

認知症支援チーム

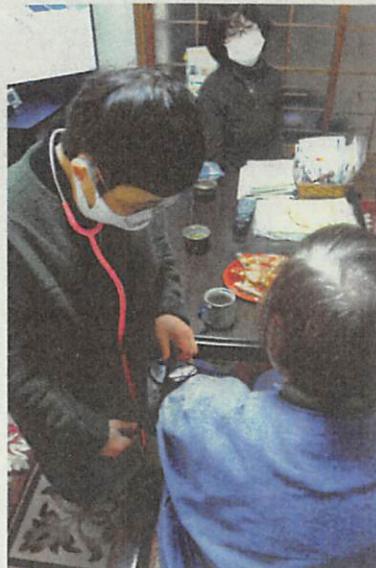
医療ルネサンス

No.7760

「台所のジャガイモがなくなつた。泥棒や!」。神戸市で独り暮らしをしているマツヨさん(92)(仮名)は昨春から、近所の人によんなことを訴えるようになつた。

住民から相談された市の地域包括支援センター職員が訪ねると、「物が次々となくなる」と言い、数分おきに同じ話を繰り返す。「認知症による妄想の可能性が高い」と考えられたが、医療機関への受診を勧めても受け付けない。困った職員は、市の「認知症初期集中支援チーム」へ連絡した。

認知症初期集中支援チームは、国の認知症対策の一環で各自治体が設置する。看護師や保健師などの専門職が、認知症が疑われる人の自宅を訪問、極力住み慣れた場所で暮らし続けられるように生活環境を整える手助けをする。必要に応じ、



マツヨさんの血圧を測る佐野さん。奥は小蘭さん(1月、神戸市で)

「市内の高齢者の健康相談です」。昨夏、チーム員の看護師・小蘭弘子さんと佐野悦子さんがマツヨさん宅を訪ねると、台所は雑然としていたが、自炊の形跡はあり、自立できている様子だった。ただ、前日に電話で訪問すると伝えたことは忘れていた。血圧を測り、「高めやから病院行く?」と聞くと話をそらされた。

「高めやから病院行く?」と聞くと話をそらされた。この時、無理強いはしない。「まずは信頼関係を築くことが大切」と小蘭さんは言つた。すると、「血圧が心配」と1か月余り伝え続けた結果、マツヨさんも受診を承諾。近くの高齢化が進む中、各地の認知症初期集中支援チームの活動をリポートする。(このシリーズは全6回)

◆ 次回は6日の予定です。

医療や介護サービス、行政の窓口につなぐ。

さんは言う。郷里のこと、公務員として働いていた時のこと、マツヨさんが好む

話題を選んだ。毎週のように訪問すると、笑顔で迎えてくれるようになった。

早くに夫を亡くし、定年後は俳句を楽しんできたという。毎朝、新聞を読み、買い物もできるが、もの忘れが増えた自覚はある。頼れる親類もなく、先を見据え介護サービスを導入する必要があると考えられた。

過去のレシピ よみうりグルメ部 Q

食べやすい手作りかしわ餅

時間の目安 40分 / 塩分 0g / 熱量 122kcal (1個分)



かしわの葉で包む。

◆ ジャガイモを加えることで、歯切れがよく、のみ込みやすくなります。子どもでも食べやすいです。

赤堀博美

「今後調査を実施し、各園の状況に合わせて活用してもらひ、

練の回数は多いほど望ましくも把握していないといふ。

く、幼稚園も他の保育施設並みに避難訓練を行うべきだ」と指摘する。浸水想定区域以

ことはなく、避難訓練回数などを把握していないといふ。

く、幼稚園も他の保育施設並みに避難訓練を行うべきだ」と指摘する。浸水想定区域以

もの詩
せんせいに
待ち遠しい

田中 譲

ことを「じこ」と表現
田俊子)

30代の女性です。同じ障害者雇用の同僚が仕事中にずっとスマートフォンを触っています。上司に相談しても、「あの子は知的障害で癖はないせないから気にしない方がいいよ」と言われます。注意するとその場では片付けるのです。

転職するにしても、なぜ仕事をしない同僚ではなく、私がやめなければならぬのかと、いう気持ちになりました。今は同僚の姿が目



支援チームのメンバーが集まり、事例ごとに対策を話し合う会議（昨年12月、前橋市で）

認知症の男性が怒りっぽくなつて、家族が対応に困つてゐる——。昨年末、前橋市の認知症初期集中支援チームに支援依頼のファクスが届いた。差出人は男性の主治医で、「緊急性あり」と記載されていた。

チーム員の作業療法士、山口智晴さんと公認心理師、渡辺菜保子さんが、主治医に電話で事情を聞いたうえで、男性宅に駆けつけた。男性は80歳代。一見落ちついていたが、話すと5分おきに「仕事が大変ですね」と同じ言葉を繰り返した。

妻に聞くと、認知症の診断を受けたのは4年も前だと

がうかがえた。

山口さんは、本人と妻に聞いた情報を記録して戻り、医師や看護師ら他のメンバーも交えた「チーム員会議」で対応を協議した。

その結果、①妻が休息できることを確保する②日中外に出したがる本人に落ち着いて過ごせる場所を提供する

——という目的で、介護保険のデイサービス利用を提案することにした。

一度は要介護認定を受けたが、本人が拒むので介護保険サービスを使わないまま、期限が切れたそうだ。

以来、外部の支援を受けずに妻が一人で夫を支えてきたが、限界に近づいていた。

男性は毎朝、以前の職場に出勤しようとする。妻が「もうやめたでしょ」と止めても出かけてしまう。以前は夕方になると帰宅したが、最近は道に迷うようになつた。家の中でも食後に「ご飯はまだ

いい」といふ。以前は夕方になると帰宅したが、最近は道に迷うようになつた。家の中でも食後に「ご飯はまだ

ぎりぎりの状況で依頼も

きについて説明した。
その後、改めて要介護認定を受け、4月からデイサービスに通い始めた。

認知症初期集中支援チームの本来の目的は、本人や家族の生活が破綻しないよう、認知症の初期段階で必要な支援につなぐことだ。

だが、現実には、認知症が進行して、本人や家族にトラブルが起きてから、関わるケースも多い。国立長寿医療研究センター（愛知県大府市）が2020年度に全国の初期集中支援チームを対象に行つた調査では、集計した支援例約1500件のうち4割が、担当者が「解決困難」と感じる事例だった。

10年間チームで活動してきた山口さんは「本人も家族もぎりぎりの状況になつてから依頼が来ることが珍しくない。手遅れになる前にちゅうちょせず相談してほしい」と話す。

過去のレシピ よみうりグルメ部

カツオのたまだれたたき

時間の目安 30分／熱量 148kcal／塩分 2.0g (1人分)



きょうのひとⅢ

*材料 2人分

刺し身用カツオ1さく（約200g）／めんつゆ（ストレート）大さじ2杯／レモン汁小さじ1杯／ニンニク（すりおろし）小さじ1/4杯／ショウガ（すりおろし）小さじ1杯／卵1個／アサツキ1束／大根おろし1/4カップ／青ジソ2枚

*作り方

1. フライパンに油小さじ2杯を熱し、カツオの表面を強火で焼く。氷水に入れ、冷めたらラップに包み、冷蔵庫でしっかりと冷やす。
2. めんつゆ、しょうゆ大さじ1杯、レモン汁、ニンニク、ショウガを混ぜ合わせ、たたきのタレを作る。アサツキは小口切りにする。

3.(1)のカツオをやや薄めに切って、青ジソと皿に盛り、大根おろし、アサツキをかける。卵を割りほぐして(2)と合わせ、たっぷりかける。カツオで大根おろしを包んでいただく。

赤堀博美

Q

前立腺検査数値高いまま

同上

Q

白内障手術に恐怖感

くらし家庭

きょうのひと皿



キュウリと枝豆入りイカ団子のスープ

時間の目安 40分 / 熱量 111kcal / 塩分 2.9g (1人分)

*材料 2人分

イカ(刺し身用) 80g / 木綿豆腐 40g / 枝豆(冷凍) 20粒 / 鶏ガラスープ 800cc / 長ネギ 8cm / ショウガ 2かけ / 桜エビ 大さじ 2杯 / キュウリ(小口切り) 1/2本分

*作り方

- イカは、包丁で粘りが出るまでたたく。豆腐は水切りして手で粗くつぶす。解凍した枝豆は粗みじん切りにする。

過去のレシピ [よみうりグルメ部](#)

- (1)をすべて合わせて、塩、コショウ各少々をふり、練る。
- 鍋に鶏ガラスープを熱し、(2)を団子状にしながら落とす。アクを取りながら煮る。
- 長ネギとショウガは薄切りにし、桜エビとともに(3)に加える。
- (4)に塩小さじ1/2杯、しょうゆ大さじ1/2杯、コショウ少々を入れて味を調整、キュウリを加えてひと煮立ちさせる。片栗粉小さじ2杯を同量の水で溶いて加え、とろみをつけ器に盛る。

赤堀博美

医療ルネサンス

No.7762



キヨさんの家の前に積み上がった「ゴミの山」は軽トラックで撤去した(松浦さん提供)=画像の一部を修整しています

認知症支援チーム

3/6

判断力低下で「ゴミの山」

家の前に積み上がった着物や靴が雨露にぬれ、生乾きの悪臭を放っていた。炊飯器や鍋、衣装ケースなど古い物と新しい物がごちゃ混ぜになっている。

熊本県荒尾市この家に独りで住むのは、80歳代のキヨさん(仮名)。昨年8月、市の認知症初期集中支援チームの作業療法士、松

浦篠子さんらが初訪問した際、キヨさんは「毎日誰かが忍び込み、ゴミを置いていく。だから「ゴミの山」ができてしまう」と訴えた。

警察や市役所も再三、同じ訴えを聞いていたが、誰かが侵入した形跡は認められない。

一方で、周辺住民からは「早く片付けてほしい」と苦情が寄せられた。

近隣との関係が崩れかけている――。

「この服は着る?」「着ない服はバザーで売ってみる?」「誰かが置いてったゴミは捨てる?」「粗大ゴミ処理のシール、買つてもいい?」などと丁寧にキヨさんと話し合い、1か月後に、軽トラック1台分のゴミを処理場に持ち込んだ。チーム員が粗大ゴミ用シールを購入したり、処分場に予約をしたりした。キヨさん一人では難しい手続きにより受診を勧めても拒否される可

きだった。

当初は「認知症扱いしないで」と言っていたキヨさん

んだが、10月には「松浦さんが勧めるなら」と専門病院を受診し、「認知症」の診断を受けた。毎日、症状を抑える薬を飲むようにな

能性が高い。松浦さんは毎日訪問し、まずは本人の困り事を解決しようと考

りた。一見、居間は散らかって

いないが、押し入れの中に

は乱雑に物が詰め込まれて

いた。「誰かが物を置いて

いく」と言うが、記憶力と

判断力が低下し、押し入れの物が整理できなくなり、片付けに困った物が屋外に

積み出されていると考えられ

れた。

不要な物が処分され、看護師と定期的に会話するようになると「物が置かれる」と訴えることは減った。

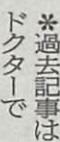
認知症ケアに詳しい東京都健康長寿医療センター研究所の井藤佳恵さん(精神科医)は「高齢者の「ゴミ屋敷」の背景には認知症がある場合が多い。判断力の低下に体力の衰えが加わり、整理ができなくなると考えられる。周囲の人たちが対応に困ったら、自治体などに相談してほしい」と話す。

「医療ルネサンス」は原則、月・火・水・金・土の掲載です。

お、毎
上は
明記
東京
03・
tiryo

質問
ませ

ヨウ
りな
年を



*過去記事はヨミ
ドクターで

ドクターで

医療ルネサンス

No7763



認知症支援チーム

4/6



年齢を重ねるにつれて体形が
変わり、向を置いたらいいかわから
れない」と嘆息する女性

「認知症が始まった……」
と確信したが、幼い頃から
厳格だった母に、ルミさんは
から言い出すことはできな
かった。日頃から「介護の
世話にはなりたくない」と
思って医師が加わった。
支援チームの2人と会話
する中で、母は「人の世話

ルミさんの母が通う病院
内には、認知症初期集中
支援チームの相談室が設
けられている(堺市で)

「家族の中だけで認知症の人を抱え込むのは無理でした。思い切って外にSOSを出して良かった」
堺市に住む50歳代の会社員、ルミさん(仮名)が振り返る。

自転車で10分ほどの実家で暮らす80歳代の母が認知症になり、90歳代の父との話に通つるルミさんも追い詰

められた。苦境を打破してくれたのが、認知症初期集中支援チームの訪問だ。

母は2年ほど前から、ついつまが合わないことを言うようになり、昨夏から激に物忘れや不可解な言動が増えた。

元々は料理が得意だったのに台所にも立たなくなつた。尿や便の失禁も増え、汚れた衣類が洗濯機脇のバケツに積み上がつた。紙おむつを届けてもはくことを嫌がり、「こんな物いらん。返してこい」と怒つた。

「自分が仕事を減らし、介護するしかないのか……」と思い詰めていた昨秋、父が、ふと「お母さん、何とかせなあかな」などぶやいた。父なりに不安を募らせていたのかもしれない。

ルミさんは市の地域包括支援センターに相談。同センターから依頼を受けた初期集中支援チームの精神科医と看護師が訪ねてきた。普段は、看護師や社会福祉士の2人組で訪問することが多いが、この時は「急激な症状悪化」という情報を

言つた。幼い頃から母に「家事は女性がやるもの」と言われ続けてきたルミさんは、仕事帰りや週末に実際に通り、食事の準備や掃除をした。

「自分が仕事を減らし、介護するしかないのか……」と思い詰めていた昨秋、父が、ふと「お母さん、何とかせなあかな」などぶやいた。父なりに不安を募らせていたのかもしれない。

その後、診断を基に母は要介護認定を受け、デイサービスに通い始めた。

ルミさんは、ケアマネジャーに相談できるようになり、気持ちが少し楽になつた。「以前は『家族の問題は家族で解決しなければ』という硬直的な考え方になっていたが、今は、専門家に頼りながら一つずつ対応していくべきだと思えるようになりました。もう暗闇ではありません」

抱え込む家族に「外の風」

になるのが申し訳なくてなあ」と涙を見せた。久しぶりに他人と話す母の姿を見て、「家の中に外の風が入ってきた」と感じた。

訪問時に「認知症の疑いがある」と診断した精神科医、釜江和恵さんの勧めを受け、母は専門病院を受診。画像検査で「脳梗塞」の痕が見つかった。昨夏以降の認知症の急激な進行には、脳梗塞の影響があるとみられた。

砂糖各大さじ1杯、ゴマ油同量2杯、おろしニンニクを入れて、もみ込む。

- 鍋に(2)を入れ、中火でいりつける。色が変わったら水1カップ、ジャガイモを加える。
- 蓋をして、強火で5分煮る。コチュジャンを加えて混ぜ、蓋をして中火で煮汁がほとんどなくなるまで煮て、ゴマを加え、いりつける。

◆ 牛肉に下味をつけていりつけから煮ると、うまみが肉に残ります。

藤井恵

くらし家庭



きょうのひと皿

新ジャガと牛肉のコチュジャン煮

時間の目安 40分 / 熱量 143kcal / 塩分 1.0g (1人分)

*材料 4人分

新ジャガイモ300g / 牛赤身肉(切り落とし)200g / おろしニンニク小さじ1/2杯 / コチュジャン大さじ1杯 / いり白ゴマ小さじ1杯

*作り方

- 新ジャガイモは水に浸してからしっかりと洗い、水気を拭く。
- 肉は食べやすい長さに切ってボウルに入れ、しょうゆ、酒、

トに
を巻くなど、差し色は2か所に
入れるといふことを。

医療ルネサンス

No.7764

認知症支援チーム

5/6



「友人との交流」「読書」「園芸」……、さまざまな行動の選択肢がイラスト付で書かれた紙が計6枚。初期集中支援チームの作業療法士、村島久美子さんが、認知症やその疑いがある高齢者宅を訪問する時に持つて行くアイテムだ。

何を大切に暮らしていくのか。高齢者に希望を尋ねる際、この紙を示すと、村島さんは言う。イラストを用いたコミュニケーションは、脳卒中などで言葉が発しづらくなった患者の

作業療法でも用いられる。

昨年訪問した独り暮らし

の80歳代女性は、「やっぱり友だちとのおしゃべりね」と言い、迷うことなく、飲

み物を手に談笑して

いるイラストが描かれた「友人ととの交流」を選んだ。次に「そ

のためには足腰も鍛えなきや」と「散歩」の絵を指さした。

女性は、初期段階

の認知症と診断され

たばかりだった。新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、外出が減り、誰とも話さない日が増えたという。身の回りのことはできる

が、最近は動くのが面倒で一日中寝間着で過ごすこともあるそうだ。

高齢者の「意思決定」と

いうと、人生の最終段階の

治療などについて話し合う

「ACP（アドバンス・ケ

ア・プランニング、愛称＝

人生会議）」と結びつけて

考えられることが多いが、

村島さんは「何を食べるか、

誰と過ごすか、毎日の生活

も『意思決定』の繰り返し。

いきなり遠い将来のことを

話し合うよりも、今の生活

から少しずつ先を見据えて

いくことが大事」と話す。

ただ、認知症の人の場合、

自分の希望を周囲に明確に伝えるのが難しいこともあります。こうしたときにイラストで興味を引き出す

生活の希望を確認する際に、東京都世田谷区のチームが用いる資料。イラストで興味を引き出す

やりたいこと絵で尋ねる

紙が役に立つという。

女性の話をさらに詳しく聞くと、友人との外出の約束は電話で交わすというの

で、村島さんは女性とともに

ナウイルスの感染拡大に伴い、外出が減り、誰とも話さない日が増えたという。身の回りのことはできる

が、最近は動くのが面倒で一日中寝間着で過ごすこともあるそうだ。

高齢者の「意思決定」というと、人生の最終段階の治療などについて話し合う

「認知症でも一人で暮らせるのね」「施設より家がいいわ」と気兼ねなく話すよ

うになったという。

初期集中支援チームは、

英国の「メモリーサービス」

という認知症診断後からの生活を専門職が支援する取

り組みをピントに創設され

た。村島さんは「認知症の初期段階の人は、診断後の不安や、心身の変化を感じ

ることで、心が揺れ動く。

その時期を支えることもチ

ームの大切な役割」と話す。

次回は13日の予定です。

くらし 家庭

きょうのひと皿

オートミールとグリーンピースのリゾット

時間の目安 20分／塩分 1.6g
熱量 360kcal (1人分)



ギ、ベーコンを入れ、油が回るまでいため、グリーンピース、水1カップを加えて、10分煮る。

3.牛乳を加えて煮立ったら、オートミール、塩小さじ1/3杯、コショウ少々を加え、弱火で3分、加熱する。

4.器によそい、粉チーズ、粗びき黒コショウをふる。

◇

オートミールにはいくつか種類があり、リゾットにはロールドオーツがおすすめ。チーズとした歯ごたえで存在感があります。インスタントオーツだと、すぐにやわらかくなり、トロトロに仕上がります。

藤井恵

普段は料理の脇役に回る
ことが多いワカメも、春から初

来



焼き色がつくまで焼く
箸でコロコロと転がさず

△豆腐はキッチンペーパーで包み、耐熱皿にのせて電子

ゲのナムル。最近手に入りや
3品目は、ワカメとキクラ

医療ルネサンス

No.7765



認知症支援チーム

6/6

Q&A

「認知症初期集中支援チーム」について、認知症対策に詳しい東京都健康長寿医療センター研究所副所長の粟田主一さんに聞いた。

—どのようなチームですか。

「市町村が設置するもので、医師や保健師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士、介護福祉士など、認知症に詳しい専門職で構成されています。認知症や、その疑いがある人の自宅を訪問し、認知機能や家庭の様子をチェックしたうえで、できるだけ住み慣れた場所で暮らし続けられるよう、生活環境を整えるための支援に当たります」

「高齢化の進展を受け、2012年にできた国、「認知症施策推進5か年計画」に位置づけられ、19年度までに全市町村で設置さ

東京都健康長寿医療センター
研究所副所長

あわた しゅいち
粟田主一さん

1984年、山形大医学部卒。
東北大精神神経科助教授、
東京都健康長寿医療センター研究所部長などを経て、
2020年から現職。



の不安や課題について聞き出し、認知症が進んでも、どうすれば自宅での生活が続けられるのか、話し合います。チームが関わる期間は6か月とされています」

—具体的にどんな支援

されました。全国で約2500チームが活動し、同年度は約1万8000人を支援しました

—認知症の人は全て対象になりますか。

「支援チームのメンバーが2人以上で、当事者の自宅を訪問します。本人や家族と会って、認知症の進行具合を確認し、必要があれば、医療機関への受診を促したり、介護保険の窓口につないだりします。生活上のほか、医療・介護サービ

は、どうすればよいですか。「本人や家族、近隣の人々が困り事を感じていたら、まずは自治体の地域包括支援センターに相談してください。介護保険の手続きなどのアドバイスをしてもらいます。そのうえで、初期集中支援チームが訪問する必要があるかどうか、各自治体が検討します」

—自治体の高齢者調査な

どが、訪問のきっかけになります。40歳以上で、認知症が疑われるが診断を受けない人、診断されていても適切な医療・介護保険サービスに結びついていない人が対象になります。このほか、医療・介護サービ

スを受けていても興奮や妄想などの症状が強く、周囲が対応に困っているケースも含まれます」

「『初期集中支援』とい

う名前ですが、認知症の初期段階の人だけでなく、認知症が進行していても適切な支援に結びついていなければ、対象になります」

—支援を受けたいとき

は、どうすればよいですか。

「本人や家族、近隣の人々が困り事を感じていたら、まずは自治体の地域包括支援センターに相談してください。介護保険の手続きなどのアドバイスをしてもらいます。そのうえで、初期集中支援チームが訪問する必要があるかどうか、各自治体が検討します」

—自治体の高齢者調査な

どが、訪問のきっかけにな

ることもあります。独居の認知症高齢者などは、SOSを周囲に出しにくく、把握しにくいという課題もあ

間の筋を5~6か所切り、元の大きさに戻し、塩、コショウ各少々をふり、小麦粉適量を薄くまぶす。

3. フライパンにオリーブ油大さじ1杯を熱し、肉を入れ、強めの中火で2~3分焼いて返し、2分焼く。皿に盛る。

4. 同じフライパンに、タマネギ、ニンニクを入れて、香りが立って、少し色が付いたら、白ワイン、オリーブを加え、フライパンの底をこそげながら、2~3分煮る。

5. 肉に(4)をかける。

藤井恵

ポークソテー オリーブソース

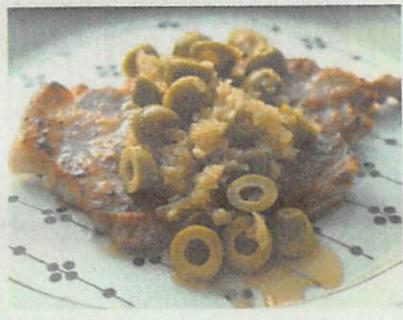
時間の目安 20分 / 熱量 373kcal / 塩分 1.3g (1人分)

*材料 2人分

豚肩ロース肉(ステーキ用)2枚(200g) / タマネギ1/4個 / ニンニク1かけ / グリーンオリーブ(種抜き)50g / 白ワイン1/4カップ

*作り方

1. タマネギ、ニンニクはみじん切りにする。オリーブは半分に切る。
2. 肉はたたいて、1.5倍くらいの大きさにし、脂身と赤身の

きょうの
ひと皿

ポークソテー オリーブソース

時間の目安 20分 / 熱量 373kcal / 塩分 1.3g (1人分)

*材料 2人分

豚肩ロース肉(ステーキ用)2枚(200g) / タマネギ1/4個 / ニンニク1かけ / グリーンオリーブ(種抜き)50g / 白ワイン1/4カップ

*作り方

1. タマネギ、ニンニクはみじん切りにする。オリーブは半分に切る。
2. 肉はたたいて、1.5倍くらいの大きさにし、脂身と赤身の

過去のレシピ よみうりグレム部

きょうの
ひと皿

ポークソテー オリーブソース

時間の目安 20分 / 熱量 373kcal / 塩分 1.3g (1人分)

*材料 2人分

豚肩ロース肉(ステーキ用)2枚(200g) / タマネギ1/4個 / ニンニク1かけ / グリーンオリーブ(種抜き)50g / 白ワイン1/4カップ

*作り方

1. タマネギ、ニンニクはみじん切りにする。オリーブは半分に切る。
2. 肉はたたいて、1.5倍くらいの大きさにし、脂身と赤身の