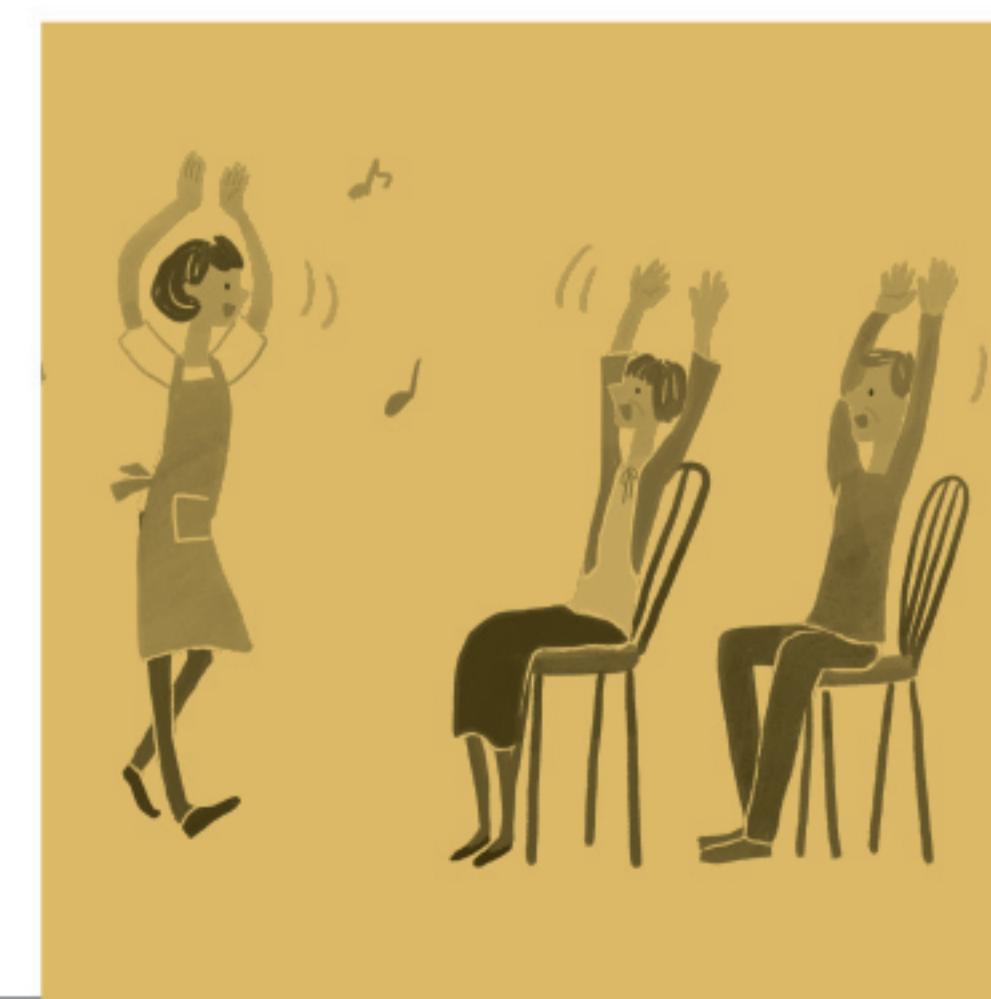




4DAS

Four-Dimensional Assessment System

認知症機能訓練システム



兵庫県

研修のお問い合わせ先

一般社団法人iコミュニティデザインラボ
〒675-2105 兵庫県加西市下宮木町207番地の1
TEL & FAX : 078-926-1026



【Eメール】
i.co.de.lab.2024@gmail.com



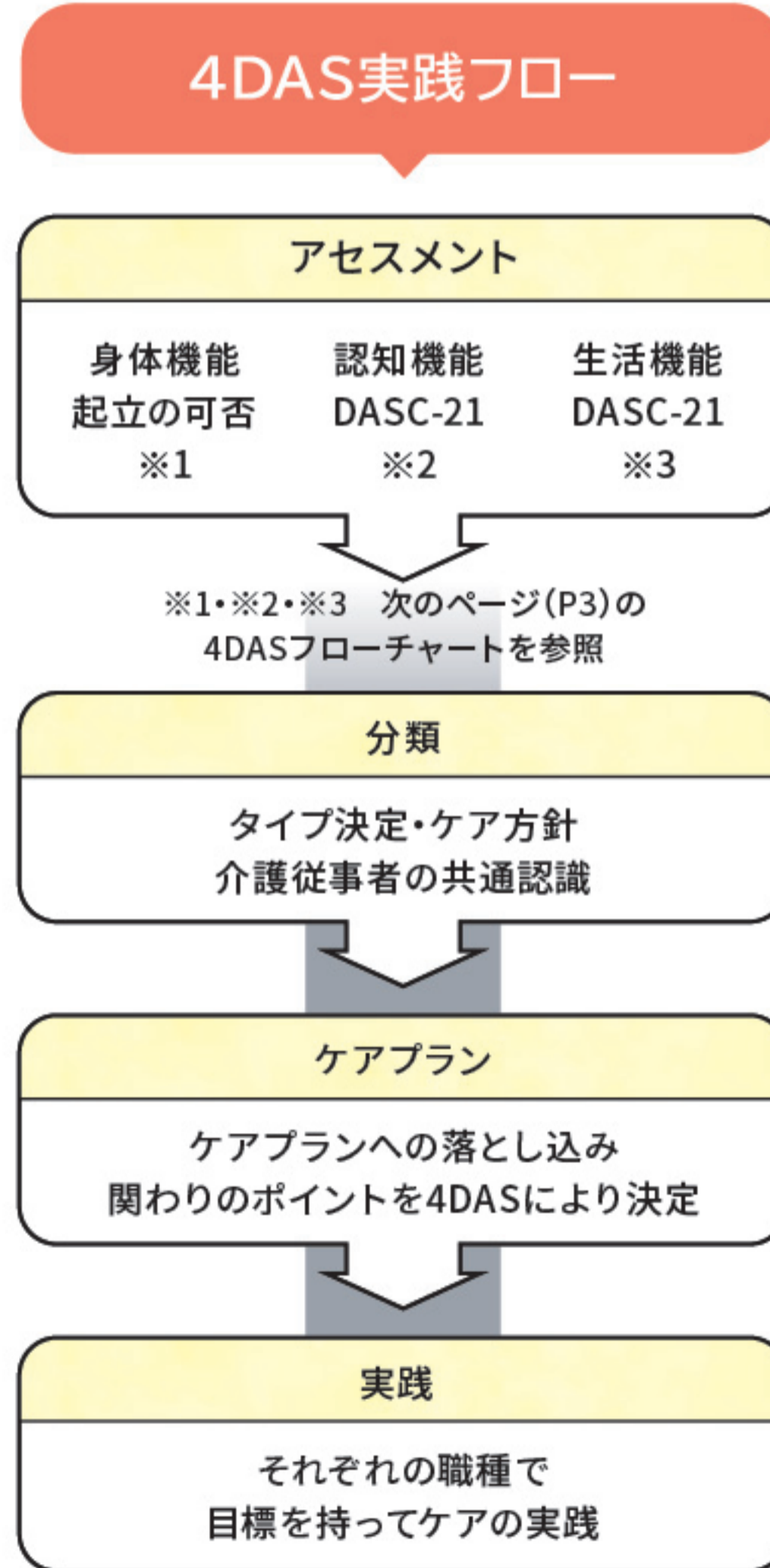
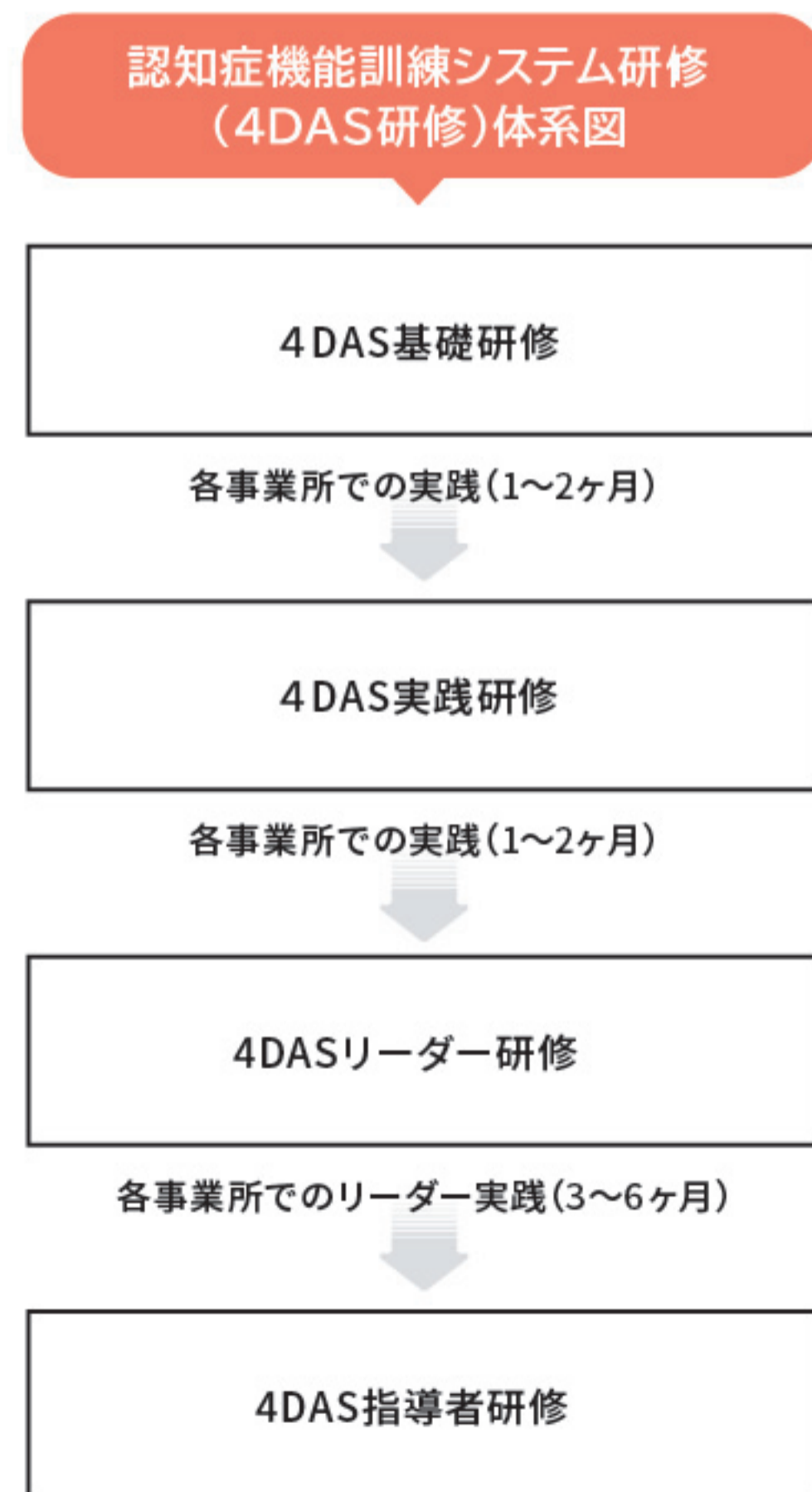
【ホームページ】
<https://4das-ilab.or.jp/>

兵庫県フォードス 4DAS

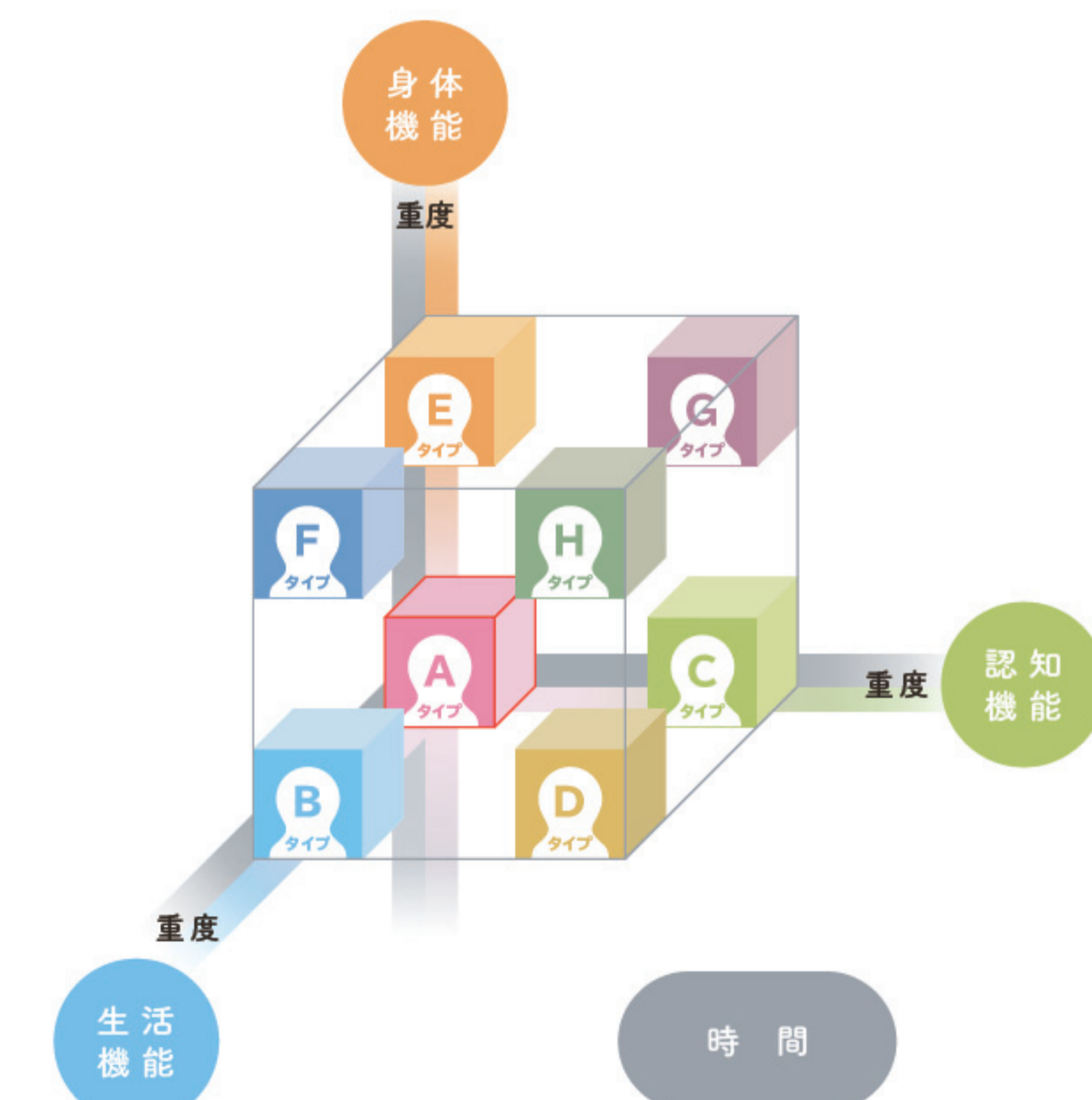
【認知症機能訓練システムとは】

認知症の人のケアやリハビリテーション(アクティビティ)では、対象者の状態を正しくアセスメントした上で、その人の状態に応じたケアやプログラムを提供することが大切です。

認知症機能訓練システム(兵庫県4DAS)は、対象者の状態を①認知機能 ②生活機能 ③身体機能 ④時間という4つの視点から数値化したアセスメントを行い、対象者の状態を8つのタイプに分類し、根拠に基づいたケアが提供できるよう考えられたアセスメントシステムです。



< 4DAS概念図 >



事業所等においてケア体制の中にアセスメントシステムを導入することは、多職種で構成されたチームメンバーが、観察やアセスメントの視点を共通理解し、認知症の人にとって個別性のあるケアを提供することができます。

それは、認知症の人の自尊心、行動・心理症状(BPSD)の予防や軽減にもつながります。

また兵庫県4DASは、アセスメントの結果を数値化するため、対象者の変化を可視化でき、職員のモチベーション、質の高いケアを提供しながらの業務の効率化にもよい影響をもたらすことが期待できます。

県内の多くの介護事業所において、多職種連携による認知症の人の状態に応じた個別性のあるケアや支援の充実のため、兵庫県4DASを役立てていただけると幸いです。



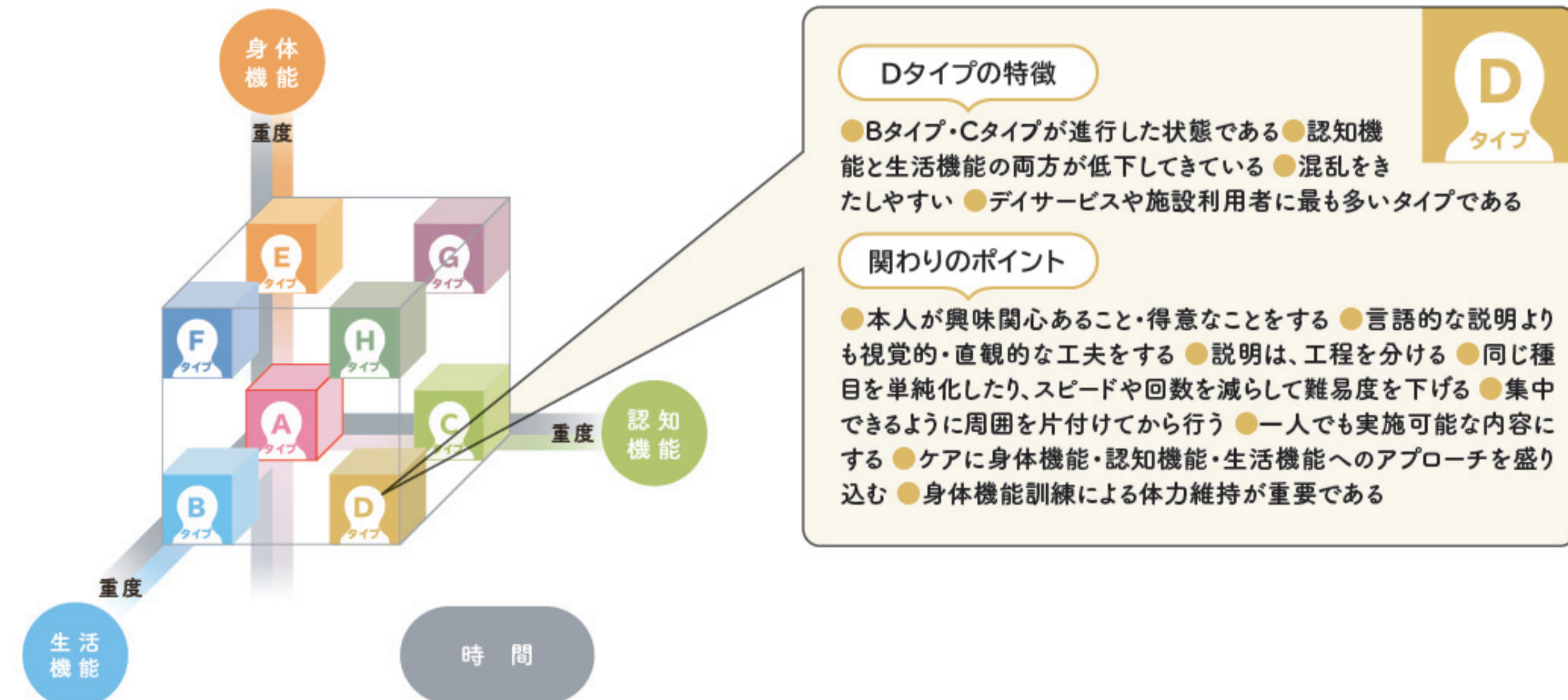
【兵庫県4DASの実際】

① 4DASフローチャートから、対象者を8つのタイプに分類します



4DASフローチャート：所要時間(目安):5分/1人

Dタイプの事例



② 各タイプ(A~H)の特徴から関わり方・ケアの方法を考えます

Aタイプの特徴

- 身体機能と認知機能・生活機能が比較的維持されている
- 活動性が高く、できることも多い

関わりのポイント

- 退屈しないような工夫をする
- 主体性をもって取り組んでもらう
- プログラムの企画段階からの参加、準備、挨拶、後片づけ等、役割や社会性が発揮できるようにする
- 生活機能や認知機能が維持できるようにする
- 身体機能・認知機能が最大限発揮できるように工夫する

Eタイプの特徴

- Aタイプの身体機能が低下した状態である
- 車いすなどで移動している
- 認知機能が高く自分でできることが多い

関わりのポイント

- 本人の意思をよく理解する
- 座位でできる役割や社会的な活動をしてもらう
- 動機付けをして、立位の機会を増やすなど身体機能の向上を目指す
- 本人が自ら身体機能を発揮できるように説明や用具の工夫など環境を調整する

Bタイプの特徴

- 身体機能・認知機能は比較的保たれているが、生活機能(IADL/ADL)が低下している
- 質問内容を理解できるため返答はできるが、行動が伴わず、活動性が低い
- 実行機能障害のため自分で計画的に物事をすすめられない
- 意欲が低下し、アパシーやうつ状態の可能性はある

関わりのポイント

- 誘導により少しずつ動いてもらう
- 十分なウォーミングアップを行ない、リラックスしてもらうことから開始する
- 無理なくやる気になれるように関わる

Fタイプの特徴

- Bタイプの身体機能が低下した状態である
- 認知機能は比較的保たれているが、生活機能(IADL/ADL)の低下がすすんでおり、身体介護を要する
- 質問内容を理解できるため返答はできるが、行動が伴わず、活動性が低い
- 身体機能と同時に意欲も低下する場合が多い
- 意欲が低下し、アパシーやうつ状態の可能性はある

関わりのポイント

- 本人の思いを傾聴し、尊重する
- 理解力があるので、ゆっくり丁寧に説明する
- 誘導により少しずつ動いてもらう
- 本人にとって安心感のある環境にする
- 十分なウォーミングアップを行ない、リラックスしてもらうことから開始する
- 本人が得意なこと、成功することに取り組んでもらい、自信がもてるようにする
- 身体機能・認知機能の低下に注意する

Cタイプの特徴

- 生活機能(IADL/ADL)は比較的保たれているが、認知機能低下がすすんでいる
- 手続き記憶により生活しているため、慣れた環境であれば、迅速に対応できる
- 新しい環境では混乱する可能性が高い

関わりのポイント

- 馴染みの動作や作業など、手続き記憶を活用できるように工夫する
- 環境変化への対応に配慮する

Gタイプの特徴

- Bタイプの身体機能が低下した状態である
- 認知機能の低下はあるが、なじみの活動(食事、車いすへの移動等)はできる可能性がある
- 急な環境の変化に混乱を生じる可能性がある
- 生活機能(IADL)は低下している

関わりのポイント

- 体幹や下肢の筋力をできるだけ使う
- 手続き記憶で活動できるように用具や習慣を活用する
- できるだけ慣れたこと、なじみのあるものを用いる

Dタイプの特徴

- Bタイプ・Cタイプが進行した状態である
- 認知機能と生活機能の両方が低下してきている
- 混乱をきたしやすい
- デイサービスや施設利用者に最も多いタイプである

関わりのポイント

- 本人が興味関心あること・得意なことをする
- 言語的な説明よりも視覚的・直観的な工夫をする
- 説明は、工程を分ける
- 同じ種目を単純化したり、スピードや回数を減らして難易度を下げる
- 集中できるように周囲を片付けてから行う
- 一人でも実施可能な内容にする
- ケアに身体機能・認知機能・生活機能へのアプローチを盛り込む
- 身体機能訓練による体力維持が重要である

Hタイプの特徴

- Dタイプの身体機能が低下した状態である
- 認知機能・身体機能が低下している
- 生活機能(IADL/ADL)が低下しており、身体介護が必要である
- 長期臥床の可能性はある

関わりのポイント

- 自発的な動きが可能な場合は、比較的難易度が低く反復の活動を多く取り入れる
- 本人の自発的な活動が困難な場合は、受動的な活動を多く取り入れる
- ゆっくり、大きく、はっきりと説明する
- 心地よい感覚になれるようなケアを工夫する
- 集団レクリエーションを実施する場合は、少人数で、短時間にする
- 本人のQOL向上を目指す

兵庫県4DASを活かしたプログラムの一例：音楽の場合



集団のリーダーをお願いする。(はじめとおわりのあいさつ、ダンスや踊りの見本、指揮者など) 事前に選曲したり、楽器演奏が可能な人には伴奏を依頼してみる。音楽に合わせて身体を動かすことにより、楽しみながら身体機能向上の機会とする。



ゆったりとした気持ちになるような曲を選ぶ。童謡や唱歌など口ずさめる曲を選び、周囲の人と一緒に声を出す機会をつくる。



その人が一番輝いていた時代に流行していた曲を選ぶ。毎回、同じ曲から始めることで、安心感が得られるようにする。集団での活動が困難な場合は、無理に引き止めず、再度参加したくなる工夫をする。



なじみのある曲を選ぶことで、安心して参加できるようにする。今後、身体機能低下の可能性があるので、曲に合わせて声を出したり、体操と組み合わせ、楽しみながら活動量を確保する。



集団のリーダーをお願いする(はじめとおわりのあいさつ、選曲など) 本人の身体機能により打楽器(マラカス、タンバリン、鈴など)を選択し、変化のある複雑なリズムを提案するなど、より楽しめるように工夫する。



受け身的な参加でもよいことを保証する。リラックスした気持ちになれるような曲を選ぶ。可能であれば、好きな曲を選んでもらったり、曲に合わせてゆっくり大きく身体を動かしてもらい、できている部分を言葉でしっかり伝え、本人の意欲の向上につなげる。



本人の身体機能に合わせて、打楽器(マラカス、タンバリン、鈴など)を選んでもらい、楽器でリズムを刻むことの楽しさを感じてもらおう。



本人の好きな曲を探す。その人が一番輝いていた時代に流行していた曲を聞くことでゆったりした雰囲気を味わってもらい、表情の変化やリズムをとっている様子を観察し、その人にとって心地よい感覚になれるような曲・環境を提供する。



スタッフ間のコミュニケーション

なるほど、Dタイプか! じゃあ、次は伝え方を工夫してみよう!

〇〇さんをアセスメントした結果 Dタイプでした

Dタイプだったら身体機能の維持が大切だね



4DASを活かしたケアを実践した介護職の方々の声をご覧ください、ぜひ日々のケアにお役立てください!



ホームページ <https://4das-ilab.or.jp/>

4DASの体験レビューはホームページをご覧ください!

