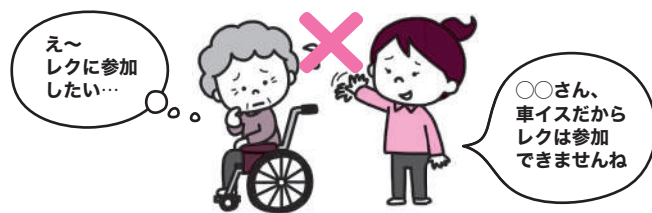
「尊厳の保持」の意味は理解できるのですが、毎日の介護の中で具体的に実行する場面になると、  
どうすれば良いのか悩むことが多いと思います。

現場でご本人の尊厳の保持を実現するためには、身体面、精神面、社会面に対してどのような注  
意を払ったら良いのかを考えると良いでしょう。

- ① 「身体面で本人の尊厳を守る」
- ② 「精神面で本人の尊厳を守る」
- ③ 「社会面で本人の尊厳を守る」

### ① 身体面で尊厳を守るとは

➡ けが、病気、機能低下、  
能力低下、参加低下の発生を防ぐ



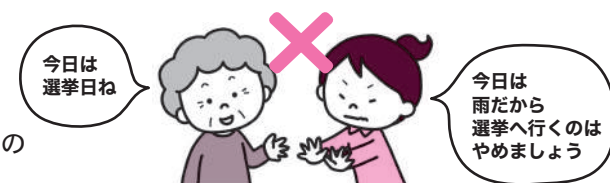
### ② 精神面で尊厳を守るとは

➡ 痛みや不安・不信心・悲哀・怒りなどを  
感じさせない

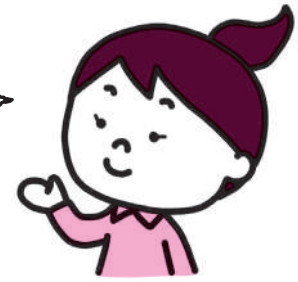


### ③ 社会面で尊厳を守るとは

➡ 社会的権利(例:選挙時の投票権など)の  
剥奪、経済的損失などを防ぐ



介護現場で起こる「尊厳の侵害」には  
どんなものがあるのでしょうか？



## 「尊厳の保持」の基本的考え方

種別	項目	例
身体面	けが予防	・ 転倒骨折、誤嚥 <sup>じよくそう</sup> ・褥瘡 <sup>☆</sup> 、やけどなどを発生させない
	病気予防	・ 感染症(白癬 <sup>はくせん</sup> ・食中毒・風邪など)の予防 ・ 生理現象を放置したり、我慢させることをしない
	能力・機能低下予防	・ 能力を使う機会をつくらない、活動を過剰に制限する、過剰な介護をする、長時間放置する、などの防止
精神面	不安を感じさせない	・ 放置、一人にする、不安な環境下に置く ・ 怖がらせる、びっくりさせるなどの防止
	不信感を抱かせない	・ 嘘をつく、出まかせを言う、約束を忘れる、だますなどの防止
	悲哀を感じさせない	・ 無視、差別、のけ者、あざ笑う、いじめる 孤立、決めつけなどの防止
	怒りを生じさせない	・ 馬鹿にする、子ども扱い、見下す、強要、後回し、無視、欺き <sup>あざむ</sup> などの防止
社会面	権利を剥奪しない	・ 職業選択の自由、言論の自由、選挙権、生存権、男女平等、基本的人権などの権利を守る
	経済的損失をさせない	・ 無駄な買い物、高価な買い物、無駄な消費 ・ 非効率なケア、効果のないケアの防止

☆の用語についての解説は、巻末の介護用語集をご覧ください

## 2. プライバシーの保護

プライバシーとは、「個人や家庭内の私事、私生活、個人の秘密、また、それらが他人から干渉・侵害を受けない権利(大辞泉)」です。

介護は、個人への直接的なサービスであるため、個人の生活や個人情報にかかわることが多く、その時点でプライバシーは侵害されているのですが、「自分の生活の質を高めるため」という理由で、ご本人はプライバシーの侵害を許容しています。

従って、プライバシーの侵害は最低限にしなければいけませんし、本人が許可しない限り、他者(あなたの家族も含む)に本人の私的情報を話してはいけません。



## プライバシーの侵害の個人差

「プライバシーを侵害された」と感じる範囲は、人によって異なります。そこで大事になるのは、以下の2点です。

### ① 自分自身の基準に当てはめない!

自分だけの基準で判断せず、ほかの人の視点や意見も含めて考えましょう。



### ② 最も敏感に感じる人を基準にする!

より敏感に、厳しい視点を持てる人を基準に判断しましょう。



## トイレに関するプライバシー例

排泄はとてもプライベートな行為です。介助者の言葉や行為によって、ご利用者の自尊心や自立心を傷つけることがないように配慮することが大切です。

以下にその侵害例を紹介します。



大声でトイレに誘う

排泄に関する情報を  
人前で聞く

排泄に関連することについて  
人前で言う

## カーテントイレのプライバシー侵害例

- 視覚的プライバシー侵害
- 聴覚的プライバシー侵害
- 嗅覚的プライバシー侵害



隙間から姿が見える



音が聞こえる



臭いが漏れる

自分だったら、この場所で排泄できるでしょうか？



## 3. 虐待防止

介護を必要とする人々の尊厳を守るために、虐待や身体拘束をすることは法律で禁じられています※。要介護状態にある人は虐待を受けやすい立場にあるため、特に介護に携わる者には、虐待防止と拘束防止に対する高い意識が求められます。

### ※高齢者虐待防止法

高齢者への虐待は社会問題化し、平成17年11月1日に「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律(以下、高齢者虐待防止法)」が成立し、平成18年4月1日から施行されています。このほか、児童虐待防止法、障害者虐待防止法などがあります。

## 高齢者虐待には以下の5つがあります

# 1

### 身体的虐待



# 2

### 介護・世話の放棄・放任



# 3

### 心理的虐待



# 4

### 性的虐待



# 5

### 経済的虐待



## 5つの虐待と具体例

## 1 身体的虐待

➡ 暴力的行為などで、身体に傷やあざ、痛みを与える行為や本人の意思に反して、強く行動を制限すること。動けなくすること

## 【具体的な例】

- 平手打ちをする、つねる、殴る、蹴る、無理やり食事を口に入れる、やけどさせる
- ベッドに縛り付ける、薬を過剰に与え動けないようにする、身体拘束をするなど

## 2 介護・世話の放棄・放任

➡ 意図的であるか、結果的であるかを問わず、介護や生活の世話をしている家族が、その提供を放棄、または放任し、高齢者の生活環境や高齢者自身の身体・精神的状態を悪化させていること

## 【具体的な例】

- 室内にごみを放置するなど、劣悪な環境の中で生活させる
- 高齢者本人が必要とする介護・医療サービスを、相応の理由なく制限する、使わせない
- 同居人による高齢者虐待と、同様の行為を放置すること など

## 3 心理的虐待

➡ 脅しや侮辱などの言語や威圧的な態度、無視、嫌がらせなどによって精神的、情緒的苦痛を与えること

## 【具体的な例】

- 排泄の失敗を嘲笑したり、それを人前で話すなどにより高齢者に恥をかかせる
- 怒鳴る、ののしる、悪口を言う
- 侮辱を込めて、子どものように扱う
- 高齢者が話し掛けているのを意図的に無視する など

## 4 性的虐待

➡ 本人との間で合意が形成されていない、あらゆる形態の性的な行為やその強要

## 【具体的な例】

- 排泄の失敗などに対して懲罰的に下半身を裸にして放置する
- キス、性器への接触、セックスを強要する など

## 5 経済的虐待

➡ 本人の合意なしに財産や金銭を使用し、本人の希望する金銭の使用を理由なく制限すること

## 【具体的な例】

- 日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせない
- 本人の自宅などを本人に無断で売却する
- 年金や預貯金を本人の意思・利益に反して使用する など

# 虐待は絶対起こさない！

## 虐待は犯罪です。

要介護者を守るべき介護職が、虐待をするようなことがあってはいけません。

虐待は本人の尊厳を著しく損ね、QOLを低下させます。虐待をした側も刑事罰を受け、人生がめちゃくちゃになり、家族や親族にも影響を及ぼします。「虐待は絶対に起こさない！」と肝に銘じて、介護に携わってください。

### 〈ここがポイント〉

- ◎ 日ごろからお互いに虐待防止について話し合おう
- ◎ 虐待の怖さを強く認識し合おう
- ◎ 虐待をする危険性は常にみんなにあることを認識し合おう
- ◎ 組織として虐待を防ぐシステムづくりに取り組もう

# 虐待 絶対ダメ！

# 虐待は 犯罪です



## 4. 身体拘束

介護保険指定基準において、「身体的拘束、その他ご利用者の行動を制限する行為<sup>☆</sup>」が禁止されています。

身体拘束には3つのロック、①フィジカルロック、②ドラッグロック、③スピーチロックがあります。また、厚生労働省の「身体拘束ゼロへの手引き ～高齢者ケアにかかわるすべての人に～」では、身体拘束の具体例として、次ページのような行為が挙げられています。

### 身体拘束 3つのロック

#### ① フィジカルロック



肉体をひもなどで縛る。  
部屋に閉じ込める など

#### ② ドラッグロック



向精神薬<sup>☆</sup>を過剰に与え、動けないようにする など

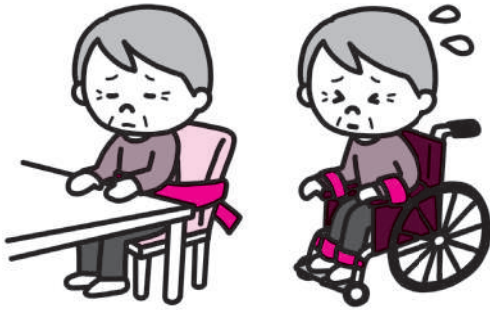
#### ③ スピーチロック



指示や禁止などを強い口調で伝えて抑圧する。  
「そこでじっとしておけ!」と、きつく脅す など

☆の用語についての解説は、巻末の介護用語集をご覧ください

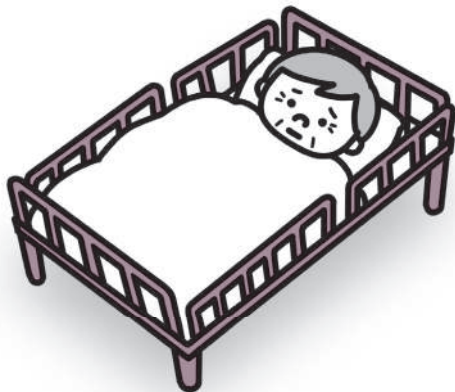
## 身体拘束の例



徘徊<sup>☆</sup>しないように、車イスやイス、ベッドに体幹や四肢をひもなどで縛る



転落しないように、ベッドに体幹や四肢をひもなどで縛る



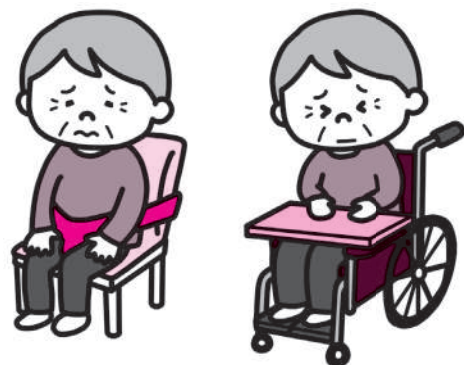
自分で降りられないように、ベッドを柵(サイドレール)で囲む



点滴、経管栄養<sup>☆</sup>などのチューブを抜かないように、四肢をひもなどで縛る



点滴、経管栄養などのチューブを抜かないように、または皮膚をかきむしらないように、手指の機能を制限するミトン型の手袋などを着ける



車イスやイスからずり落ちたり、立ち上がったりしないように、Y字型抑制帯<sup>☆</sup>や腰ベルト、車イステーブルなどを付ける

☆の用語についての解説は、巻末の介護用語集をご覧ください



立ち上がる能力のある人の立ち上がりを妨げるようなイスを使用する



脱衣やおむつ外しを制限するために、介護衣(つなぎ服<sup>☆</sup>)を着せる



自分の意思で開けることができない居室などに隔離する



行動を落ち着かせるために、向精神薬を過剰に服用させる



他人への迷惑行為を防ぐために、ベッドなどに体幹や四肢をひもなどで縛る

☆の用語についての解説は、巻末の介護用語集をご覧ください

## 〈身体拘束廃止のための5つの指針〉

### ① トップが決意し、施設や病院が一丸となって取り組む

組織のトップ(理事長・施設長・看護部長・介護部長)が身体拘束廃止を決意し、事故やトラブルが起きた際にはトップが責任を引き受ける決意とバックアップが大切です。「身体拘束廃止委員会」を設置し、施設全体で取り組む体制づくりも重要です。



### ② みんなで議論し、共通の認識を持つ

「ご利用者中心」の考え方で問題意識を共有することが重要です。身体拘束に対する基本的な考え方や転倒などの事故防止策、対応方法の説明をし、理解と協力を得ることが大切です。



### ③ 身体拘束を必要としない状態の実現を目指す

問題となる行動の原因を探り、その原因に対してアプローチし、問題となる行動を解消していくことが大切です。



### ④ 事故の起きない環境を整備し、柔軟な応援態勢を確保する

手すりを付ける、ベッドを低くする、床に物を置かないなど、事故が起きにくい環境づくりが第一です。次に、介護職やご家族がお互いに助け合える態勢づくりが重要となります。



### ⑤ 常に代替的な方法を考え、身体拘束をする場合は極めて限定的にする

身体拘束は、基本的にはすべてのケースで廃止していく(行わない)という姿勢が強く求められています。そのため、例外的な場面で身体拘束を行う際(非代替性、切迫性、一時性の3つの要件すべてを満たす場合)は、厳格な手続きを経て、限定的に行うものとされています。

#### 〈3つの要件〉

