

軽度認知障害から認知症への移行

—日常生活チェックリストを用いた生活変化—

○川瀬 康裕¹⁾、児玉 直樹²⁾

1)川瀬神経内科クリニック

2)高崎健康福祉大学 医療情報学科

目的

当院では健忘型MCI患者を対象にした3年間の前向き研究を実施している。今回、2年間の経過観察結果に基づき、軽度認知障害から認知症への移行と日常生活活動状況との関係について検討したので報告する。

生活支援計画書

ID 25096

氏名 S・I さん

作成日 H18. 5. 20 生活支援担当 板垣 照子

プログラム支援担当 相場 優子

本人の望むこと

今まで通り、友達とスキーしたり、山登りをしていきたい。現状を保ちたい。

家族が望むこと

元気で長生きしてもらいたいかな(本人が言った)

さんが明るく、楽しく、生き生きと日々を過ごすための支援目標

- ・自分で山登りやスキーなどを計画して仲間を誘って出かける機会を持つ。
- ・家庭の中では、自分の役割を持って助け合いながら現在の生活が続けられる。
- ・新しい出会いを求め、自分が楽しめる事や、好きなことに挑戦してみる。
- ・自分の考えや、気持ちがいっつも出せるような環境を整える。

	解決可能な目標	本人が出来る事	家族が出来る事	支援が必要な事
社会参加について	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間との山登りなど継続して出かけてみる。 ・定期的にカラオケ教室を楽しむ。 ・散歩など出かける機会を持つ。 ・他者との関わりもてる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・山登りに出かけてみる。出かけたことを日記などに記してみる。 ・カラオケで聴いた歌、歌いたい歌などを通して仲間との会話をしてみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・山登りなどの計画があるときは相談相手になる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・山登りやカラオケなどに参加したときは気づいたことを記録ノートや日記で残してみる。
運動について	<ul style="list-style-type: none"> ・散歩など出かける機会を持つ。 ・身体を動かすことをやってみる。(体操など) 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で出来る運動について考えて、実施してみる。やってみた運動を探してみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・本人の相談相手になり、家族と一緒に出来る人が運動があったら仲間になってもう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・実際にやっている運動の内容を日課表に記入してみる。
知的刺激について	<ul style="list-style-type: none"> ・脳活性につながることを試してみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・頭のパズルの継続。 ・意識的に脳活性のプログラムを体験してみる。 ・自分の得意なことや好きなことを探してみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・日常生活の中で本人の興味があることを探してみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・檜の森プログラムの見学を計画してみる。 ・プログラムの予定表を提示して、興味のある日に参加を促がしてみる。 ・バザーに誘ってみる。
食事・栄養面について	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養指導を受けバランスのよい食生活ができる。 			

日常生活チェックシート

日常生活チェックリストは運動、知的刺激、つながりを考慮した17項目について、家族が毎日チェック項目を実施したか否かについて判断する。

チェックされた項目は1ヶ月ごとに集計し、点数化した。

平成 年 月

さんの家族から見た様子

	運動	知的刺激	つながり		
			⑩	⑪	
※各欄について詳しく記入すれば○を記入してください	①散歩(犬の散歩も含む)をした 分かる場合のみ歩数を記入してください 今日は何歩歩きましたか?	⑤農作業(草取りなどを含む)をした ⑥仕事をした(年賀状作成なども含む) ⑦買い物や預金を下ろすなど金銭管理をした ⑧料理や掃除、洗濯などの家事をした ⑨料理や掃除、洗濯などの家事をした	⑫旅行(温泉などを含む)をした ⑬公的機関(病院、役所、公民館など)を訪ねた ⑭映画、講演会などに参加、または読書などをした ⑮囲碁や将棋、トランプ、ドリルなどゲームをした ⑯書道や絵画、カラオケ、写真など芸術活動をした	⑩ボランティア活動をした ⑪交流会(イベント)に参加した ⑫宗教行事(仏事、法事、神事)をした ⑬旅行(温泉などを含む)をした	⑭家族、友人、知人との交流(挨拶以上の対話)があった
1()					
2()					
3()					
4()					
5()					
6()					
7()					
8()					
9()					
10()					
11()					
12()					
13()					
14()					
15()					
16()					
17()					
18()					
19()					
20()					
21()					
22()					
23()					
24()					
25()					
26()					
27()					
28()					
29()					
30()					
31()					
連絡事項等					

日常生活チェックシート

1ヶ月あたりのチェック回数(平均値)

	散歩	農作業	仕事	金銭管理	芸術活動	ゲーム
非移行群	10.6*	11.1*	8.0*	10.8*	2.5*	2.2*
移行群	4.6	3.3	3.0	7.2	0.5	0.8