

家族によるセンター方式活用リーフレット ご本人とご家族が安心して よりよく暮らしていくために



互いの努力が実を結ばない現状

本人も周囲の人も戸惑いや混乱する場面が増えていく認知症。何年にも渡る認知症の長丁場の経過を本人や家族はどう暮らしていくか…。ケア関係者や行政はどう支えていくのか。各自の思いやもっている力をうまく活かしあえないために、本人や家族、そしてケア関係者も、それぞれの努力がなかなか実を結ばず、不安や負担を抱えたままの日々になりがちです。

認知症の人を支える共通のケアマネジメントの方法を

本来介護保険では、サービスの当事者である本人と家族の意向や選択が重視されています。意向にもとづいて一人ひとりにあった介護計画が作られ、サービス関係者による一貫した支援を受け、状況の変化に応じた見直しがされていくことになっています（この全体的な流れがケアマネジメントです）。これまで、認知症の方へどのような方法でケアマネジメントしていけばいいか共通の方法がなかったために、当事者の意向や実情がケアマネジャーからケアのプロに伝わりにくく、サービスを利用してもばらばらで、本人や家族の安心と満足につながりにくかった点が大きな課題でした。

「いつでも、どこでも、当事者本位に」：センター方式のねらい

「認知症になり始めの頃から最期を迎えるときまで、在宅にいても、施設・病院に移り住んでも、本人と家族の思いや暮らしを大切に関係者が継続的に支えていくための共通の方法を」。こんな願いを実現するために作られたのが「センター方式（正式名称=認知症の人のためのケアマネジメントセンター方式）」です。ケアマネジャーを要にして、本人と家族、ケア関係者が共通シートを使って互いの思いや実情、アイデアを出しあい、「本人と家族のよりよい暮らし」をめざして「やれること」を一緒に探りながらケアサービスをよりよくしていく方法です。

- ◎ センター方式の詳細は、ホームページ（いつでもコネット）<http://www.itsu-doko.net/>
- ◎ テキストは、「認知症の人のためのケアマネジメントセンター方式の使い方・活かし方」中央法規
- ◎ センター方式を利用してみたい方、ご相談・お問い合わせはこちらへ
認知症介護研究・研修東京センター ケアマネジメント推進室
電話：03-3334-1150 ※ 毎週火曜日13時～18時30分
ファックス：03-3334-2156、Eメール：kazoku@itsu-doko.net



気軽に使おう！伝え合うこと、ケアに活かすことが肝心！

- * 抱えている思い、ささいな暮らしの情報が、「いいケア」の重要な鍵となります。
- * 認知症がどんな段階でも、まずは本人と家族がしっかり声を伝えよう！
- * プロは、しっかり本人と家族に向き合おう、声を聴こう、声なき声をキャッチ！
- * 共通シートは、全シートを一度に全部記入する必要はありません。今かけるところ、わかっていることだけの（気軽な記入）が活用のポイントです。シートは選択式ですので、書けるシート、役立ちそうなシートを1枚からでも記入しましょう。
- * シートの記入が目的ではありません。本人、家族、プロが互いに伝え合い、ケアに活かせる点を見つけて、即、実行していきましょう。

☆ **実際にセンター方式を活用し始めると、様々な成果がうまれてきます。**
⇒ **次面を、ぜひご覧下さい**

それぞれの立場でセンター方式を活かそう！



本人

物忘れが気になる、これからが不安…。まだまだ話したり、書いたり出きるうちに、あなた自身がシートの記入をはじめませんか？自分なりに守りたい暮らし、これまでの暮らし方やわが人生、家族や大切な人へ伝えておきたいこと、わかってほしいことなど。記入が無理でも、周りに話して下さい。ケアのプロに教えて下さい。

家族

家族の思い、困っていること、暮らしと介護の実情、周囲に知ってほしいこと、家族なりの努力や工夫、家族だからこそ知っている本人の今とこれまでなど、わかっていることをシートに記入しよう。記入が無理でも、ケアマネやケアスタッフに伝えよう。介護保険の認定調査やケアマネらとの話し合い、受診や入院、入所などの際にシートを渡そう。

ケアマネ

今わかっていることから記入しよう。本人や家族、ケア事業者から情報を聞こう。現場の職員にシートを渡して現場情報を寄せてもらおう。担当者会議やケアプランの作成や見直しに活かしていこう。

ケア事業者

現場ならではの情報をケアマネに伝えよう。シートを日誌代わりに使って、事業所ごとの介護計画をより具体的にしていこう。家族とのコミュニケーションやケアの手がかりにしていこう。

- ☆ **行政 地域ぐるみで導入し、ケア関係者の協働や力量形成に活かそう。**
- ☆ **困難例の相談に活かそう。**

センター方式を使ってみたご家族の声

在宅でご家族が 介護中

1. センター方式でケアマネジャー、デイサービス、ショートステイと三者が連絡するようになり、本人の事を充分理解していただけたと思い、安心できるようになった。(74歳 妻)

2. ケアマネジャーやサービス担当者の方々が家族以上によく観察し配慮していたことを知り、ありがたく思っています。(77歳 妻)

3. 本人や家族の状況や希望をケアマネジャーや事業者によって一定の書式で伝え記録することは現況の認識、ひいては介護の質を高めるのに良い方法だと思いました。(68歳 妻)

4. 義母のここ2、3年の変化について、改めて確認できました。その上で本人の身になり、しっかりした介護ができればよいと考えさせられました。(52歳 嫁)

5. 認知症の状態を客観的に見られ、違いなど埋め合わせができた。(42歳 息子)

6. 現状・将来について検討でき、よい対応を探る機会となった。(62歳 娘)

7. 今まで抱えていた不安など心の負担が軽減され、また皆様の配慮を心強く感じました。これからも介護という長い道のりを歩んでいきますが、明かりを照らしていただいた気持ちです。(38歳 娘)

8. こちらの介護ばかりでなく、本人が何をしようとしているのか汲み取らなければということが理解できた。腹を立ててはいけないうれい、わかってはいるけれど、つい、本人を怒ってしまっていることに気づいた。(77歳 妻)

9. 認知症についての理解が更に深まりました。認知症になっても残された能力はたくさんあるので、その人らしく生きるにはどうしたら良いかなど考える機会になりました。(57歳 嫁)

10. 本人に対してどのようにしてあげたらよいのか(してあげる事がよいのか)をとっても考えさせられた。(年齢不明 娘)

11. もうイヤ、辛い、大変と思いますが、実はそのことが起きる状況の中に、本人の力が残されているのだと気づきました。(57歳 嫁)

12. 義母本人の様子を静かに見守ってあげたり、どう思っているのか?など場面場面でひと呼吸おけるようになりました。また100点満点ではなく、テゲテゲ(だいたい)でもいいかと余裕ができました。(53歳 嫁)

13. 私が文書を作成して行く時に母の小さなころの生い立ちを叔母達から聞いたり、本人から要望をきいたりしてゆく中で、より母の事を知ることができ、少し気持ちに幅ができたような気がします。(48歳 母)

ご本人が施設に 入所中

1. センター方式を活用したことで、一つ一つ細かなことでも真剣に取り組んでもらった。食器をそろえてもらったり、ベッド柵のカバーを作ってもらったり、いつも声をかけてもらったりと、これからもセンター方式を継続してほしい。(85歳 妹)

2. 認知症の症状がどのようなものか分かるようになった。姉の表情に変化が見えてきたことが嬉しかった。(79歳 妹)

3. 介護者側でなく、本人の視点で見つめることのできるアセスメントであり、本人の意思、意向等をしっかりとらえることができ、将来の介護のあり方にも改めて気づく機会になり、非常に良いプランを作成できた。(20歳 家族)

4. 家族がケアマネジャーさんやスタッフの方達と話し合う機会が持てた事がとても良かったです。(60歳 娘)

5. おばあちゃんの状態がより詳しく把握する事ができて嬉しいです。(53歳 嫁)

6. 母をより深く理解する良い機会になったと思います。そしてその結果、今までは現状維持で良いと思っていましたが、色々な角度からアプローチし、より良い環境を探し、創ろうと思うようになりました。(49歳 娘)

7. 本人(入居者、妻)の自立心を高めることを主眼、目標に介護してもらい、現在おどろく程自分自身で身の回りの事ができるようになり感謝しております。(76歳 夫)

8. 施設のケアの方法や考えなどを伺う機会が多くなり、かかわり方を学ぶことができ、信頼感も増しました。又、母が意欲的になっているのが何よりうれしく思います。(55歳 娘)

9. 自分自身いろんな事に関心を持つことができた。気持ちを明るく考えるようになった。(56歳 娘)

10. 本人の伝えたいことを私の思い込みがあったため、よく理解してあげられなかったことがよくわかりました。又、本人に生きがいがあることを知って私の心も目がさめました。私も前を見て一緒に歩いていくことが一番良い介護につながるのでは、と考えるようになりましたことをお礼申し上げます。(84歳 不明)

11. 認知症に対しての理解を誤認して捉えられていた為、不穏症状が生じた時スタッフ全員が身構えるという精神症状に陥った事が、認知症の者に以心伝心として伝わり、不安に陥ったり、その雰囲気や異常と捉えた為に症状を増幅させていると感じていたが、センター方式をとおして認知症に対する取り組み方を変えて頂くようになってから、本人は落ち着いている様に見受けられます。ぜひ、どこの施設でもこの取り組みに参加してもらい、手のかかる邪魔者を排除する傾向に歯止めをかけていただきたいです。(53歳 娘)

12. プロとしてのスタッフの方々に対して、こちらから意見・要望を述べるのは心苦しく思いますが、シートを通して伝えることができました。(68歳 妻)

13. センター方式を通して本人が以前にもどり、意思表示ができるようになり大変良かったと思います。(63歳 親族)

14. これを機に、少しでも認知症の事を多くの人に理解して頂き、また介護する側の相談・意見などを十分に受け入れて頂き、なおかつ本人の気持ちを理解して介護に取り組んでいただける施設が増える事を希望する。(48歳 不明)

