



| 理念  | 現場運営 | 知識  | 合計   |
|-----|------|-----|------|
| ／11 | ／19  | ／70 | ／100 |

所属施設: 所属部署: 受験番号: 氏名:

### ケアマイスター試験を受ける前に

ケアマイスター制度には、スタッフ 1 人 1 人に「自ら考える力を身につけてほしい」という思いが込められています。そのため、問題には自由記述で解答するものが含まれています。できる限り自分の考えを書き込めるように、問題文にしっかりと目を通し、時間配分を意識して試験に取り組んでください。

注) 問題文で指定がない場合、ひらがなでの解答を可とします。問題文に指定がある場合、漢字間違いは減点もしくは不正解となります。

問題文をしっかりと確認し、記入しましょう。

### 《法人理念に関する問題》

1. 理念の 1 つにその人らしさがあります。理念に沿ってケアマキスが求めている人材を 5 つあげています。下記の文章に穴埋めしなさい。(配点 1 × 5)

- (1) 質の高いケアをめざし、自らの( 成長 )をめざす人
- (2) ご入居様をはじめ、関わる人すべてに( 敬意 )をもって接することができる人
- (3) フェアー & ( オープン ) の意識を持ち考える人
- (4) 任された仕事を( 責任感 )をもって遂行できる人
- (5) 問題点を見つけ出し、( 解決策 )を提案できる人

2. ケアマキスの法人理念「千年企業」には、「地域社会とともに歩み」という文があります。先日、ケアマキスの近所の方より、騒音に関する苦情がよせられました。特に夜間が耐え難いとのことです。法人理念に基づき、夜間に関してスタッフはどういう事に気を付けるべきか具体的に 3 つ答えなさい。(※施設で定められているルールがあれば記載してもらっても結構です)(配点 2 × 3)

① \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_

③ \_\_\_\_\_

- ・出入口のドアの開閉を丁寧にする
- ・大声で立ち話をしない
- ・ごみ捨ての際に、ふたの開閉を丁寧にする
- ・大声であいさつをしない
- ・階段を勢いよく昇降しない(笹原のみ)
- ・ごみを滑り落とさない(笹原のみ)

### 《現場運営に関する問題》

1. 次の事例を読んで、認知症ケアについての問題に答えなさい。

#### 【事例】

A さんは 5 年前にアルツハイマー認知症を発症し、現在は特別養護老人ホームに入所しています。入所後、徐々に認知症が進行し、今では見当識障害があります。入浴を嫌がり、スタッフが入浴に誘うといつも激しく拒否し、何日も入浴していない状況です。

#### 【問題】

A さんに入浴していただくために、スタッフでカンファレンスを実施することになりました。カンファレンスで話し合う内容について次の問題に答えなさい。

(1) A さんが入浴を嫌がる原因を考え、あなたの仮説を 3 つ答えなさい。(配点 2 × 3)

① \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_

③ \_\_\_\_\_



- ・異性のスタッフなので抵抗がある。
- ・入浴時に便意や尿意がある
- ・スタッフの声掛けや誘導の仕方が良くない
- ・本人に入浴の意味が伝わっていない、不安が強い
- ・浴室が連想できずにどこに連れていかれるのか不安が強い
- ・服を脱ぐのを寒いと感じている
- ・いつの入浴する時間でないため入浴の認識が出来ない
- ・いつも下着が汚れている

- ・浴室で他人に裸を見られることへの羞恥心がある
- ・入浴の際に仲の良い利用者がいない
- ・体調や気分が良くない
- ・スタッフとの関係性が上手くいっておらず、拒絶する
- ・入浴に関して嫌な思い出がある。
- ・自分のペースでゆっくりと入浴できずせわしない
- ・周囲がざわついていて落ち着かない

\* 解答以外でも仮説なので実際にありそうな事であれば○

(2) 入浴に嫌悪感を抱いている認知症の方がスムーズに入浴できるように、案内方法を考え、具体的に3つ答えなさい。(配点2×3)

例: 着替えの準備をしていることを伝え、ついでにお身体をきれいにしましょうと伝えてみる。

①

②

③

- ・入浴の際には同性介助を行い、羞恥心を和らげる。
- ・個別で入浴時間をもうけたり、衝立などで見えないように配慮する
- ・自分の馴染みのシャンプーや石鹸を準備し、入浴のイメージを膨らましてもらう
- ・気の合う入居者から声をかけてもらい、まずは安心してもらう
- ・同じスタッフが交代せずに終始入浴介助を担当する。
- ・入浴して頂いたことで自分たちが助かったことやお礼を述べてみる。
- ・時間を空けて声掛けするスタッフを交代してみる
- ・温泉に行きましょう等楽しいことを連想してもらう。
- ・好きな歌や音楽でリラックスできる環境を作る
- ・一仕事して入浴しましょう等レクや作業の後に声をかけてみる
- ・本人の習慣になっている入浴時間を調べ、なるべくその時間に声をかけてみる など
- ・入浴中に便をもらしてしまうかもしれないという不安を解消することで入浴への苦手意識を取り除ける。

そのため、入浴前にトイレへお連れし、排せつを済まして安心できた状態でお風呂に案内する。

○入浴後の楽しみを連想させる事(おやつやレク)

○不安を解消させる声掛け

○汗を洗い流す

○浴室を温めてリラックスを促す

○傷等の確認

○処置を促す

○別の事の行為に目を向けさせる解答はOK 説得系は×

△入浴の嫌な理由を聞いて改善する

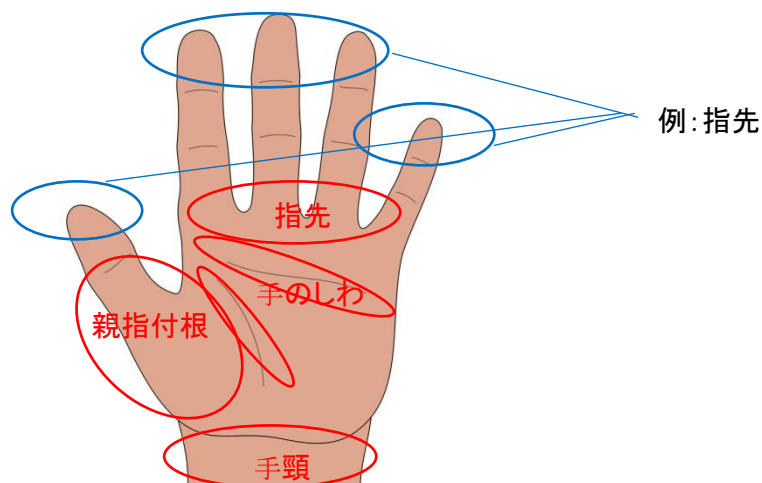
△あったかいお風呂で温まりましょう

△スタッフがお手伝いして疲れないようにする対応

△気持ちが良い事を伝える等

2. 感染症対策の基本知識について、下記の設問に答えなさい。

高齢者介護施設は、感染症に対する抵抗力が弱い高齢者が、集団で生活する場です。このため、高齢者介護施設は感染が広がりやすい状況にあります。そこで、常日頃から1ケア1手洗いをを行い感染対が基本となります。例を参考に指先以外で手洗いミスが発生しやすい箇所を囲みなさい。(配点1)



また、手洗いの際に注意しなければいけないことを例以外で3つ記載しなさい。(配点2×3)

例) 爪は短く切っておく

①

②



③

- ・手を洗うときは、時計や指輪を外す
- ・まず手を流水で軽く洗う
- ・固形石鹸ではなく、必ず液体石鹸を使用する
- ・使い捨てペーパータオルを使用する
- 正しい手洗いで 30 秒間洗う
- 手洗いミスが多い箇所は念入りに洗う

《知識問題》

1. 介護保険制度のサービスと専門職の名称について、適切な語句を下記の語群から選び、記号を記入しなさい。（配点 1×6）

|                                                                                                                                         |                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| ⑩                                                                                                                                       | 高齢によって常時介護を必要とする高齢者のうち、居宅介護が困難な人を入所させ、日常生活の介護を行うサービス。 |
| ①                                                                                                                                       | 要介護者などから相談を受け、適切なサービス利用のために各関係機関と連絡・調整を行う者。           |
| ④                                                                                                                                       | おもに、障害のある人に対して、応用的動作能力、社会的適応能力の回復を図るための療法を行う者。        |
| ⑬                                                                                                                                       | 利用者の住まいで入浴、排せつ、食事などの身体介護や調理、洗濯などの生活援助を行うサービス。         |
| ⑮                                                                                                                                       | 療養上の世話、診療補助を行う者。特養やデイサービスへの配置が義務付けられている職種。            |
| ⑧                                                                                                                                       | 福祉施設や医療施設に短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などを受けるサービス。            |
| 【語群】 ①介護支援専門員 ②介護福祉士 ③社会福祉士 ④作業療法士(OT) ⑤理学療法士(PT)<br>⑥通所リハビリテーション ⑦通所介護 ⑧ショートステイ ⑨薬剤師 ⑩介護老人福祉施設<br>⑪介護老人保健施設 ⑫訪問看護 ⑬訪問介護 ⑭訪問入浴 ⑮看護師 ⑯医師 |                                                       |

2. 介護スタッフのコミュニケーション技術について、下記の問いに答えなさい。

- (1) 認知症の方とのコミュニケーションのポイントについて、空欄を埋めて文章を完成させなさい。（配点 1×4）

- ・認知症の方とのコミュニケーションは行動を否定・矯正するのではなく、①( 受容 )する事が大切である。  
○尊重、共感、理解 ×傾聴、肯定
- ・情報を伝える時は、②( 短い )文章で、ゆっくり簡潔にひとつずつ伝える。 ○簡単な、簡潔な、わかりやすい
- ・話しかける時は、③( 正面 )から話しかける。 ○前、前方 ×目線をあわせる
- ・相手の言葉を妨げないように、あいづちを打ちながらじっくり聴くことを④( 傾聴 )という。

- (2) 非言語的コミュニケーションとはどのようなものか、できる限り多く答えなさい。（配点 1×2 ※最大 2 点）

( 表情、しぐさ、身振り、姿勢、ジェスチャー、言動、視線 ×点字、手話、筆談、筆記、サイン )

- (3) 認知症の方と接する際、自尊心を傷つけることになるような無理な説得や間違いの指摘はすべきではありません。

事例①を参考に、事例②と③の認知症の方への正しいコミュニケーション方法を答えなさい。（配点 2×2）

|                                                             |
|-------------------------------------------------------------|
| ＜事例①＞服薬を勧めても、「さっき飲んだ」、「私の薬ではない」と飲んでもらえない方への対応               |
| あなたの言動：<br>・何の薬かわからず、怖い様子であったので、薬の内容をわかりやすく説明し、再度服薬の声かけをした。 |

|                                            |
|--------------------------------------------|
| ＜事例②＞夕方になると落ち着かず、荷物をまとめて自宅から出ていこうとされる方への対応 |
| あなたの言動：                                    |

- ・家に帰りたいのは、「子供がかえってくるから」「夕食の支度があるから」など理由を丁寧に聞く、  
「おうちはどこですか？」「夕食は何が食べたいですか」など会話をしながら徐々に話題をそらす
- ・いったん外にでて少し気分を変えてもらい、近所を一周してから自宅に戻っていただく。
- ・玄関にお連れし、表札をみていただく。
- 外は暗くなっているので今日はここに泊まりませんか？ ○自分の使っているもの等を見せてさも自宅であるように説明する  
△車で送ります(理由や意図が不明確 △話をして落ち着いてもらう(何の話かわからないので) △自宅である事を説明  
×受け止める発言が先がない場合(ご飯を食べましょうとか話をすりかえるパターンで) ×傾聴し落ち着いてもらう





<事例③>「財布をとられた」と言って怒っている方への対応

あなたの言動:

- ・それは困りましたね 一緒にさがしましょうなど気持ちに寄りそった会話をする。
- ・「なくなった財布はどのような大きさ、かたち、色ですか」など少しずつ気持ちをそらすようにする。
- ・一緒に探し少し時間がたてば、休憩しましょうと、気をそらす
- 金庫に入れてるので安心して下さい
- △本人に財布を見せる △「探してみます」とスタッフだけで探す

(4) 相手との関係づくりの上で大切なコミュニケーションの手法について正しい文章を2つ選びなさい。(配点 1×2)

- ① どのような状態の方であっても、開かれた質問を多用すると会話が弾むので多用するよう心がける。
- ② 沈黙がないように、途切れることなく会話を続けることが良い。
- ③ 介護者のペースではなく利用者のペースを尊重しながら話を聴くように心がける必要がある。
- ④ うつ病の方に、「頑張って」と励ましの言葉をかけた。
- ⑤ 嚥下障害のある方の食事中には誤嚥の危険があるため、口の中に食べものが入っている状態で話しかけないようにした。

|   |   |
|---|---|
| ③ | ⑤ |
|---|---|

\* ①開かれた質問や閉じられた質問などを能力や状況に応じて適切に使い割ける必要がある。

\* ④うつ病の方への励ましはかえって本人の心身の負担を大きくする事が多い。

3. 下の語群から適切なものを選び( )に記入し、文章を完成させなさい。(配点 1×5)

- ①(ノーマライゼーション)とは、障害者が健常者と同じように社会生活をする事が、本来の望ましい姿とする思想や運動、施策のことである。
- ②(アセスメント)とは、利用者の状況・情報を収集し、課題を把握すること。
- ③(エンパワメント・アプローチ)とは、利用者がもっている力に着目し、その力を引き出し積極的に利用・援助すること。
- ④(インフォームドコンセント)とは、「説明に基づく同意」、「十分な情報を得たうえでの合意」を意味する。
- ⑤(フォーマルサービス)とは、行政機関や企業、社会福祉法人などによるサービス。専門性が高く、契約によってサービスを利用できる。

|              |             |               |           |            |
|--------------|-------------|---------------|-----------|------------|
| ユニバーサルデザイン   | モニタリング      | エンパワメント・アプローチ | フォーマルサービス | ノーマライゼーション |
| インフォームドコンセント | インフォーマルサービス | アカウンタビリティ     | アセスメント    |            |

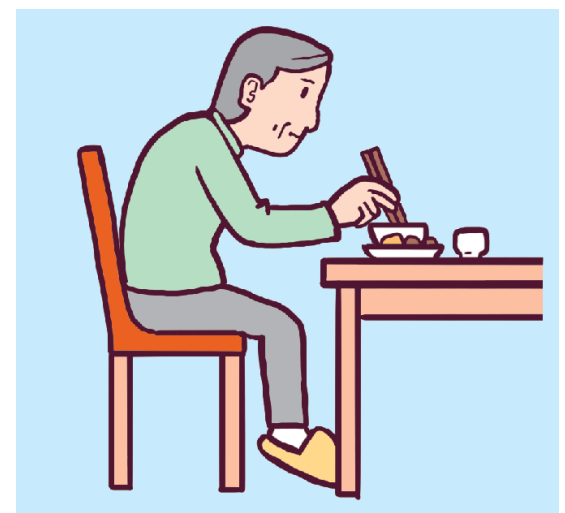
4. 食事中は安定した座位を保持し、食事動作や嚥下をしやすくすることが重要です。

右図は食べにくい姿勢を表しています。

例を参考にして、食べやすい適切な食事の姿勢のポイントを2つ答えなさい。

(配点 2×2)

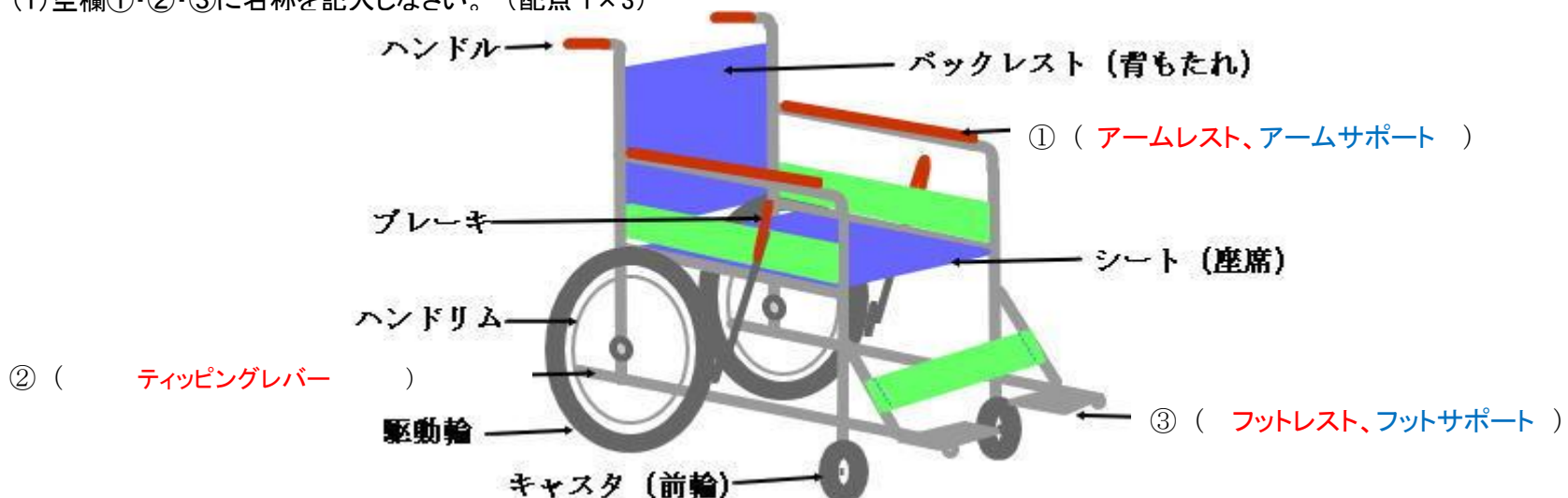
|     |                       |
|-----|-----------------------|
| (例) | からだが左右に傾いていないか        |
| ①   | 両足底は床につける/ 椅子に深く座る    |
| ②   | 両肘が楽にテーブルにのる高さになっているか |



- 机と椅子(からだ)の距離を近くする
- 首が前傾、後傾にならないようにする、○背中が丸まらないように背筋を伸ばしてもらう
- 前傾や後傾になりすぎではないか ○背筋を伸ばす ○背筋を伸ばして顎を引くなど
- ×きちんと座る、しっかり座る 等のあいまいな答え

5. 福祉用具について、下記の問いに答えなさい。

(1) 空欄①・②・③に名称を記入しなさい。(配点 1×3)



(2) 車椅子を使用する前にはいくつかの安全点検項目があります。安全点検項目を1つ答えなさい。(配点 2)

【  
 タイヤに空気が入っているか、全体のがたつきはないか、フットレストはしっかり安定しているか、ブレーキが利くか など  
 ※タイヤの空気、ブレーキ、フットレストなど用語だけでも合っていれば1点  
 】

(3) 左片麻痺の利用者が杖歩行する際の介護として、適切なものを2つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2)

- ① 段差を越えるときは、杖→左足→右足の順で声かけをした。  
 ② 2動作歩行では、杖と右足を同時に出すよう声かけをした。 \*杖と麻痺側(左)  
 ③ 階段を降りるときは、杖→右足→左足の順で声かけをした。 \*杖→麻痺→健側  
 ④ 3動作歩行では、杖→左足→右足の順で声かけをした。  
 ⑤ 階段を降りるときは、介護者が利用者の左後方に立ち介助した。 \*左前方

|   |   |
|---|---|
| ① | ④ |
|---|---|

6. 臓器の役割に関する記述のうち、不適切なものを2つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2)

- ① 腎臓は腹腔の背側にある一対の臓器で、血液の老廃物をこして、尿をつくる。  
 ② 血液中において酸素を運搬している成分は赤血球である。  
 ③ 大腸は分泌される胆汁や膵液、腸液などの消化液により、化学消化が行われ、栄養分が吸収される。 \*小腸  
 ④ 膵臓はランゲルハンス島をもち、グルカゴンやインスリンなどのホルモンを分泌している。  
 ⑤ 右心室には動脈血が流れている。 \*静脈血

|   |   |
|---|---|
| ③ | ⑤ |
|---|---|

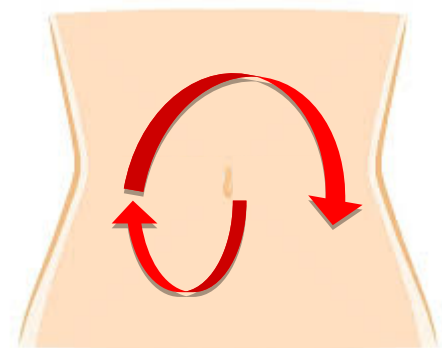
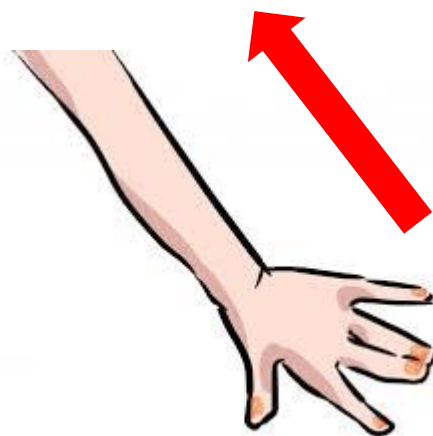
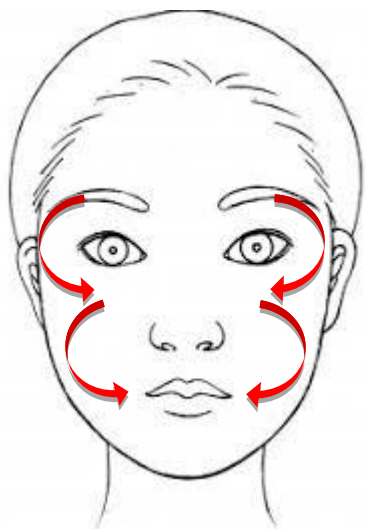
7. 清潔保持や排泄に関する介助について、下記の問いに答えなさい。

(1) 各部位の清拭の手順を矢印→で図に記入しなさい。(配点 1×3)

① 顔

② 四肢

③ 腹部



※矢印はつながっていても、途切れていても可。

(2) ( )に適切な語句を語群から選び、文章を完成させなさい。(配点 1×5)

※語群の語句は何度使用してもかまいません。

- ・背部を拭くときは、①( 健 )側を下にして楽な姿勢で行う。  
 ・浴槽への出入りは、原則として ②( 健 )側から行う。  
 ・片麻痺がある場合は、一般的にはベッドの③( 健 )側の④( 足元 )にポータブルトイレを設置する。  
 ・留置カテーテルの装着者は、尿の逆流を防ぐため、パウチは膀胱よりも⑤( 低い )位置に固定する。

|    |    |   |   |    |    |   |   |
|----|----|---|---|----|----|---|---|
| 高い | 低い | 健 | 患 | 枕元 | 足元 | 右 | 左 |
|----|----|---|---|----|----|---|---|

8. 移乗介助についての誤りを指摘しなさい。下記事例と対応①～⑥を読み、下線部に誤りがあるものを選び、内容を訂正しなさい。

対応を誤っている文章は3つあります。(配点 1×6)

【事例】

Aさん(72歳)、男性、脳梗塞発症による右片麻痺あり。  
 昼食のため、ベッドから車いすへ移乗し、食堂への誘導を行います。  
 また、午後からレクリエーションで外出同行をすることになりました。

【対応】

- ① Aさんの左側から移乗介助を行った。

- ② 車いすは A さんの利き手である右側に置いた。
- ③ ベッドに対して、90 度の角度に車いすを置いた。
- ④ 調整付きのベッドで、普段は転落防止のため低床になっているが、移乗の際にはベッドを車いすのシートと同じ高さに調整した。
- ⑤ 外出の際、下り坂であったが、景色が見えるように配慮して前向きで走行した。
- ⑥ 砂利道では、キャスターを上げて進むことがたつきを軽減した。

| 誤っている番号 | 訂正内容                                                               |
|---------|--------------------------------------------------------------------|
| ②       | 左側（健側も○）                                                           |
| ③       | 10 度から 30 度の範囲であればいずれも正解<br>＜例＞10 度、15 度、20 度、30 度、10～20 度、15～30 度 |
| ⑤       | 後ろ向き                                                               |

\* 番号を言葉で書いていても○

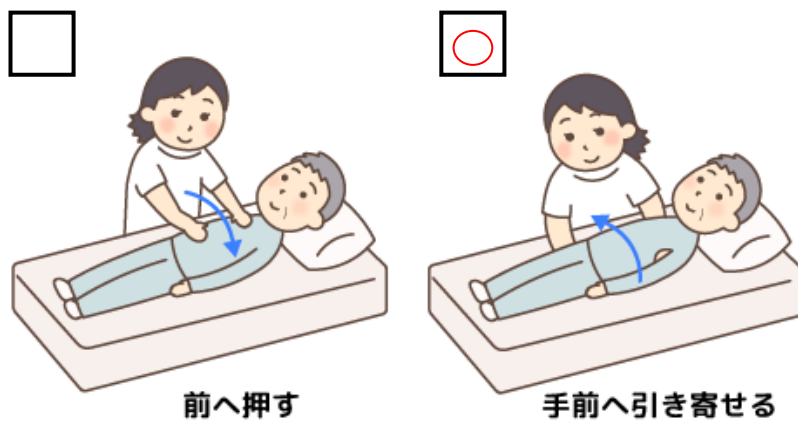
9. A から G は認知症の症状についての説明文です。それぞれが右図に書かれている 4 種類の認知症のいずれかに該当します。どの認知症に該当するかを考え、空欄に記号で書き込みなさい。（配点 1×7）

- A: パーキンソン症状として、小刻み歩行や前傾姿勢がみられる事がある。  
 B: 徐々に進行する。  
 C: 障害のあらわれ方にむらがある(まだら認知症)。  
 D: 急激に進行する。  
 E: 認知症の原因疾患の中で一番多い。  
 F: 人格変化がみられる。  
 G: 幻視体験がみられる。

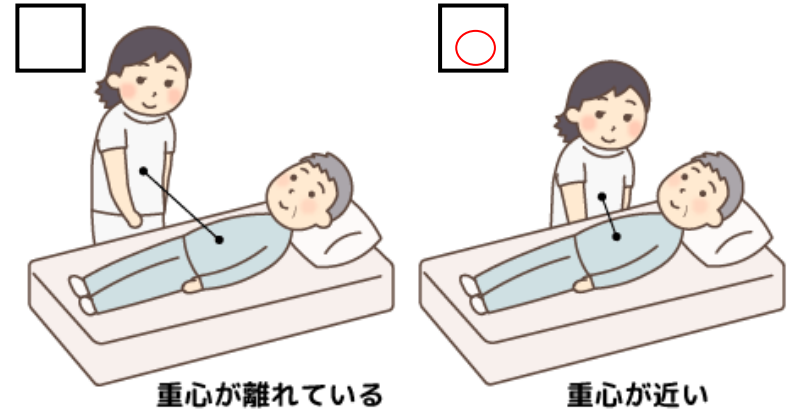
|               |     |
|---------------|-----|
| アルツハイマー型認知症   | B E |
| 血管性認知症        | C D |
| レビー小体型認知症     | A G |
| 前頭葉型認知症(ピック病) | F   |

10. 移乗・移動介護を行う際に介護する側・される側双方の負担を軽減するボディメカニクスについて、下記問題に答えなさい。  
 (1) ボディメカニクスの原則についてのイラストにしたものです。左右いずれか正しい図にチェックをつけなさい。（配点 1×3）

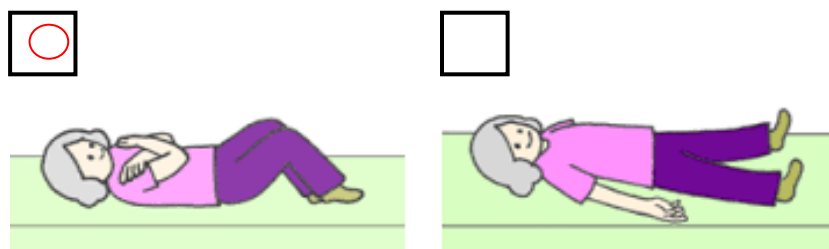
①



②

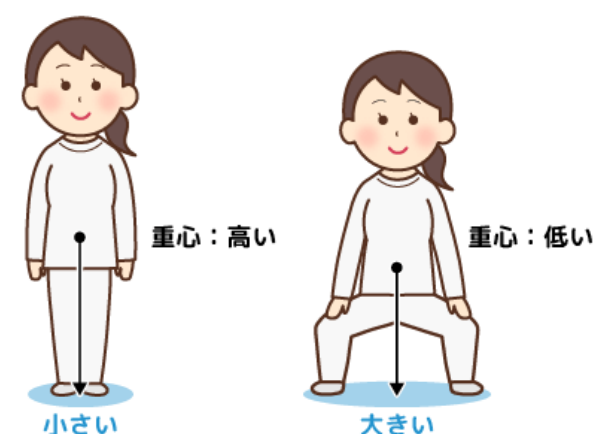


③



- (2) イラストが示すボディメカニクスの原則について、「重心と支持基底面」という言葉を用いて説明しなさい。（配点 2）

支持基底面を大きくとり、重心を低くすることで体幹が安定する。  
 ※支持基底面を広く若しくは重心を低くのどちらかが抜けていれば－1 点  
 ※体幹が安定する等の言葉が抜けていれば－0.5 点(負担が少なくなるも○)







11. 身体拘束と虐待に関する記述のうち、適切なものを2つ選び、番号で答えなさい。（配点 1×2）

- ①在宅、施設共に虐待を受ける高齢者は男性が多い。 \* 女性  
②養護者による虐待の類型では、「心理的虐待」が一番多い。 \* 身体的  
③身体拘束はひもや抑制帯で、ベッドや車イスに縛るなどの行為であり、薬剤による行動抑制は含まれない。 \* 含まれる  
④虐待により、高齢者に生命の危機または重大な危険が生じている場合、発見者は市町村に通報する義務がある。  
⑤身体拘束を実施した場合は、高齢者の心身の状況を記録しなければならない。

|   |   |
|---|---|
| ④ | ⑤ |
|---|---|

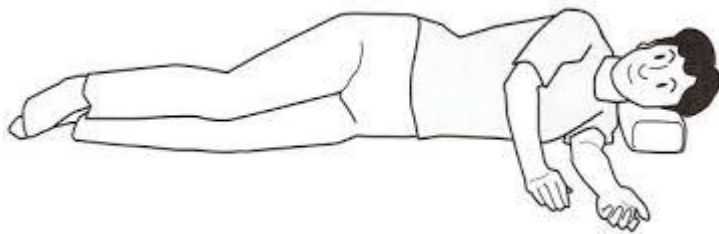
12. 利用者や家族との関わりについて、正しい文章を2つ選び、番号で答えなさい。（配点 1×2）

- ①一人一人のこだわりや生活習慣はケアに取り入れる必要はない。  
②その人らしさを支援するために、その人ができる限り自分で生活できるように、生活環境を整えるように配慮した。  
③習慣や価値観、趣味・嗜好などは要介護状態になると変化する。  
④QOL とは生活の質という意味である。  
⑤自分でできることはやっても、介護を受けていたら自立（・自律）した生活とはいえない。

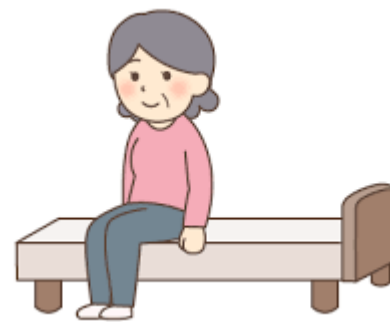
|   |   |
|---|---|
| ② | ④ |
|---|---|

13. 体位の名称を下記の語群から選び、アルファベットで記入しなさい。（配点 1×4）

\* アルファベットがなく言葉だけでも○



① ( G、側臥位 )



② ( D、端座位 )



③ ( A、仰臥位 )



④ ( C、長座位 )

|       |       |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| A、仰臥位 | B、腹臥位 | C、長座位 | D、端座位 | E、半座位 | F、起座位 | G、側臥位 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|