

2026年2月13日

三重県介護支援専門員協会連絡協議会 オンライン研修会

拒否、妄想、依存に困ってませんか？ 問題にまどわされない方法を精神科医から学ぼう！

鳥取県立厚生病院・精神保健福祉センター
植田俊幸

鳥取市は雪国

- 1月25日に積雪40cm
 - JPCZ
- 夏は高温
 - フェーン現象



診断名だけで判断せず 病気の特徴を知ろう

● 詳しく知ると対応がわかる

統合失調症

考えがまとまらない
感覚が過敏
自我のまとまりの障害

パーソナリティ障害

現実場面に不適応な
行動パターン
本人・周囲が苦痛

神経発達症

- 発達障害…運動、知覚、認知、記憶、判断、統制など、発達の一部の障害
- 知的障害(知的発達症、知的発達障害)
全体的な知能発達の障害



統合失調症

- **思考障害と自我障害**
- **120～130人に1人、思春期に起きやすい**
- **大人の社会体験が少ない。集団生活や仕事**
 - 子供…正しいことは1つ、間違っていると「ダメ」
正しいことを選んだ、という結果が大切
 - 大人…立場や責任によって判断が変わる
みんなが納得できるように交渉や受け入れが大切
- **普通の社会体験をどう作るかが重要**
 - 「大変ですね」だけでなく「どうするか」

1) 妄想…統合失調症、認知症など

- 被害妄想や関係妄想
 - 自分と結びつけすぎ、悪く考える
- 理屈では納得してもらえない
 - 「否定も肯定もしない」⇒どうやって??
- 「そのとおり!」「そうですねえ…」
 - 肯定→妄想の強化、不快感が高まる
- 「そんなことはないと思いますけどもねー…」
 - 否定→不信感や不快感、関係の悪化
 - 反論を引き起こし妄想が悪くなる。戸惑いが伝わる

否定しないといっても… 対応に困らない？

- 誰か家に入ってくる、物を盗られる
 - 実際そんなことはない、自分でなくしたのでは
- 隣の人が大きな音を出して嫌がらせする
 - 少しは音はするだろうけど、思い過ごしでは
- 家に来ないで、電波で伝わっちゃうから
 - 「あー、そうなんですねえ」→妄想を肯定→妄想が強まる
 - 意思の尊重は大切。どうやって？
 - 「こちらが勝手に進めるわけにはいかないから様子見」でいいのかなあ… サービス入れなくてもいいの？
- 「電波って？気が休まらないでしょう」→自信をもって聞ける？

具体的なやりかたを知る

中央法規出版 月刊ケアマネジャー

精神疾患のある人への関わり方
2024年4月～2025年3月



vol. 10 | 興奮し暴言や暴力がある利用者

精神科医として介護・福祉職との連携に力を入れてきた著者が、精神疾患のある人への具体的な声かけの方法や接し方を、やさしく解説します。

植田俊幸 鳥取県立厚生病院・精神保健福祉センター医長

CASE

Jさん(70代、男性)は、特別養護老人ホームに入所しています。おむつ交換や入浴には介助が必要ですが、着替えのときには、いつも拒否が強く、介護職員を突き放したり、大声で叫んだりします。
最近では近くにあるものを投げるようになりました。精神科を受診し薬が処方されましたが、内服しても興奮が収まりません。



かわり方のポイント

- 興奮の背景には不安や怖さ、戸惑いなどの気持ちがあることを知り、優しく語りかける
- 本人はどう感じているのかに気を配る。これから何が始まるのかを具体的に伝え、わかりやすい文章や絵なども活用する
- 衝動的な行動が起きやすい病気や障害を知り、特性に応じた対応を工夫し環境を調整する。もともとどの好みも知っておく
- 今日は落ち着いていてよい、興奮してだめ、というような短い時間で一言一毫せず、数日や1週間ごとの変化を記録しアセスメントする

具体的な接し方

- ✓「Jさん、着替えの時間ですよ。ズボンを見ますね」と具体的に伝える
- ✓予定をイラストで描いて見るところに貼り、「今日はお風呂ですね」と何度でも声をかける
- ✓職員を突き放す ▶ 顔が見えるよう向かい合い、落ち着いて「私がお手伝いしますね」と声をかけ優しく手を握る
- ✓介助が終わったら「頑張りましたね!」と努力できたことを確認して、感謝を伝える



vol. 11 | 認知症の行動・心理症状(BPSD)の理解が乏しい家族

精神科医として介護・福祉職との連携に力を入れてきた著者が、精神疾患のある人への具体的な声かけの方法や接し方を、やさしく解説します。

植田俊幸 鳥取県立厚生病院・精神保健福祉センター医長

CASE

Kさん(80代、女性)は認知症で、徘徊が多くみられるようになってきました。一緒に暮らす長男夫婦(50代)は、いつもKさんを厳しく叱っています。ケアマネジャーは長男夫婦にサービス利用を増やすように勧めて、よい対応の仕方を説明しています。しかし長男夫婦は「そのうち、おさまるでしょう」と言って応じず、危機感がありません。



かわり方のポイント

- 「危機感がない」のは、解決をあきらめたり、困りごとをうまく伝えられないのかもしれない
- どの家族にも慣れ親しんだやり方や考え方があり、そのルールを知るには、まず話を聞く
- 今まで利用したサービスではうまくいかなかったなど、過去に悪い思い出があるのかも。家族の気持ちや負担感に配慮する
- 悪いことを直そうとするより、本人も家族ももっと健康的に生活できる計画を考える
- 本人の健康が守られておらず、危機介入が急がれるときには組織で対応する

具体的な接し方

- ✓「そのうち、おさまるでしょう」▶「いつもどんなふうにおさまるのでしょうか?と、実際の状況や工夫を聞く
- ✓厳しく叱る ▶「お母様を毎日みられるのは大変でしょう」と日々の介護の負担に共感し、「いろいろストレスもあるでしょう」と家族の健康に配慮する
- ✓サービスに消極的 ▶「皆さんが楽になるよう、お手伝いできればと思います。どうなるとういでしょうか?」と具体的なゴール設定を助ける

あいまいな対応してませんか？

- あー、はいー、えー、うーんそうですねえ…
 - 「肯定も否定もせず中立」のつもり
- 言葉のメッセージが少ない
 - 言葉以外のメッセージが伝わる
 - 声の高さ、話す速さ、間の取り方（無言の時間）、視線、表情、身ぶり、暑さ寒さ、時間、雑音…
 - こちらの不安や戸惑いも伝わる
- 表情や声のコントロールは、かなり難しい！
 - 自信がなければ、まず言葉で伝えよう

「そう言った」という事実を受け止めよう

- 価値判断はいったんストップ
 - それは本当？/ウソ？、可能/不可能、現実/非現実
 - 法律では正しい/誤り、倫理的に善/悪
 - 人道的に許される/許されない
- 相手がそう言った、という事実を受け入れ
 - 「そう思ったのですね」「そう感じたのですね」
「そんな気持ちだったのですね」
「そんなことがあったのですか」
 - そうなんですね、お聞きできてよかったです

気もちと 実際の様子を聞く

- **実際に何があったか確認**
 - それで、どうなりました？ どうしましたか？
 - どうしてそう思った？ 何が起きた？
 - いつもそうなんですか？ そうじゃないときは？
前はそうじゃなかった？ 前と何が違う？
- **気もちに共感、体験の意味を理解(バリデーション)**
 - 「たいへんだったでしょう」「イヤですよね」「怖いじゃないですか」「それは腹立たしい」
 - そうです→なるほど、お気持ちよくわかります
 - そうじゃない→そうなんですね、安心しました

できていることを見つけ、できることを増やす

- **大変なとき、どうしてですか【今の努力】**
 - 今やっていること、がんばっていること、工夫していること、普通にできていること
 - 「いつも見張られていて気が休まる間がないですね。食事など、どうしてですか」
- **今までどうしていましたか【過去の対処】**
- **これからどうなるといいでしょう、まずどうしたい、そのためには【未来への小ステップ】**
- **生活の困りごとを解決…みんなで協力、ケア計画**

妄想の「原因」はさまざま

【考えられる原因の例】

病気そのもの…ドパミンが多い

人づきあい……相手とケンカ

相手がいなくてさみしい

まわりの状況…物が多すぎる

自分の思いの伝えかた

どう言ったらいいか知らない

妄想に興味をもってくれる

他にやることがない

【良くするには】

⇒くすりを飲む

⇒仲直り

⇒一緒に過ごす、話す機会

⇒片づけ、捨てる、ラベル

⇒気持ちや考えの表現

⇒興味をもつ他の活動

⇒楽しい活動を考え、行動

2) 依存的で話が終わらない

- どうしたらいい、話を聞いて、もうすこし聞いて
- あなたなら、どう言って応じますか？
 - はい、うんうん、うーん、そっかあ、そうなんですね
 - どうでしょう、どうかなあ
 - だいじょうぶですよ。それでいいですよ
 - 心配なんですねえ、だれでも心配はありますよ、あまり心配しすぎほうがいいんですけども
 - 気分転換したら、お茶のんだら、歩いてみたら
 - ちょっと休みましょう、薬のんだら…

訴えの「原因」にとらわれると難しい

- 目先のことや気になることにとらわれてしまう
 - いかにも気を引くこと、誰でも知ってる一般論、変えられない過去…
- **ちょっと心配でも大丈夫になる！**
 - とても心配なとき、少し良いとき、心配でも大丈夫なとき
 - 今までどうしていたか、今どうしているか、これからどうなるといいか、今できることは
- 避ける、逃げる
 - 心配事にチャレンジ、できたことを正しく評価



<https://www.ac-illust.com>

対人援助の会話は、普通の会話と少しちがう

- 明日の天気はどう？
 - 明日は晴れるけど風は冷たいんだって
 - 明日は雨で雪の降るところもあるそうだよ
 - 親切なのは良いこと⇔決めつけ
- 本当に天気を知りたいだけかな？
 - 予報どうだった？ 気になる？
 - 何かあるの？ どうかなあ
 - どうして？ なんで？

どうして
そう言った？
どうして
そう思う？

心配な人への「傾聴」

- どうしたらいい、話を聞いて、もうすこし聞いて
- そうですねえ…心配しすぎないで→話せてよかった！

発達障害（神経発達症）

- **自閉スペクトラム症（ASD）**
 - 感覚過敏や鈍感、バランスなどの運動発達、相手の気持ちや考えの想像が苦手、行動パターンが変わらない
- **注意欠如多動症（ADHD）**
 - 知的には問題ないのに、不注意や多動のため衝動的になり、状況にあった行動ができない
- **限局性学習症（SLD: Specific Learning Disorder）**
 - 読む、書くなどの部分的な学習能力の障害

発達にかかわる人間の脳のはたらき

- ① 集中する 「今は○○しよう」
- ② いろいろ想像する
「どうしてそうなのかな？」
- ③ 考えをまとめる 「多分こうだろう」
- ④ 順序づける 「最初にやることは、次は…」
- ⑤ やることを決める 「では、こうしよう」
- ⑥ やってみる
「あれ、うまくいかない」 → やり方を変える
- ⑦ くり返して慣れる → 体が自然に動く

難しいところ
がわかれば、
対応がわかる

できることを
伸ばす、
難しいことは
手助け

行動を細かく分けると 具体的に支援できる

- **注意集中**
 - 作業をこまかく分ける、その都度指示、メモを貼る
- **コミュニケーション→方法を教えて練習**
 - 表情認識や気持ちの想像が苦手、質問方法を知らない
- **予期しないことが苦手**
 - 予定表づくり、予定通りいかないときの対処
- **感覚過敏、不注意**
 - 耳栓、サングラス、物を減らす、狭いところ
- **小さな成功体験を作って、努力の価値を学ぶ**
 - 人づきあいができない→1分間過ごす→ほめる

診断名よりも 行動障害に困ってませんか

- さわぐ、たたく→だめでしょ！
 - 「やっちゃだめ」はダメ！（うまくいかない）
 - 人間は「しない」は難しい
 - やらないで！ やらないようにしましょう
→たいていうまくいかない
- 具体的に「できる」ことを示す
 - 騒いじゃダメ→音楽を聴きましょう
 - 大声出さないで→小さな声でしゃべろう
→声の大きさの練習をしよう

3) 拒否 認知症だけど発達障害？

- 75歳男性、血管型認知症？
- 妻の死亡後に独居、乱雑で不潔な生活。極度の偏食で入院。記憶や理解はよいのに言うことがすぐに変わる。訪問看護やヘルパー利用に不同意。
- 認知症だけでなければ、どうしてこうなった？
- 健康的な生活ができるにはどうする？
- 本人が満足してくれる生活はどんなだろう？

言っても聞かない→回数不足・別の方法

- 定着に時間がかかる / 言葉では伝わらない
- 短文, 図表, 絵を貼る
- 時間を区切る、タイマーを使う
- 単純に、わかりやすく

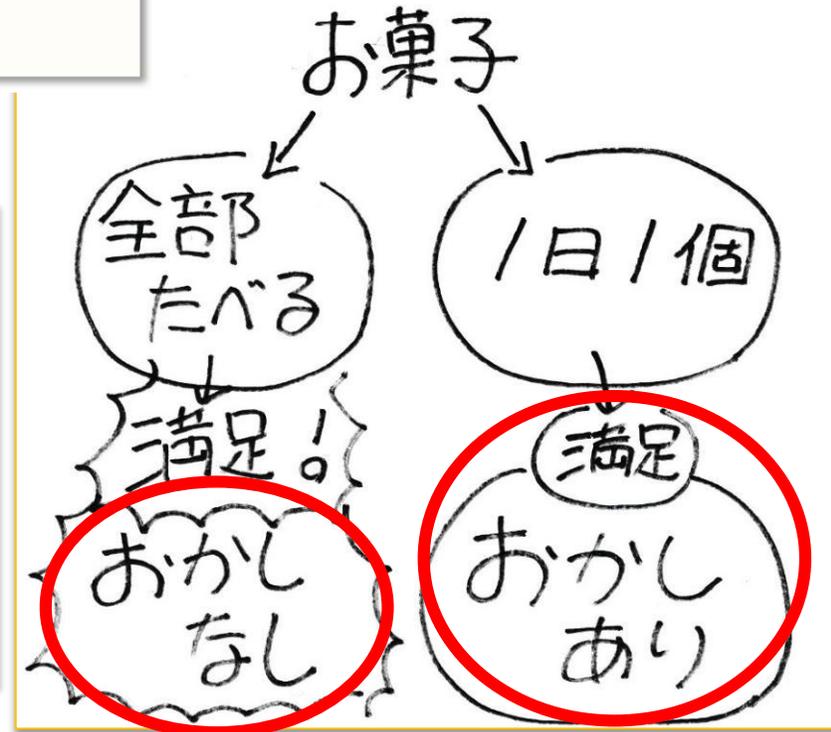
- 親切に詳しく話す

→ 伝わらない
混乱, 困惑
不機嫌

2月1日(日)
足の骨がおれて入院
厚生病院



	よい	わるい
全部たべる	満足!	腹が立つ
1日1個	毎日満足	もっとたべたい!



「だめです」 → 「やりましょう」

- 怒っちゃだめ → 音楽を聴きましょう
- 実際にやることは好み、能力、状況で決める
- 状況を具体的に細かく見る！
 - 今できていることを見つけ、ほめる
- 大人にふさわしい常識的な行動をつくる
 - 絵が好き → 好きな絵を描く → イベントのイラスト → つながりが広がる、手を使い集中できる、社会の中で役割…

健康で文化的な生活のために

- 見通しを伝える…目的、理由、意味
 - できること、できないこと、やるべきこと
- 考えかたをみとめる、気持ちを受け入れる
 - 好き嫌いとは相談は別…大人の人づきあい、礼儀
- やりかたを伝える→伝え方の工夫
 - 相談の方法、訪問の約束、サービスの利用
 - メモを書く、手紙をだす、短時間で回数を増やす
- 役割分担し支援計画の共有
 - 機関や職種で役割や責任が違う。変化には時間がかかる

病気や対応のキホンを知っておこう

- 困った状況こそ学びのチャンス！
- 精神疾患や精神障害の特徴を知る
- 特性に応じた対応と支援計画
- 人間の行動が変わるのには時間がかかる
 - すぐに変わらなくてもいい方向に向かう助けはいつでもできる！

