

# 主任介護支援専門員更新研修

長崎県介護支援専門員協会



## 適切なケアマネジメント手法 について

適切なケアマネジメント手法  
基本ケア 項目一覧

株式会社日本総合研究所  
令和5年6月版

適切なケアマネジメント手法  
基本ケア及び疾患別ケア  
令和5年6月版

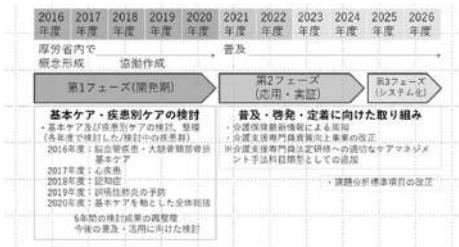
株式会社日本総合研究所

## 1. 適切なケアマネジメント手法の背景

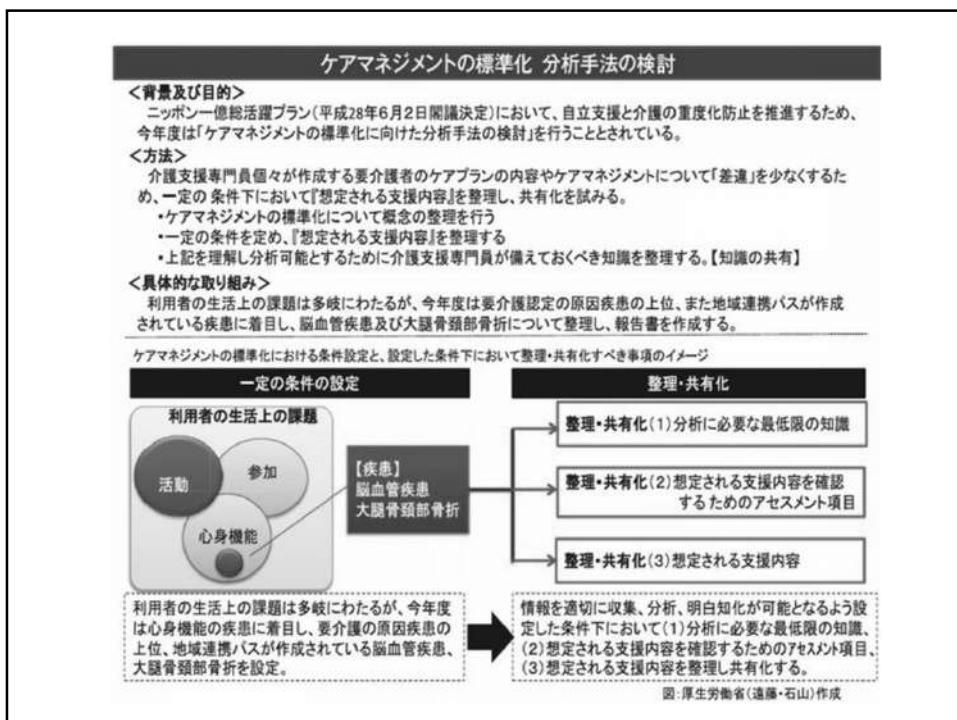
地域包括ケアシステムの構築を進めるとともに、2025年よりも先の社会を見据えた取組として**住み慣れた地域でできる限り暮らし続けられる地域づくり**に向けた取り組みが進められている。また、**社会資源を充実させる**取り組み、**介護給付サービス**だけでなく、**自助や互助など様々な社会資源の組み合わせが必要**。これをすべての高齢者が自ら行うのは現実的ではないため、**効果的かつ効率的組み合わせを支援する機能**として、**介護支援専門員**がこれまで以上に多様な社会資源の組み合わせを考え、提供することが期待されている。

多様な社会資源の組み合わせを実現するには、多職種あるいは多様なサービスとの連携が欠かせないため、介護支援専門員に対し、各職種が円滑に連携できるよう、ケアチームを組織し連携・協働を促進させていく役割の期待も高まる。

こうした背景を踏まえ「ニッポン一億活躍プラン」（平成28年6月2日閣議決定）において、**自立支援と重度化防止を促進するために「ケアマネジメントの標準化に向けた分析手法の検討」**を行うこととした。



出典：八訂介護支援専門員実習認定手引き（厚生労働省介護支援専門員実習認定手引き委員会一社）参考開発センター頁150,2024

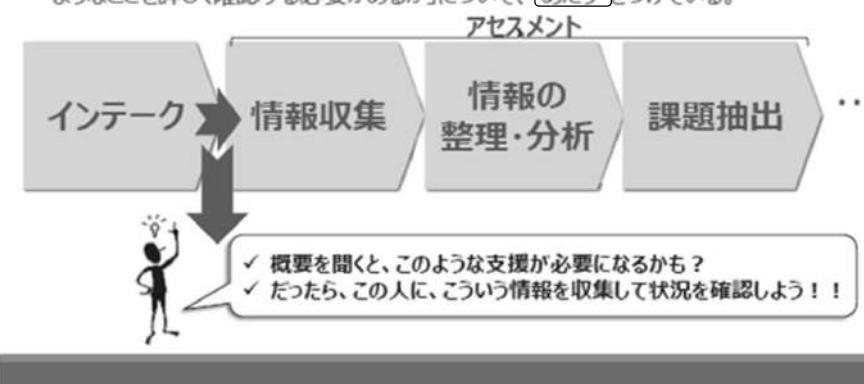


## 課題認識

高齢者本人の尊厳の保持を前提して、**将来の生活予測を踏まえた自立支援と重度化防止を実現する**には、かかりつけ医など多職種との連携をこれまで以上に円滑化することが求められ、その実現のために**適切なケアマネジメントに関する知識を体系化し、多職種間で共有し活用できる**ようにすることが重要。ケアマネジメントの質の平準化を図るために、各専門職領域で蓄積された「必要と想定される支援内容」の知見を統合し、ケアマネジメントプロセスの中でも特にアセスメントやモニタリングの過程で収集・分析すべき情報が何かを整理することが重要。

## ベテランのケアマネジャーがやっていること

知識と経験豊富なベテランのケアマネジャーは、網羅的な情報収集に手を付ける前に、限られた概要情報から、「どのような支援が必要な可能性があるか」、「どのようなことを詳しく確認する必要があるか」について、**あたり**をつけている。



齊木大氏( 株式会社日本総合研究所 創発戦略センター部長(新事業開発担当)エグゼクティブマネジャー)資料より

## 適切なケアマネジメント手法のねらい

ケアマネジャーの職域が培ってきた知見を体系化し、誰もがこれを参照すれば、一定の水準のケアマネジメントが実践されるよう「共通化された実践知」を整理したもの

体系化されているので他の職種にも示しやすく、結果的に、多職種間の連携が進むことを期待している。

知見の平準化

ケアマネジメントの質の向上

多職種間の連携推進

齊木大氏( 株式会社日本総合研究所 創発戦略センター部長(新事業開発担当)エグゼクティブマネジャー)資料より

これまでの調査研究で取り組んできたこと

「適切なケアマネジメント手法に関する調査研究」は、平成28年度に開始し、整理する手法の検討や、検討において持つべき視点・アプローチの整理を行ってきた。

**第一に、ケアマネジメントの実践知、特に支援内容の知識を根拠に基づいて整理し共有できるよう体系化**

**第二に、疾患群ごとのアプローチ**

**第三に、多職種連携の円滑化に向けた工夫**

このような視点を多職種間で共有することで、**情報を授受する多職種協働にとどまらず、共有すべき情報の漏れを防ぎ支援内容の必要性を判断するなど、チーム構成しやすくなる。**

手法の意味

自立支援に資する適切なケアマネジメントの推進、具体的には**介護支援専門員個々が作成するケアプランの内容やケアマネジメントに関するばらつきの縮小**を目的としている。

尊厳の保持と自立支援を踏まえたうえで、高齢者の生活の継続の支援のために必要な支援内容について、**ケアマネジメント**だけでなく**医療や看護、リハビリテーション、介護やソーシャルワーク**など、各職域における知見に基づいて体系的に整理したものである。いわば、各職域の実践と研究を通じて「**根拠のある共通的な知見**」である。

「適切なケアマネジメント手法 基本ケア及び疾患別ケア」と「基本ケア」及び5つの「疾患別ケア」の「項目一覧」（概要版）・手引きが整備された。

適切なケアマネジメント手法  
基本ケア及び疾患別ケア  
(ケアの冊子)



適切なケアマネジメント手法  
「項目一覧」（概要版）

基本ケア

これまでに整理した「疾患別ケア」

- ・脳血管疾患
- ・大腿骨頸部骨折
- ・心疾患
- ・認知症
- ・誤嚥性肺炎の予防



「適切なケアマネジメント手法」  
の手引き



11

## 2. 適切なケアマネジメント手法」の活用

「適切なケアマネジメント手法」をこれから学んでいきます。手法に難しいイメージを持っており、取り入れることに不安を感じています。



介護支援専門員 太郎さん



介護支援専門員 花子さん

「適切なケアマネジメント手法」を活用して、手法を取り入れることの効果を実感しています。



適切なケアマネジメント手法の手引きその2より引用

コラム 「ケアプランの標準化」ではない

本人のニーズや具体的な支援内容はきわめて多様・多彩であるため、ケアプランは一人ひとりに個別的です。

「適切なケアマネジメント手法」が目指しているのは、どの介護支援専門員が担当しても、本人から見て一定の水準のケアマネジメントを提供できるようになることであり、そのためには仮説を持って情報収集・分析できるようになることを目標しています。決して「ケアプランの標準化」ではありません。

個別性の高いケアプランを作りやすくなる



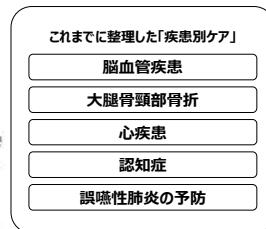
適切なケアマネジメント  
手法が土台となることで……

「適切なケアマネジメント手法」のねらいと概要の確認

- 「基本ケア」は、本人の生活の継続を支援する基盤となる支援内容であり、高齢者の機能と生理を踏まえたケア。
- 「疾患別ケア」は、疾患に特有な検討の視点あるいは可能性が想定される支援内容を整理している。
- 「適切なケアマネジメント手法」を活用する際は、「基本ケア」を踏まえたうえで、本人の状態に応じて「疾患別ケア」を参照するのが望しい。



基本ケアを押さえたうえで  
疾患別のケアを押さえる  
↑  
疾患や状態によらず、  
共通して重視すべき事項



13

「適切なケアマネジメント手法」では、「基本ケア」あるいは各「疾患別ケア」において、以下の3項目を整理している。

- ①想定される支援内容
- ②支援の概要、必要性
- ③適切な支援内容とするためのアセスメント/モニタリング項目 等

①想定される支援内容

疾患への医療的なアプローチにとどまらず、本人や家族の疾患への理解促進や、状況が変化した際の体制構築など、ケアマネジメントが果たすべき役割を踏まえたもの

②支援の概要、必要性

どのような支援を、誰が行うか、さらにはその支援がなぜ必要になりうるかを列挙したもの

③適切な支援内容とするためのアセスメント/モニタリング項目

想定される支援内容ごとに、その必要性や妥当性を判断するために確認すべき主なアセスメント/モニタリング項目、その際に相談すべき専門職を列挙したもの

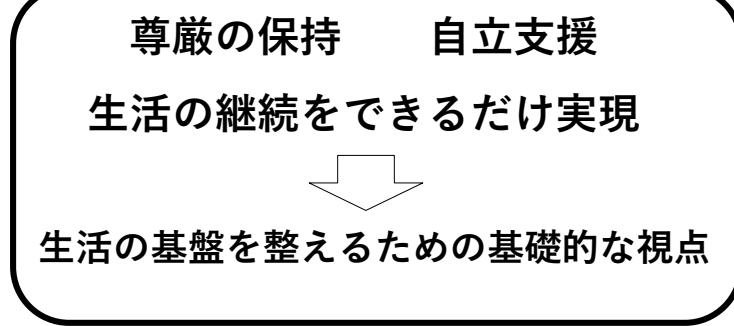
「適切なケアマネジメント手法」のねらいと概要の確認の実践（特にアセスメントやケアプラン原案の作成）で活用できる。

- 「適切なケアマネジメント手法」をチェックリストのような形で活用することで、支援の方法を効率的に見極めたり、情報収集や支援の抜け漏れの可能性に早めに気づくことができる。
- その結果、個別化のための情報収集や調整に注力しやすくなる。



適切なケアマネジメント手法の手引きその2より引用

- 「基本ケア」とは、生活の基盤を整えるための基礎的な視点。
- 利用者に疾患等がない場合でも、また疾患が複数ある場合でも共通するもの。
- 「疾患別ケア」を検討する前に「基本ケア」を理解し、視点の抜け漏れや情報収集に不十分がないかを確認する。



16

【基本ケア】の基本方針・大項目・中項目・想定される支援内容			適切なケアマネジメントの手引き、その2より
基本方針	大項目	中項目	想定される支援内容
1. 病状や心身状態の把握と生活上の支援	1-1. 現在の生活体感の把握と生活上の支援予測、支援	1-1-1. 疾病や心身状態の理解	1. 未治療糖尿病の支援 2. 併存する疾患の支援 3. 病状や心身状態の把握と生活上の支援予測、支援 4. 病状や心身状態の把握と生活上の支援予測の確保 5. 病状や心身状態の把握と生活上の支援 6. 運動の生活リズムとその変化を把握することの支援 7. 病状や心身状態の把握と生活上の支援 8. 病状や心身状態の把握と生活上の支援 9. コミュニケーション技術の支援 10. 病状や心身状態での活動と運動の状況及びその変遷の把握の支援 11. 口腔内及び消化管の病状のリスクの予測 12. 乾燥などのからだに負担のかかるリスクの予測 13. 病状や心身状態の把握と生活上の支援
		1-1-2. 現在の生活の生活体感の把握	1-1-3. 日常生活を豊かにするリストの予測
		1-1-4. 疾病に対する対応の支援	1-1-5. 本人の意思を捉える支援 1-2-1. 病状や心身状態の把握と生活上の支援
	1-2. 意思決定過程の支援	1-2-2. 病状や心身状態の把握と生活上の支援	1-2-3. 意思決定過程の把握と生活上の支援 1-2-4. 病状や心身状態の把握と生活上の支援
		1-2-5. 病状や心身状態の把握と生活上の支援	1-2-6. 病状や心身状態の把握と生活上の支援 1-2-7. 病状や心身状態の把握と生活上の支援
2. 予測に基づく心身機能の維持・向上、ワクチンや薬剤の予防	2-1. 予測に基づく心身機能の維持・向上、ワクチンや薬剤の予防	2-1-1. 水分と栄養を摂ることの支援	2-1-8. 有効の生活の実現を図ることの支援 2-1-9. 本人の意思を捉えるためのアソード等の把握 2-1-10. 口腔内及び消化管の病状の把握 2-1-11. 病状や心身状態での活動と運動の状況及びその変遷の把握
		2-1-2. 身體的な実現と履歴の把握	2-1-12. 病状や心身状態での活動と運動の状況及びその変遷の把握 2-1-13. 病状や心身状態での活動と運動の状況及びその変遷の把握
		2-1-3. 病状や心身状態での活動と運動の状況及びその変遷の把握	2-1-14. 心身機能の維持・向上の実現 2-1-15. 感染予防の支援
	2-2. 日常的な生活の継続の支援	2-1-16. 体力や運動の実現	2-1-17. 体力や運動の実現 2-1-18. 体力や運動の実現 2-1-19. 体力や運動の実現 2-1-20. 体力や運動の実現 2-1-21. 体力や運動の実現 2-1-22. 体力や運動の実現 2-1-23. 体力や運動の実現 2-1-24. 体力や運動の実現 2-1-25. 体力や運動の実現 2-1-26. 体力や運動の実現 2-1-27. 体力や運動の実現 2-1-28. 体力や運動の実現 2-1-29. 体力や運動の実現 2-1-30. 体力や運動の実現 2-1-31. 体力や運動の実現 2-1-32. 体力や運動の実現 2-1-33. 体力や運動の実現 2-1-34. 体力や運動の実現 2-1-35. 体力や運動の実現 2-1-36. 体力や運動の実現 2-1-37. 体力や運動の実現 2-1-38. 体力や運動の実現 2-1-39. 体力や運動の実現 2-1-40. 体力や運動の実現 2-1-41. 体力や運動の実現 2-1-42. 体力や運動の実現 2-1-43. 体力や運動の実現 2-1-44. 体力や運動の実現
		2-1-4. 体力や運動の実現	2-1-28. 体力や運動の実現 2-1-29. 体力や運動の実現 2-1-30. 体力や運動の実現 2-1-31. 体力や運動の実現 2-1-32. 体力や運動の実現 2-1-33. 体力や運動の実現 2-1-34. 体力や運動の実現 2-1-35. 体力や運動の実現 2-1-36. 体力や運動の実現 2-1-37. 体力や運動の実現 2-1-38. 体力や運動の実現 2-1-39. 体力や運動の実現 2-1-40. 体力や運動の実現 2-1-41. 体力や運動の実現 2-1-42. 体力や運動の実現 2-1-43. 体力や運動の実現 2-1-44. 体力や運動の実現
	2-3. 健康・コミュニケーションでの情報の維持・向上の支援	2-3-1. 健康・コミュニケーションでの情報の維持・向上の支援	2-3-1. 健康・コミュニケーションでの情報の維持・向上の支援 2-3-2. コミュニケーションの実現 2-3-3. 口腔内及び消化管の病状を図ることの支援
	3. 健康等への支援	2-3-4. コミュニティでの活動を組み立てる支援	2-3-4. コミュニティでの活動を組み立てる支援 3-1-1. 支援を必要とする施設等への支援
		3-1-2. 健康等の理解者を増やす支援	3-1-2. 健康等の理解者を増やす支援 3-1-3. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-4. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-5. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-6. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-7. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-8. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-9. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-10. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-11. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-12. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-13. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-14. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-15. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-16. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-17. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-18. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-19. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-20. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-21. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-22. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-23. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-24. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-25. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-26. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-27. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-28. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-29. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-30. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-31. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-32. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-33. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-34. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-35. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-36. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-37. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-38. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-39. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-40. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-41. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-42. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-43. 健康等の理解者を増やすことの支援 3-1-44. 健康等の理解者を増やすことの支援
	3-2. ケアに対するひとへの支援	3-2-1. ケアに対するひとへの支援	3-2-1. ケアに対するひとへの支援 3-2-2. ケアに対するひとへの支援 3-2-3. ケアに対するひとへの支援 3-2-4. ケアに対するひとへの支援 3-2-5. ケアに対するひとへの支援 3-2-6. ケアに対するひとへの支援 3-2-7. ケアに対するひとへの支援 3-2-8. ケアに対するひとへの支援 3-2-9. ケアに対するひとへの支援 3-2-10. ケアに対するひとへの支援 3-2-11. ケアに対するひとへの支援 3-2-12. ケアに対するひとへの支援 3-2-13. ケアに対するひとへの支援 3-2-14. ケアに対するひとへの支援 3-2-15. ケアに対するひとへの支援 3-2-16. ケアに対するひとへの支援 3-2-17. ケアに対するひとへの支援 3-2-18. ケアに対するひとへの支援 3-2-19. ケアに対するひとへの支援 3-2-20. ケアに対するひとへの支援 3-2-21. ケアに対するひとへの支援 3-2-22. ケアに対するひとへの支援 3-2-23. ケアに対するひとへの支援 3-2-24. ケアに対するひとへの支援 3-2-25. ケアに対するひとへの支援 3-2-26. ケアに対するひとへの支援 3-2-27. ケアに対するひとへの支援 3-2-28. ケアに対するひとへの支援 3-2-29. ケアに対するひとへの支援 3-2-30. ケアに対するひとへの支援 3-2-31. ケアに対するひとへの支援 3-2-32. ケアに対するひとへの支援 3-2-33. ケアに対するひとへの支援 3-2-34. ケアに対するひとへの支援 3-2-35. ケアに対するひとへの支援 3-2-36. ケアに対するひとへの支援 3-2-37. ケアに対するひとへの支援 3-2-38. ケアに対するひとへの支援 3-2-39. ケアに対するひとへの支援 3-2-40. ケアに対するひとへの支援 3-2-41. ケアに対するひとへの支援 3-2-42. ケアに対するひとへの支援 3-2-43. ケアに対するひとへの支援 3-2-44. ケアに対するひとへの支援

【文部の範囲、必要性】・適切な支援内容とするために開発するアセスメント・モニタリング項目】・相談すべき専門職】は項目一括をご覧ください。

左から右へ「そのためにはどうする？」

## 構造を理解する

ご本人や家族が望む生活の実現を目標とするのは大前提。同時に、介護保険制度の理念である自立支援、住み慣れた地域での日常生活の継続を踏まえ、ニーズを具体化していく必要がある。

ノーマティブニーズにおける、「なぜ、その支援内容を想定すべきなのか？」を示すのが「基本方針」であり、その実現のために何をすべきかを示すのが「大項目」「中項目」である。

この構造を捉え、「想定される支援内容」が何のために表現されているかの理解を深めていただきたい。



**フェルトニーズ**：利用者本人が自身の願望、希望を～したいと主観的に示すもの  
**ノーマティブニーズ**：専門職が情報収集し、必要性を見き分けるもの、見立て  
**真のニーズ**はフェルトニーズとノーマティブニーズの一一致点

齊木大氏(株式会社日本総合研究所 創発戦略センター部長(新事業開発担当)エグゼクティブマネジャー)資料より

## 基本方針①尊厳を重視した意思決定の支援

- 基本となるのは、本人の意思を尊重し、本人が自ら決められるよう支援すること。
- ここでいう意思決定の支援には、いわゆるACP（アドバンストケアプランニング）だけでなく、日常的な生活の中での小さな選択や療養、支援の必要性を理解して同意することなども広く含まれている。
- 生活に対する自分の意向の認識に基づいて、療養や介護の方針などを理解したうえで意思を形成し、それを表明して実現できるような支援体制を整えることは、認知機能の状況に関わらず重要。

19

## 基本方針②これまでの生活の尊重と継続の支援

- 高齢者の生活の継続を支えるうえでまず必要なのは、こころとからだの機能を維持する視点。
- 高齢者は、加齢や疾患に伴って体の機能が低下する。例えば水分の摂取が不足しがちになったり、転倒しやすくなったり、温湿度の変化を捉えにくくなったりといった傾向がある。したがって、こうした変化やリスクを小さくし、それを維持できるようにするための支援の体制を整えることが重要になる。
- 心身の状態に応じてその人らしい生活を送り、家庭や地域での役割を持つことができるような体制を整える視点、つまり「活動と参加」の視点も当然必要になる。
- また、自立支援の観点から、適切なリハビリテーションの活用を検討することも重要。
- 同時に、本人のストレングスを捉えて活かす視点や、その人を取り巻く人的、物的環境を整える視点も重要。物的環境については、介護給付サービスの対象となる住環境や福祉用具だけではなく、日常的に使う家具や食器、生活用具なども含めて捉えることが大切。

20

## 基本方針③家族等への支援

- 高齢者の尊厳を保持した生活の継続を支えるには、必要に応じて高齢者本人だけでなく家族等を支援する体制を整えることも重要。
- 例えば高齢の夫婦世帯のみの世帯であって介護者も要介護高齢者である場合は、介護者の負担軽減が本人の生活の継続に大きく影響。
- 本人の子や孫が日常的な介護に携わっている場合は、子や孫の生活と介護との両立の支援も重要。
- 家族等の中でも、要介護高齢者本人との関わり方は一人ひとり異なるため、日常的な介護を担う家族（同居や近居の家族）以外の家族についても状況を把握する必要がある。

21

## 適切なケアマネジメント手法の活用による4つの効果

「適切なケアマネジメント手法」の考え方を実践に取り入れると、どんな良いことがあるのでしょうか？

手法を学ぶにあたって気になるところですよ。手法を活用してみた介護支援専門員から「ここが変わった」と聞くことが多い4つの効果を紹介します。

①情報収集の抜け漏れを防ぐ

まずは、アセスメントやモニタリングでの視点の抜け漏れを防ぐ効果があります。私自身は、「基本ケア」を見て「この項目の視点が抜けていた」「この項目は十分に情報収集できていないな」と思う項目がありました。改めてそれらの項目を重点的にアセスメントしてみて、これまで知らなかった利用者の生活や思いを知ることができました。

②多職種連携を促進する

他の職種との関わり方も変わったんですよ。手法の項目を見いくと、情報収集が必要だと思う項目がたくさん出てくるのですが、私ひとりでは把握しづらいこともあります。利用者とよく関わっているデイサービスの方など他の職種の方にも協力してもらうことにしました。

③今後の意向が分かり目標が具体化する

振り下ろした情報が得られると、具体的な目標の設定にも繋がりそうですね。

はい。私の場合は、利用者が今後どう過ごしたいかを改めて聞き取り、目標を見直しました。結果として、ケアプランも変更することになりました。

④利用者や周囲の人が変わる

利用者や利用者を取り巻く方々にも何か変化はありましたか？

私の場合は、利用者の意向を改めてより具体的に確認し共有したことでの利用者本人も、また家族や支援者等も、同じ目標に向かって頑張ろうという意識の変化がありました。【〇〇に向けて頑張りましょうね】と皆で声かけすることで、利用者の意欲が高まりました。

**(参考) 脳血管疾患のある方のケア**

高齢者における生活における不安を小さくできるように対応する。生活が変更してきた先は再障の予防が大切

<p>【図表】脳血管疾患、高齢者の生活変化による予防策</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

<p>【図表】寝起きの際、高齢者の生活変化による予防策</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

**(参考) 心疾患のある方のケア**

高齢者の心疾患における不安を小さくするには専門の専門医等と連携して医療が受けられることが大切

<p>【図表】心疾患の予防、高齢者の心疾患による予防策</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

<p>【図表】寝起きの際、高齢者の心疾患による予防策</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

**(参考) 大腿骨頭部骨折のある方のケア**

生活が変更されることは小さくすることができる

<p>【図表】寝起きの際、高齢者の大腿骨頭部骨折による予防策</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

<p>【図表】寝起きの際、高齢者の大腿骨頭部骨折による予防策</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

**(参考) 認知症のある方のケア**

認知機能が低下しても本人の尊厳が保持されるような生活の実現を目指すことが基本

<p>【図表】認知症の予防</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

<p>【図表】認知症の予防</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

**(参考) 誤嚥性肺炎の予防のためのケア**

誤嚥性肺炎は、発症するリスクの大きい高齢者が多く、発症すると入院のリスクあるいは重症化した場合の死亡リスクが高まる

まずは、本人や家族等に肺炎の予防の大切さを理解してもらうとともに、要介護高齢者の心身や生活の状況は変化するため、専門職がリスクを評価（再評価）できるよう体制を整え、日常生活の中でリスクを低減できるようにする支援を行ふ

<p>【図表】誤嚥性肺炎の予防</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul> </td> </tr> </table>	<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	
<p>高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>	<p>中高齢者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活</li> <li>・食事</li> <li>・睡眠</li> <li>・運動</li> </ul>		

齊木大氏(株式会社日本総合研究所 創発戦略センター部長(新事業開発担当)エグゼクティーブマネジャー)資料よ)