

認知症予防支援相談士試験公式テキスト「最新情報版」

認知症予防の問題は、国政をはじめ多くの分野で重要な課題となっており、新しい動きが相次いでいます。「認知症予防支援相談士試験 公式テキスト」の補完を兼ねて、以下のとおりお知らせいたします。皆さま方の活動の参考資料ですが、認定試験問題の出題範囲として追加・更新いたします。「最新情報」としてご参照ください。

1. 介護予防・日常生活支援総合事業

テキスト P126～127<更新>

(1)地域支援事業の内容の改訂

- ・地域支援事業としては介護予防特定高齢者施策と介護予防一般高齢者施策とがありましたが（テキスト P220～229）、2010年（平成22年）の介護保険法の改正でそれぞれ一次予防事業と二次予防事業に名称変更されました。（テキスト P163）また、2015年（平成27年）の改正で、一次予防事業と二次予防事業の区分も廃止され、介護予防・日常生活支援総合事業に統合・再編されました

(2)総合事業のルールの緩和

- ・総合事業のサービスを使えるのは要支援の人が原則でしたが、このルールを緩め、このサービスを使っていた要支援の人が要介護の時点で引き続きそのサービスの利用を望み、かつ市町村が認める場合は、引き続き利用できるようになりました。（2021年4月施行）

2. 認知症の人の財産管理

テキスト P129<更新>

- ・認知症、知的障害その他の精神上の障害があることにより財産の管理や日常生活等に支障がある人たちを社会全体で支え合うことが、高齢化社会における喫緊の課題であり、かつ、共生社会の実現に資することです。
しかし、成年後見制度はこれらの人たちを支える重要な手段であるにもかかわらず十分に利用されていません。
そこで、2016年5月に成年後見制度の利用の促進に関する法律が施行されましたが、それでも利用率は低い水準に留まっています。（2020年末で約23万人）
手続きの煩雑さや費用面から、利用者にメリットが実感できないなどの理由があります。
- ・銀行手続きにおいて、法定代理権のない家族が認知症の人の介護に必要な資金を引き出せないという問題が続いていたため、2021年2月に全国銀行協会がその対応策を指針としてまとめました。
- ・親族の預金引き出しの特例—この指針によって、本人が判断能力を失っていることを診断書の提出や面談で確認し、かつ、成年後見制度を利用していない場合は、預金者本人の利益に適合することが明らかである場合に限り、依頼に応じること

なりました。たとえば、医療・介護関連費や生活費があげられ、請求書や領収書で使途を確認します。成年後見人等が後に指定された場合は、成年後見人からの払い出し依頼を求めることになります。

3. 改正道路交通法による後期高齢運転者への規制

テキスト P130~131<追加>

(1)運転技能検査（実車試験）

- ・ 75 歳以上のうち、過去 3 年間に速度超過や信号無視など 11 種類の違反をした人は、運転技能検査（実車試験）に合格するまで免許更新ができなくなります。（2022 年 5 月より施行）
- ・ また、75 歳以上を対象とした認知機能検査を見直し、現在の 3 区分から、認知症のおそれの有無の 2 区分に変更し、検査項目を簡素化することになります。

(2)免許の自主返納

- ・ 運転免許の自主返納は近年増加しており、2019 年には 75 歳以上で 6.2%、85 歳以上で 14.4%になっています。返納者が希望すれば本人確認書類となる「運転経歴証明書」が発行されます。

(3)認知症に特化した保険

テキスト P135<追加>

- ・ 各地で認知症の人を支える条例が制定され、その一環として、民間の個人賠償責任保険などを活用して、事故を起こした認知症の人や家族を救済する制度が作られています。（2020 年現在、神戸市・名古屋市など 54 の自治体で実施）

4. 認知症をどう診断するか

テキスト P166~167<追加>

- ・ アルツハイマー型認知症の前段階である MCI（軽度認知障害）のリスクをはかる血液検査としては、「MCI スクリーニング検査」が医療機関で広く使用されています。認知症の原因となるアルツハイマー β ペプチドの排除や毒性を弱める機能を持つ血液中の 3 つのたんぱく質を調べることで、MCI のリスクを判定するものです。
- ・ また、国立長寿医療研究センターと島津製作所が、血液を採取・分析することで、アルツハイマー型認知症の原因となるアミロイド β がたまっていることを発症前に見つける手法を開発しました。生活習慣が乱れると、アミロイド β の血液への排出が少なくなりますが、質量分析技術を使ってそれを検出します。このような手法の早期の普及と活用が望まれています。

5. アルツハイマー型認知症の危険因子

テキスト P178~179<追加>

- ・ 糖尿病のある人はアルツハイマー型認知症になりやすく、その発症率は 73% も高かったという調査結果があります。（九州大学の調査結果より）『認知症予防食生活支援指導員試験公式テキスト』P162 を参照。インスリンの不足により、脳の神経細胞の

エネルギー源であるブドウ糖を利用できなくなります。また、糖尿病は脳の動脈硬化を促進するため、脳血管性認知症にもなりやすくなるとされています。

- ・ 歯周病も、アルツハイマー型認知症の危険因子の1つとされています。(7.を参照)

6. コミュニケーションの重要性

テキスト P207~208<追加>

- ・ 65歳以上で要支援・要介護でなかった人のうち、「近所づきあいが無い」「ひとり暮らし」「社会参加をしていない」「経済的に困窮」の4項目のうち、2つ以上が該当し、さらに社会的つながりの少ない人は、6年間のうちに要支援・要介護状態となる確率が高くなっていました。これは4項目にまったく当てはまらない場合に比べて1.7倍高く、「フレイル」(8.を参照)の状態だった場合のリスクはいっそう高まるとされています。(2018年6月に、筑波大学などの研究チーム)

7. 口腔ケアの大切さ(歯周病)

テキスト P213~214<追加>

- ・ 歯周病になると認知症の発症リスクが高まるという研究結果も出されています(2018年、国立長寿医療研究センターと名古屋市立大学の研究グループより) マウスを使う実験では、歯周病のマウスは記憶をつかさどる海馬においてアミロイドβの量が1.4倍増えており、認知機能も低下していました。また、アミロイドβの脳細胞への蓄積量が10倍に増えたという研究結果も出ています。(2020年九州大学・北京理工大学の研究結果より) 歯周病菌から排出される毒素などが影響したものとみられています。

8. 「フレイル」の概念と可能性のチェック

テキスト P237~238<追加>

- ・ 「フレイル」とは、「虚弱」といった意味で、高齢になって心身の活力が落ちた状態をさします。「フレイル」になると、病気になりやすくなったり、転んで骨折したりして、寝たきりとなる割合も高まるとされています。
- ・ 以下の基準項目のうち、3つ以上が当てはまると「フレイル」と判断されます。
 - ① 過去6カ月間で2~3kg以上体重が減った
 - ② ここ2週間、わけもなく疲れたような感じがする
 - ③ 運動や体操をしていない
 - ④ 利き手の握力が男性26kg未満、女性18kg未満
 - ⑤ 歩く速度が毎秒1m未満
- ・ 厚生労働省は、2020年度から、75歳以上を対象とした住民の健康診断で「フレイル」の可能性をチェックしています。なお、「サルコペニア」という言葉が使われることもありますが、これは加齢などが原因で筋肉量が減少したり筋力が低下することです。「フレイル」は「サルコペニア」を含む広い概念で、身体的な問題のほか、認知機能の衰えによる精神的・心理的な問題や独居生活など、さまざまな社会問題も含んでいます。