

認知症になっても自分らしく最期まで生きるために

認知症の人の日常生活・社会生活における
意思決定支援ガイドライン

理解と活用にあわせて

はっぴ～4点セット 取り扱い説明書 (トリセツ)



はっぴ～4点セットは認知症になっても自分らしく
最期まで生きるために「認知症の人の日常生活・
社会生活における意思決定支援ガイドライン」を
普及するための啓発ツールです



はじめに

はっぴ〜3点セット(令和3年度事業) から 進化系ツール「はっぴ〜4点セット」作成にあたって

高齢化の我が国において、加齢とともに認知症を発症される方は増加し続けています。今後、認知症発症予防薬が使用できる予測もたちはじめましたが、加齢が認知症の危険因子であることはわかりません。自分の希望、生き方を、周囲の人へ表現することが困難になる可能性のある「認知症」は誰にでも関係があること、そしてできれば避けたいこと。意向・思いを伝えにくくとも、今までと同様に最期まで自分らしく暮らせるように、厚生労働省から平成30年に「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン」が発出されています。

私たちはこの活動を推進する必要性を感じ、令和3年に地域調査を実施し(図1-4)、普及啓発ツール“はっぴ〜3点セット”を作成し、啓発活動を開始しました。活動は、認知症にかかわる専門職のみならず、地域でボランティア活動をする方々、地域住民として生活する方々、現在高齢者に関わる医療福祉教育を受けている学生さんも含め、多くの領域の多職種連携をはかるべく、幅広い立場の方々に【自分ごと】として感じ考えていただけるよう、“はっぴ〜3点セット”を活用したプログラムを実施いたしました。ツールをどう活用するとよいか。令和3年度版はっぴ〜3点セットを試用し、地域活動、教育現場、働く場での利用を進めアンケート調査を実施し(図5-9)、結果をもとにツールの改善を図ることが出来ました。活動や調査へご協力戴きました皆様へ、心よりお礼申し上げます。

今後に向けて、地域活動での活用しやすさを考慮し、「ポスター」「すごろく」「トリセツ」の改訂、および調査とヒアリングをもとに、地域活動で相談・支援を担ってくださる方々にご活用いただけるよう、付録「ちえ袋」を作成いたしました。

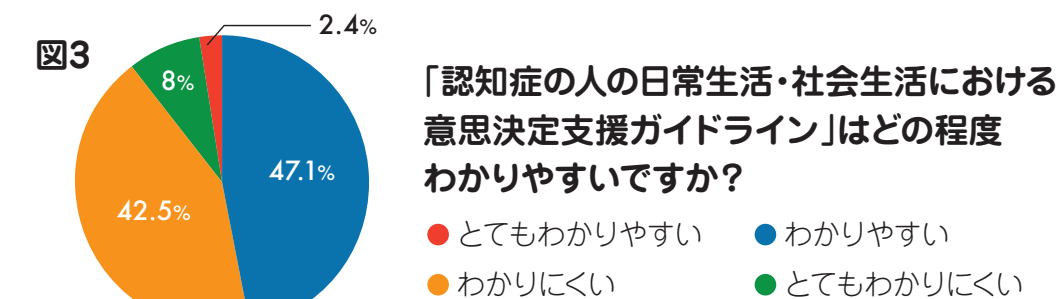
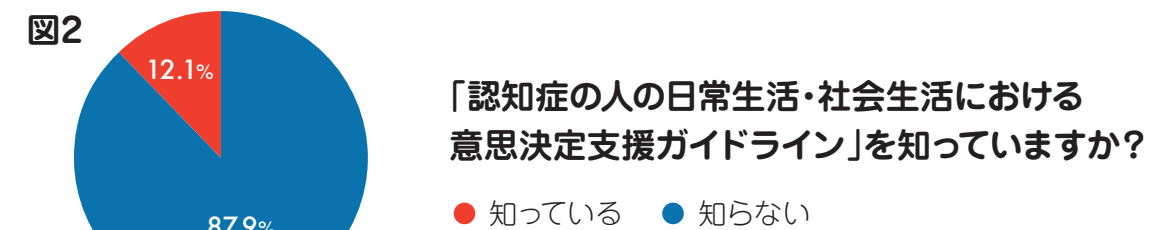
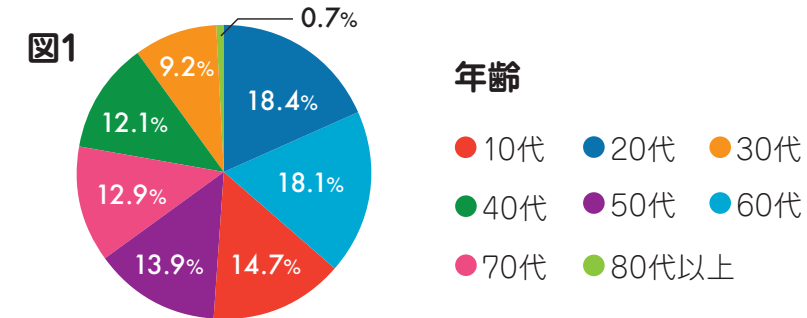
「認知症は困ったことが起こる」という不安や恐れが軽減し、認知症になっても・ならなくても、誰もが最期まで自分らしく、自分の人生を歩んでいくと当たり前に見えること、それを受け入れ支えることができる寛容な地域社会となることを期待し、進化系ツール「はっぴ〜4点セット」を活用しながら、令和5年度以降、地域のさまざまなフィールドで、草の根の活動を地道に継続して参ります。これからもどうぞよろしくお願い致します。

いろいろな場面で、認知症の人の意思決定支援が理解され、当たり前実践される社会となりますよう、心より祈念申し上げます。

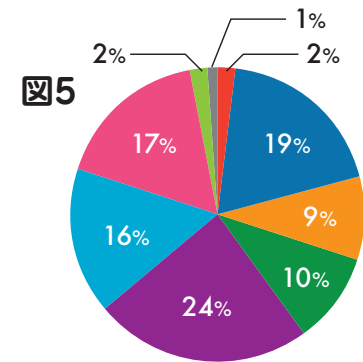
令和5年3月
企画委員 一同

アンケート結果 資料 719件の回答

n=719名

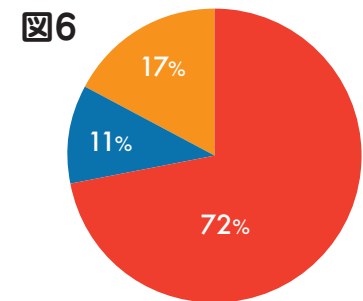


n=173名



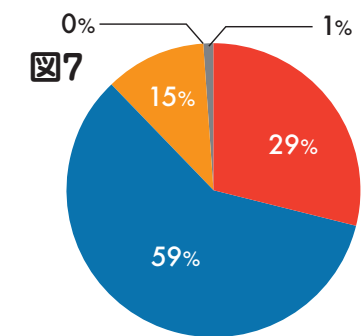
年齢

- 10代
- 20代
- 30代
- 40代
- 50代
- 60代
- 70代
- 80代
- 不明



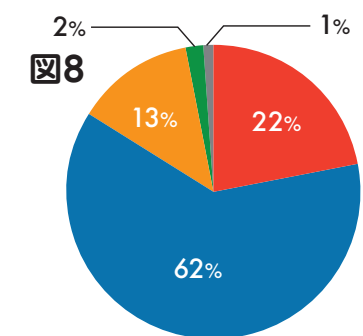
職業

- 医療・介護・福祉等の専門職
- 学生
- 上記以外



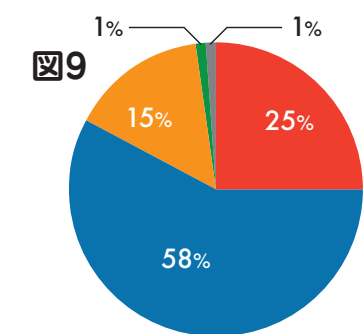
はっぴー3点セットポスターについて

- とてもわかりやすい
- わかりやすい
- ややわかりにくい
- とてもわかりにくい
- 無記名



すごろくゲームについて

- とてもわかりやすい
- わかりやすい
- ややわかりにくい
- とてもわかりにくい
- 無記名



取扱説明書について

- とてもわかりやすい
- わかりやすい
- ややわかりにくい
- とてもわかりにくい
- 無記名

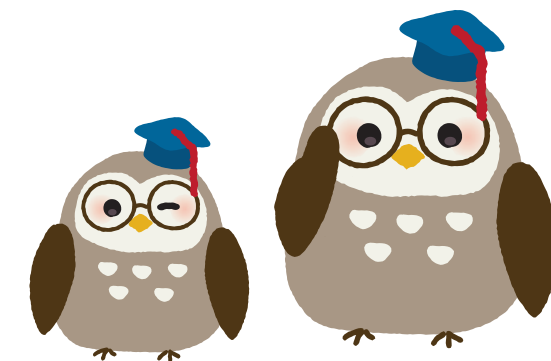
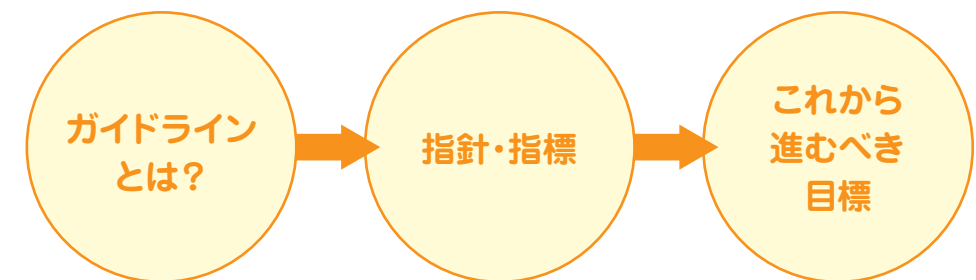
1 ガイドライン策定の背景

● 成年後見制度の利用の促進に関する法律を受け「障害者や認知症の人の特性に応じた適切な配慮を行うことができるよう、意思決定の支援の在り方についての指針の策定に向けた検討等が進められるべき」と指摘があり、成年後見制度利用促進 基本計画において、「意思決定の支援の在り方についての指針の策定に向けた検討等が進められるべき」とされました。それを受け、認知症の人の意思決定支援に関する指針策定のため平成 27 年度、平成 28 年度に実施した意思決定に関する研究を参考に、平成 29 年度の老人保健健康増進等事業において、認知症の人の意思決定支援に関する検討を行い、「認知症の人の 日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン」が策定されました。

● 本ガイドラインは、日常生活や社会生活等において認知症の人の意思が適切に反映された生活が送れるよう、認知症の人の意思決定に関わる人が、認知症の人の意思をできる かぎり丁寧にくみ取るために、認知症の人の意思決定を支援する標準的なプロセスや留意点が記載されたものです。

2 ガイドラインの趣旨

● 認知症の人を支える周囲の人において行われる意思決定支援の基本的考え方(理念)や姿勢、方法、配慮すべき事柄等を示し、認知症の人が、自らの意思に基づいた日常生活・社会生活を送れることを目指すものです。



3 意思決定支援とは？（支援の定義）

認知症の人であってもその能力を最大限活かして、自分の意思に基づいた生活を送ることができるよう本人を支援することです。

意思決定支援の基本原則

①本人の意思の尊重

- 尊厳をもって生きていくことの重要性を認識する
- 本人が理解できるよう、自己決定に必要な情報を説明する
- 本人の表明した意思・好みを確認し尊重する（必要な場合は推定する）
- 身振り、手振り、表情の変化も読み取る努力をする
- 本人の意思は、他者を害する場合、本人に重大な影響が生ずる場合以外は、尊重する

1.
尊厳を持って
暮らしていくことの
重要性を認識

2.
本人が理解できるよう、
自己決定に
必要な情報を説明

3.
本人の表明した
意思・好みの確認、
尊重（推定を含む）

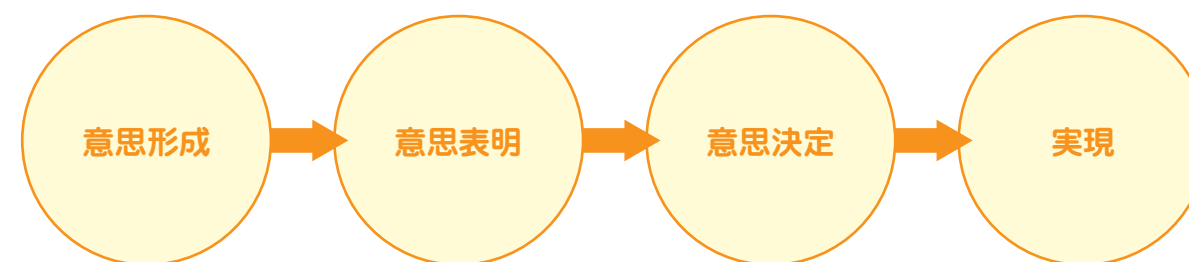
4.
身振り手振り、
表情の変化も
読み取る努力を

5.
本人の意思は、
他者を害する場合・
本人に重大な影響が
生ずる場合以外、尊重



②本人の意思決定への配慮

- 認知症の症状にかかわらず、本人には意思があり意思決定能力を有するということを前提とする
- 本人のその時々意思決定能力は変化することもあることを踏まえて支援する
- 本人の認知能力を向上させる働きかけを行う
- 意思決定の際の説明の理解度、判断力、意思を伝える力、意欲を判断して支援する（意思決定能力を評価して配慮する）
- 意思決定能力評価においては「認知機能」「身体および精神の状態」「生活状況」の情報の収集が可能であれば判断材料とすることが好ましい



認知症の人の意思決定には、**支援する人の配慮**が必要

③意思決定支援チームの必要性

- 今後の生活の見通しが、その人の意思の反映にも重要であるため、本人、家族、現在支援している関係者も含めて話し合い、継続した支援となるように「意思決定支援チーム」が編成されることが必要である。（推察で支援する場合、方向性を複数で協議する必要性も生じることがある。）経過を記録しておくことも大切。



意思決定支援のプロセス

- 認知症の人の意思決定をプロセスとして支援するものです。
そのプロセスは、以下の3つの支援を含みます。＝「はっぴ〜 3つのやくそく」



日常生活・社会生活等における意思決定支援のプロセス

人的・物的環境の整備

- 意思決定支援者の態度（本人意思の尊重、安心感ある丁寧な態度、家族関係・生活史の理解 など）
- 意思決定支援者との信頼関係、立ち会う者との関係性への配慮（本人との信頼関係の構築、本人の心情、遠慮などへの心配り など）
- 意思決定支援と環境（緊張・混乱の排除、時間的ゆとりの確保 など）

意思形成支援

適切な情報、認識、環境の下で意思が形成されることへの支援

ポイント・注意点

- 本人の意思形成となる条件の確認（情報、認識、環境）
- 必要に応じた 都度、繰り返しの説明、比較・要点の説明、図や表を用いた説明
- 本人の正しい理解、判断となっているか確認



意思表明支援

形成された意思を適切に表明・表出することへの支援

ポイント・注意点

- 意思表明場面における環境の確認・配慮
- 表明の時期、タイミングの考慮（最初の表明に縛られない適宜の確認）
- 表明内容の時間差、また、複数人での確認
- 本人の信条、生活歴・価値観等の周辺情報と整合性の確認



意思実現支援

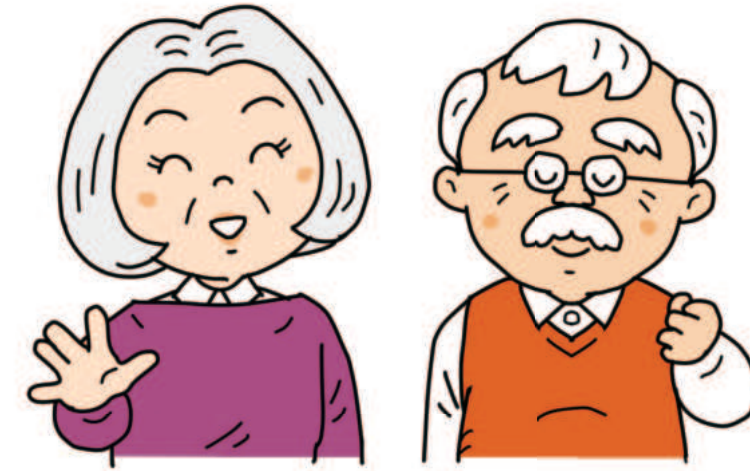
本人の意思を日常生活・社会生活に反映することへの支援

ポイント・注意点

- 意思実現にあたって、本人の能力を最大限に活かすことへの配慮
- チーム（他職種協働）による支援、社会資源の利用等、様々な手段を検討・活用
- 形成・表明された意思の客観的合理性に関する慎重な検討と配慮

各プロセスで困難・疑問が生じた場合は、チームでの会議も併用・活用

意思決定支援のプロセスの記録・確認・振り返り



〈意思決定プロセスの流れ〉

① 意思形成支援とは…本人意思を整理表明するための支援のこと

- 必要な情報が理解されているか、説明されているかの確認
- 正しく理解できるような言葉や文字にしてゆっくり説明されているかの確認
- 理解の誤りがないかの確認
- 自発的に意思を形成するための環境障害はないかの確認
- 認知症の人の場合、忘れてしまうこともあるので、繰り返しの説明と確認が必要
- 本人の望みは「開かれた質問」で問いかける
例) 外出しますか？ではなく何をしたいですか？など
- 選択肢提示の場合はできるだけ多くの選択肢を提示し、その内容、ポイントをわかりやすい言葉で説明する。
その場合、言葉だけではなく文字、図表なども活用する
- 言葉で了解されても、理解した回答でないこともあるので、支援者は認知機能、心身状態にあわせた様子観察をおこないながら、意思決定を支援する
- 本人の意思形成が、その人にとって適切でない（安全や安心を侵害するおそれがある場合など）場合には、支援チームで話し合い、本人とも丁寧に再度支援・意思確認を行う

② 意思表明支援とは…本人が意思を表明することの支援のこと

- 意思を表明する場合の人的・物的環境整備が整っているかの確認
- 時間をかけて意思を確認できているか。
- 意思を伝える方法の障害を理解し、表出のための方法・支援をチームとともに実行できているかの確認
- 表明された内容が、その人によって不利益とならないかの確認を支援する複数者（できればチーム）で確認する

③ 意思実現支援とは…本人が意思を実現するための支援のこと

- 自発又は支援を受けて考え、表明した意思を、能力を最大限活用して日常生活に反映させるためには、チームの多職種、いろいろな立場の人たちと実現の協力を行う必要がある。支援を継続しながら、その人の利益となるように相談を継続する。
- 実現に向かっては、「体験」をし、意思確認を行うことも有効である。

〈意思決定支援プロセスにおける家族〉

- 本人をよく知る家族は意思決定支援チームの一員であることが望ましい。
家族からの本人の生活史、情報は重要であることと、徐々に記憶が乏しくなってゆく認知症の場合は、以前の語り、気持ちを知っている家族にそれを伝えてもらう必要がある。
- 家族は、意思決定支援者とともに、今後も支援を継続する要となる。
家族の生活の現状も含めて支援継続に協力してもらえるような配慮が必要である。

〈日常生活や社会生活における意思決定支援〉

- 例えば食事・入浴・外出・排泄・更衣整容などの基本的な生活習慣や提供されたプログラムへの参加を決める場合等があげられるが、これらのものに限らない。これまでの生活が確保されることを尊重することが原則になる。
家族や生活支援者からの情報を意思決定支援チームで共有する必要がある。
- どのような場で暮らすか(自宅・施設等)の選択、一人で暮らすのか家族で暮らすのかの選択なども、きちんと確認し、本人の意思を踏まえた支援をチームで実行者に伝えてゆく過程が大切である。
- 認知症の場合は、その思考過程の記憶が苦手となるため、記録が大切である。
介護保険サービスを利用し、担当介護支援専門員に支援を受けていれば経過記録があり、過去も踏まえた意向確認が可能である。

〈意思決定支援チームと会議継続について〉

- 認知症の多くは、おだやかであっても進行するものである。
本人の意思決定支援能力や支援方法については変化することが考えられる。意思決定支援チームは情報を共有しながら、穏やかな見守りと継続した意見交換のための会議を行うことが大切。
ご家族にとっても、安心して協力が得られる社会資源となる。



【概念図】

(認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定ガイドライン一部改編)

本人の意思の尊重、意思決定能力への配慮、早期からの継続支援

本人が自ら意思決定できるよう支援
意思形成支援、表明支援、実現支援のプロセスに沿って支援を実施

本人意思の尊重・
プロセスの確認

支援方法に困難・
疑問を感じた場合

意思決定支援チームによる会議(話し合い)

- 本人、家族、医療関係者、介護関係者、成年後見人 など
- サービス担当者会議、地域ケア会議と兼ねることも可
- 開催は関係者誰からの提案も可

適切なプロセスを踏まえた支援が提供されたかの確認

本人の意思の尊重の実現

認知症の人の自らの意思に基づいた日常生活・社会生活の実現

用語集

アンケート結果から、わからない用語についての説明を希望するとの声が多くありました。そこで、いくつか用語集にまとめました。すぐろくを進めながらいっしょにご参照ください。

① 認知症※1

脳の細胞が何らかの原因で少なくなったり働きが悪くなることで、記憶や判断力が低下して、生活するうえで支障が生じる状態。だれもがなりうる身近な病気です。
周りの理解やその人に必要な支えて、その人が望む生活をし続けることができます。

② 認知症カフェ（浜松市オレンジカフェ）※1.※3

認知症の人やその家族、地域住民等の誰かが気軽に集える場。認知症に関するさまざまな困りごとを専門職に相談したり、情報交換ができる場所です。

問い合わせ先 浜松市高齢者福祉課 TEL.053-457-2105

③ 浜松市認知症疾患医療センター※1

医療・介護・福祉などの関係機関と連携して、認知症疾患に関する鑑別診断や、周辺症状・身体合併症に対する急性期医療、専門医療相談を行います。専門の相談員が 認知症に関する医療・介護・福祉の相談に応じます。

問い合わせ先 聖隷三方原病院 浜松市認知症疾患医療センター TEL.053-439-0006
相談日時：月～金 9時～17時 ※祝日及び年末年始は除きます。

④ 地域包括支援センター※2

浜松市から委託された公的機関。市内22か所設置。

主に高齢者本人、家族からのさまざまな相談や悩みに応じ、必要な支援を行います（無料）。

問い合わせ先 お住まいの地区の地域包括支援センター

コラム 1

認知症初期集中支援チーム※1

認知症初期集中支援チームは、認知症の人やその家族に早期に関わり、早期診断・早期対応にむけた支援を行うため、複数の専門職により構成 されたチームです。認知症が疑われる人や認知症の人及びその家族をチーム員が訪問し、ご本人の様子や困りごとをお伺いし、医療機関への受診 支援や介護サービス利用支援など、6か月間を目安に集中的な支援を行います。

問い合わせ先 お住まいの地区の地域包括支援センター

⑤ MCI(Mild Cognitive Impairment 軽度認知障害)※4

認知症とは診断できない状態。正常と認知症の中間ともいえる状態です。記憶力の低下以外明らかな認知機能障害がみられず、日常生活への影響はないかあっても軽度のものである場合です。

しかし、軽度認知障害の人は年間で10～15%が認知症に移行するとされており、認知症の前段階と考えられています。

⑥ ACP(アドバンス・ケア・プランニング 意思決定支援 愛称「人生会議」)※3

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い共有することです。

⑦ 認知症サポーター※1

認知症に関する正しい知識や接し方を養成講座で学んだ、認知症とその家族を温かく見守る応援者。

浜松市では、認知症サポーター養成講座を開催。

おおむね10人以上の集まりや催しにキャラバン・メイトを派遣するほか、定期的に区役所等で講座を開催しています。また、開催希望も募集しています。

問い合わせ先 浜松市高齢者福祉課 TEL.053-457-2105



⑧ オレンジリング※3

認知症サポーター養成講座を受講された方に、サポーターの証として渡されるリングです。



コラム 2

人生会議手帳※3

浜松市では、人生の最終段階における医療・ケアに関する話し合いを進めるため、「人生会議手帳」を作成しました。ひとりひとりが自らの望む人生をよりよく生きるために、大切なお話をするきっかけとして、この「人生会議手帳」をご利用ください。

配布先 高齢者福祉課 各区長寿保健課 地域包括支援センター

問い合わせ先 浜松市高齢者福祉課 TEL.053-457-2105



9 浜松市オレンジシール・オレンジメール※3.※5

認知症により、行方がわからなくなった人等を早期発見・保護し、その後の生活を見守り支援していきます。



問い合わせ先 お住まいの地区の地域包括支援センター

10 認知症ケアパス(はままつオレンジガイドブック)※1

認知症の症状は、病気の進行により変化し、

症状が変われば必要となる支援も変わってきます。

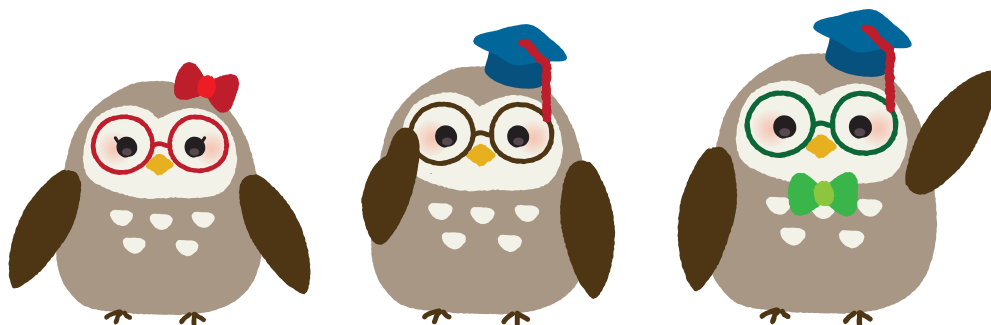
認知症のどの時期にどのような支援が必要になるかをまとめたものです。

配布先	高齢者福祉課 各区長寿保健課 地域包括支援センター
問い合わせ先	浜松市高齢者福祉課 TEL.053-457-2105



＜引用、参考文献一覧＞

- ※1 認知症ケアパス はままつオレンジガイドブック(令和4年4月版)
- ※2 頼りになります! 高齢者の総合相談窓口地域包括支援センター
- ※3 人生会議手帳(令和3年4月版)
- ※4 厚生労働省 e-ヘルスネット
- ※5 浜松市オレンジシール・オレンジメール周知用チラシ(令和2年3月版)
- ※6 認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン(平成30年6月)



認知症になっても自分らしく最期まで生きるために
認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン
理解と活用に向けて はっぴ～4点セット取扱説明書(トリセツ)

浜松市委託事業

「令和4年度領域の異なる多職種連携による在宅医療・介護連携推進事業」

編集・発行

認知症になっても自分らしく最期まで生きるために、普及啓発ツール「はっぴ～3点セット」の活用評価から、支援に役立つ進化系ツール作成と多領域の多職種協働による連携の構築
企画委員会

発行日

令和5年3月