



理念	現場運営	知識	合計
／18	／20	／62	／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. 介護職にとって「感染症は身近にあるもの」という意識を高める必要があります。また高齢者は免疫力・抵抗力が低下しており、感染症を発症しやすく、高齢者施設では集団感染を起こしやすいリスクもあります。介護施設での感染症について、ケアマキスの理念である「変化即動」で提唱していることを踏まえ、次の問題に答えなさい。

ケアマキシ理念:「変化即動」 私たちは、常に環境や状況の変化を見据え、躊躇せず、勇気を持って素早く行動します。

(1) 感染症は予防とともに、ご利用者の体調を把握し早期発見、早期対応に努めることが重要です。ご利用者の体調を把握するために日々の介護現場でどのようなことを行っているか例以外で2つ答えなさい。(配点2×2)

例) 常日頃から声掛けして、変化を確認している。

- ・水分量・食事量を確認している。
- ・排尿・排便を確認している。
- ・バイタル測定(入浴時やいつもと違う時)を実施している。
- ・体重測定を週1回実施している。

※具体性のない回答は×

(2) 介護現場において①入居者・②物品・③食品の項目についてどのような事が感染源になり得るかそれぞれ1つ答えなさい。(配点1×3)

①入居者	・便、尿、嘔吐物、血液、体液 ・
②物品	・便、尿、嘔吐物、血液、体液などが付着している、衣類、寝具、オムツ、マスクなどケアで使用した器具(プラ手、ガウン、マスク)、使用済みの、爪切り、注射針、ガーゼなど ・
③食品	・手洗い、消毒、プラ手を使用せず盛り付けや取り扱った食品など ・

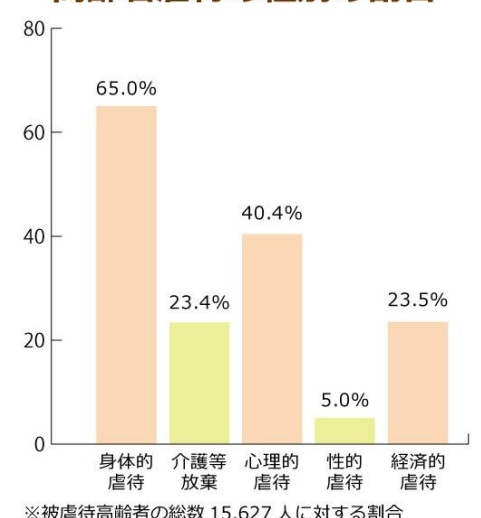
2. 現在、高齢者への虐待が社会的問題となっており、虐待による悲しいニュースが後を絶ちません。

右の図は厚生労働省による高齢者虐待の種類の割合を示したグラフです。

このグラフを参照し、以下の問題に答えなさい。

(1) 虐待は家族による在宅介護の場面だけではなく、介護職が勤める介護現場においても多く引き起こされています。介護現場で虐待が起こりうる原因にはどのような事が考えられるか2つ答えなさい。(配点2×2)

高齢者虐待の種別の割合



出典：厚生労働省



- ・教育、知識、技術が足りず誤った対応をしてしまう事が結果虐待に繋がる
- ・職場でスタッフ間やご利用者との人間関係のもつれからストレスがたまり、感情コントロールが難しくなる
- ・人員不足や人員配置に関連する多忙さから、負担が大きくなりご利用者にストレスを発散してしまう
- ・多忙さからの精神的負担でケアの質が低下し、ご利用者の人権を考えられなくなる
- ・スタッフ教育が欠如しており、倫理観が保たれていない○利用者への尊厳の欠如
- ・認知症の方など理解が乏しいと思うようなケアが出来ず感情が爆発する○介護拒否
- ・限られた時間の中でケアを終わらせないという焦りから自分本位のケアをしてしまう○1人で抱え込む
- ・スタッフ間のコミュニケーション不足
- ・目の届きにくい環境

(2) 高齢者虐待の中でも無意識に介護施設で行われる可能性が一番高いのは身体拘束であると考えます。身体拘束を定義する「スリーロック」にはスピーチロック、フィジカルロック、ドラッグロックがあります。この中でドラッグロックについて具体的に説明しなさい。(配点1)
ドラッグロックについて

薬物の過剰投与、不適切な投与で行動を抑制する事(眠剤や安定剤、泌尿器系の薬で夜間の昼夜逆転による大声や徘徊などの行動を抑制する事

(3) 下記の事例を読み次の①～②に答えなさい。

あなたの施設にA様が入居しています。A様は1年前にアルツハイマー型認知症と診断されてから徐々に症状が進行し、行動・心理症状が見られ始めています。A様は日中に入眠されていることが多いためか、深夜に起きてこれら廊下をうろうろと歩きながら大声で叫ばれます。特に夜間は足元のふらつきが強く頻回に転倒されているため、ご家族からは「何とかして転倒をさせないでほしい。」と施設へ希望されています。また他のご入居者からは「うるさくて眠れない。施設で何とか対処してほしい。」との意見も見られています。

- ① 上記事例のご利用者に対して身体拘束に定義される「スリーロック」のうちフィジカルロックで対応してしまう場合、どのような拘束対応が考えられるか1つ答えなさい。(配点2)

-
- ・ベッドから降りられないように柵で囲む
 - ・椅子に座ってもらい、立てないように机などで囲む
 - ・車椅子に座ってもらい安全ベルトや車椅子テーブルを装着する
 - ・クッション性の深いソファに座ってもらい、自分では立てないようにする
 - ・徘徊しないように車いすや椅子、ベッドに体幹や四肢をひも等で縛る

② 上記事例のご利用者に対して、身体拘束をせず家族や他入居者の希望に添うためにはどのような対応が必要か2つ答えなさい。(配点2×2)

-
- ・夜間に良眠していただけるように昼間にレクリエーションなどで活動量を増やす
 - ・転倒を予防するために下肢筋力が向上するような機能訓練を実施する
 - ・夜間に起きてこられた場合には温かい飲み物などを提供し、落ち着いていただく
 - ・夜間に起きてこられた場合、本人の訴えを傾聴し安心していただき居室へ都度お連れする
 - ・食堂などで本人の興味のあるものを提供し、精神を和らげる
 - ・居室を個室に変更し、本人が本人が覚醒されていても他の入居者の妨げにならないよう環境面で整える
 - ・徘徊の原因を探り、対処することで本人の不安を和らげる など

《現場運営に関する問題》

1. 認知症等の利用者が無断で施設を出る離設行為を、介護業界で度々耳にします。スタッフの気づかない間に、利用者が1人で施設外へ出ることは大きな事故に繋がる恐れがあり、発生防止策や発生した場合の「捜索マニュアル」の準備を、日頃から講じておかねばなりません。介護施設での利用者の離設行為について次の問題に答えなさい。

- (1) 利用者の離設行為が発覚した場合のスタッフがとるべき対応(行動)やその際の注意点を4つ答えなさい。(手順は順不同で可)

なお※上司に報告するという解答は無効とします。(配点2×4)

【解答欄】



- ①当日勤務スタッフへ利用者が無断外出した旨をアナウンスし、当日の服装や時間を特定するための情報収集を行う
- ②スタッフで手分けし施設周辺を搜索する
- ③家族へ無断外出されたことを報告する。
- ④ご自宅へ戻られる可能性を考え、ご家族には自宅待機してもらえるよう要請する
- ⑤家族に本人が行きそうな場所や興味のある事などを聞き取る
- ⑥家族に本人の当日の所持金を聞き取る
- ⑦ご家族へ搜索願の届出をする旨の了承を得る
- ⑧施設周辺を搜索し見つからない場合には警察へ搜索願を出す
- ⑨本人の自宅周辺も搜索する
- ⑩メールなどで勤務外のスタッフにも情報共有し、搜索を依頼する
- ⑪東西南北手分けし、施設周辺から遠方へ搜索を行う
- ⑫搜索スタッフには都度連絡が取れるよう携帯電話を持参してもらう
- ⑬本人の写真や特徴をビラにし近隣の交通機関やスーパーなどの生活施設にも聞き取りや協力要請を行う
- ⑭担当ケアマネージャーへ報告する
- ⑮本人情報はいつ聞かれてもいいようにスタッフ間で共有しておく
- ⑯防犯カメラが設置されていれば録画をチェックする
- ⑰搜索スタッフに人員が割かれることで施設内のご利用者に対しても事故がないよう配置を検討する
- ⑱施設には1人以上のスタッフを残し、常に情報を管理し指揮を行う
- ⑲情報の行き違いがないよう、情報収集経路を明確にする
- ⑳車で搜索する場合、2人一組で行い、1人が助手席からの搜索に集中できるようにする
- ㉑軽装で出られている場合も考え、衣類や毛布などを搜索時に持参する
- ㉒顔写真や当日の服装などその方の情報を明確に搜索スタッフに共有する

(2) 利用者の離設を防ぐための具体的な対策を2つ答えなさい。(配点2×2)

なお「利用者の行動抑制は行わない」、「施設を解放された環境にする」事を重視し考えてください。

【解答欄】

- ①無断外出の可能性のあるご利用者を写真付きの情報シートなどをもちいてスタッフ間で情報共有しておく
 - ②無断外出の可能性のあるご利用者の所在確認を時間を決めて行う
 - ③ご利用者が帰宅願望などを抱かないようレクリエーションや手作業などを工夫する
 - ④施設の入り口などに来客者が分かるよう簡易センサーなどを取り付ける
 - ⑤無断外出の可能性のあるご利用者の行動や時間に伴う心理状態・原因などを都度カンファレンスなどで探り共有しておく
 - ⑥申し送りなどで当日の利用者状況などを共有しておく
 - ⑦ご利用者が帰宅願望などが出現した場合、施設スタッフ全体に共有しておく
 - ⑧事務所などに離設の可能性のある方の顔写真などを貼って情報を共有しておき注意を促す
 - ⑨来客者とご利用者が玄関で分かるよう、来客者に名札をつけてもらう等の工夫をする
- * GPSを所持してもらう等、無断外出した後の対策は不可
- ※防犯カメラを設置するは離設の予防にならないので×

2. ご利用者の個人情報やプライバシー保護について以下の問題に答えなさい。

(1) あなたは行事委員で、記念祭のカメラ担当をしており写した写真をケアマキス通信に載せることとなりました。施設行事等で撮った写真をパンフレットや配布物などに掲載する場合に個人情報・プライバシー保護の観点からあなたが取るべき行動を1つ答えなさい。(配点2)

・本人と家族に使用許可の説明と同意を得る

特定できないように写真を加工する

顔が写っていない写真に変更する

(2) あなたが排泄介助の際、利用者のプライバシーを守るために必要な行動や対応を例以外で3つ記入しなさい(配点2×3)。

例)トイレのドアを閉める



- ・自分でできることはやってもらう
- ・手早く対応する
- ・他者に聞こえるように声掛けしない
- ・安全確保してからトイレから離れる
- ・不必要な露出をさける
- ・同姓介助をする

＜知識問題＞

1. 介護保険制度及び後期高齢者医療制度について、正しい文章になるように()の語句に○をつけなさい。(配点 1×5) 社会の理解

- ① 介護保険料の支払いは、(20 歳 ・ 40 歳 ・ 60 歳) になった月から発生する。
- ② 介護保険制度では、(40 歳 ・ 60 歳 ・ 65 歳) 以上で要件に該当すれば、本人の意思に関わらず被保険者となる。
- ③ 介護保険制度における保険者は、(国 ・ 都道府県 ・ 市町村) と特別区である。
- ④ 介護保険サービスは、原則としてサービスにかかる費用の(1 割～2 割 ・ 2 割～3 割 ・ 1 割～3 割) を利用者が負担する。
- ⑤ 後期高齢者医療制度は原則として(65 歳 ・ 70 歳 ・ 75 歳) 以上の人が加入する医療制度である。

2. 介護サービスの内容について、説明に合うサービス種類を下記の語群から選び、記入しなさい。(配点 1×5) 介護の基本

①	高齢者の居住の安定を確保する目的に設立された。各居室の床面積は 25 m ² 以上が必要。 特定施設の一つで、安否確認と生活相談は必須サービスとして提供する。	サービス付き高齢者向け住宅
②	高齢により常時介護を必要とする高齢者のうち居宅で介護を受けることが難しい人が入居し、日常生活 の介護をおこなう施設サービス。原則要介護 3 以上が対象。	特別養護老人ホーム
③	施設に短期間入所し、日常生活上の支援及び機能訓練をおこなうサービス。	ショートステイ
④	ホームヘルパーが居宅を訪問して、入浴、排せつ、食事等の介護、掃除などの家事、生活に関する相談・ 助言、その他必要な日常生活上の支援をおこなうサービス。	訪問介護
⑤	医学的管理下におけるリハビリテーションを要すると主治医が認めた要介護者に、介護老人保健施設・ 病院または診療所で、必要なリハビリテーションをおこなうサービス。	デイケア

＜語群＞

訪問看護	訪問リハビリテーション	通所介護	ショートステイ	有料老人ホーム	居宅介護支援	介護医療院
サービス付き高齢者向け住宅	ケアハウス	特別養護老人ホーム	訪問介護	デイケア	デイサービス	

3. 福祉用具貸与について、貸与の対象になる福祉用具を 2 つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2) 生活支援技術

- ① ポータブルトイレ
- ② 折りたたみ式の一点杖
- ③ シャワーチェア
- ④ 四点杖
- ⑤ 床ずれ防止用具

④	⑤
---	---

4. 低栄養に関する次の記述のうち、不適切なものを 2 つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2) 生活支援技術

- ① 体重が増加しても浮腫や腹水が見られる場合には、低栄養が疑われることがある。
 - ② 低栄養状態は、血清アルブミン値が 3.5g/dL 以下の状態を指す。
 - ③ 高齢者の低栄養は、ビタミンとミネラルの摂取不足が原因である。
 - ④ 上腕や下腿の周囲長は、寝たきりなどで体重測定が難しい場合の低栄養の判定に使われる。
 - ⑤ 仲間や友人と一緒に食事をすることは、食事以外に関心が向いてしまい食欲を減退させるため低栄養になるリスクを高める。
- ③ 高齢者の低栄養状態とは、エネルギー量やたんぱく質の摂取不足が原因である。
- ⑤ 食事は、「孤食」より、共に食事をする人がいることで安心感が生まれたり、さらにおいしいという満足感が増し、食欲も亢進する。

③	⑤
---	---

5. 介護記録に関する次の記述のうち、適切なものを 2 つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2) 人間関係とコミュニケーション技術

- ① 介護記録は、情報共有の促進、またリスクマネジメントの可視化においても重要な役割がある。
- ② 介護記録には、その場の状況を正確に伝える必要があるため客観的に記録する。
- ③ 介護保険法では、記録に関する規定を定めており、記録の様式は全国統一のものを使用する。
- ④ 利用者や家族は、その当事者の記録を閲覧することは原則的に出来ない。
- ⑤ 介護記録は、非言語的コミュニケーションのツールとして活用する。

①	②
---	---



③全国統一書式は無い。業務の負担軽減・効率化にともないICT化が進んでいるが、そのリスクも正しく理解する必要がある。

④介護記録は、利用者及び家族の求めに応じて開示する義務がある。

⑤介護記録は言語的コミュニケーションツールである。誰が読んでもわかる記録でなければならない。

非言語的コミュニケーションツール:ジェスチャー、表情、姿勢など文字や言葉を使わない情報伝達のこと

6. 爪の変化とその原因の組み合わせのうち、不適切なものを2つ選び、番号で答えなさい。(配点1×2) [ここからだのしくみ](#)

①陥入爪(巻き爪) → 白癬菌

②スプーン爪 → 重症の貧血

③バチ状爪 → 心肺の疾患

④白濁・肥厚 → 肝障害

⑤全体に白い → 低栄養

①	④
---	---

①陥入爪は巻き爪とも言われ、足指の爪側縁が指に食い込んだ状態を指す。老化や足に合わない靴による足指の締め付けなどが原因で起こる。

④爪の白濁・肥厚は、水虫の原因となる白癬菌が爪の内部に入りこんだことが原因で起こる状態。

7. 褥瘡の原因となるものを3つ答えなさい。(配点1×3) [発達と老化の理解](#)

① 圧迫(体位変換、体位交換をしない、一定の姿勢で座り続ける)

② 摩擦(シーツのしわ、ズレ)

③ 不潔な状態(おむつ交換をしない、入浴、清拭をしないもしくは不十分)

湿潤、身体機能の低下(低栄養の状態)

8. 入浴時の影響について、正しい文章になるように()の語句に○をつけなさい。(配点1×5) [ここからだのしくみ](#)

① 暖かな居室から寒い脱衣室へ移動し裸になると、血圧は(**上昇する** ・ 変わらない ・ 低下する)。

② 熱い湯につかると、血圧は(**上昇する** ・ 変わらない ・ 低下する)。

③ 湯につかり体が温まると、血管は(収縮する ・ 変わらない ・ **拡張する**)。

④ 入浴後、脱衣室が寒いと血管は(**収縮する** ・ 変わらない ・ 拡張する)。

⑤ 湯の温度は、(36～38℃ ・ **38～40℃** ・ 40～42℃)程度が望ましい。

9. 心停止や呼吸停止が起こった場合は、初期の救命処置を適切に行うことで生存率が高まります。救急救命士や医師でなくてもできる心肺蘇生法である一次救命処置について述べた文章の【A～C】内に適切な語句を、また、(D～F)内には下の語群より記号を選びなさい。(配点1×6) [医療的ケア](#)

一次救命処置の手順と手技について

① 周囲の安全を確認し、安全であれば傷病者に近寄る。

② 肩をやさしく叩きながら大声で呼びかけ、反応を確認する。

③ 呼びかけに対し反応がなければ大声で【A: **応援(人)**】を呼び、【B: **119**】番通報、【C: **AED**】を準備する。
*スタッフ、他者、協力者 等○

④ 呼吸がない場合は、ただちに(D: **ウ**)圧迫を開始する。
成人の場合は、圧迫する深さは胸が5～6cm沈む程度で、速さは(E: **ケ**)回/分のテンポで絶え間なく行う。

⑤ 人工呼吸ができる場合は、(F: **エ**)を確保し、(D)圧迫30に対して人工呼吸2を行う。

※ 人工呼吸ができない・ためらわれる場合は行わず、(D)圧迫のみ行う。

⑥ 【C】を装着する。自動的に心電図の解析を行い、必要があれば心臓に電気ショック(除細動)を与える。その後はすぐに心肺蘇生法(③～⑤の処置)を再開する。

⑦ 救急隊に引き継ぐまで、心肺蘇生法を続ける。

〈 語群 〉

ア 肩甲骨	イ 鎖骨	ウ 胸骨	エ 気道	オ 食道	カ 尿道
キ 30～50 回	ク 60 回～80 回	ケ 100 回～120 回			

10. 高齢者の虐待について、正しい文章になるように()の語句に○をつけなさい。(配点1×4) [社会の理解・介護の基本](#)

① 高齢者虐待ネットワークの中心となるのは(市町村 ・ 福祉事務所 ・ **地域包括支援センター**)である。

② 要介護施設従事者による虐待を受けたと思われる高齢者を発見した際は、(警察 ・ **市町村** ・ 都道府県)に通報するように努めなければならない。

③ 病院、高齢者施設における(医療行為の対応不可 ・ 食事時間の固定 ・ **抑制ベルト**)は高齢者虐待の一つであり、原則的に禁止となっている。

④ 高齢者虐待への対応は、(介護予防事業 ・ 総合事業 ・ **権利擁護事業**)に含まれる。



11. 以下の①～⑤の説明文に合った用語を、下の語群より1つ選びそれぞれ記号で答えなさい。(配点 1×5) **介護過程・介護の基本**

①	ケアプランに位置付けた目標に向けて、計画通り支援できているか、その達成度や、利用者・家族の満足度はどうかを確認する作業。	C
②	食事、排せつ、整容、移動、入浴などの日常生活動作。	E
③	障害者が健常者と同じように社会生活をするのが本来の望ましい姿とする思想や運動、施策。	J
④	家族が介護を続けていくために、本人から離れて一時的に休息する時間をとることを支援すること。	K
⑤	10 人程度のグループに分け、1 グループを生活の単位とし居宅に近い環境の中でケアを行うもので、生活単位や介護単位を一致させたケア。	M

〈 語群 〉

A:アドボカシー B:ケアカンファレンス C:モニタリング D:ICF E:ADL F:リハビリテーション
G:QOL H:OJT I:バリアフリー J:ノーマライゼーション K:レスパイトケア L:インクルージョン
M:ユニットケア N:ターミナルケア O:個別ケア

12. 認知症の代表的な原因疾患とその特徴等をまとめた表を見て、①～⑥に当てはまる言葉を答えなさい。(配点 1×6)

原因疾患	(①)認知症	(②)認知症	レビー小体型認知症	(③)認知症
脳の変化	老人斑や神経原繊維変化が海馬を中心に脳の広範に生じる	脳梗塞、脳出血などが原因で脳の血液循環が悪くなり、脳の一部が壊死する	脳全体にレビー小体といわれる異常物質が沈着する	前頭葉と側頭葉に限定して脳が委縮していく
男女比	(④)に多い	(⑤)に多い	男性に多い	男女比は変わらない
発症年齢	70 歳以上に多い	60～70 歳以上に多い	50～70 歳台に多い	50～60 歳台に多い
特徴的な症状	・記憶障害 ・遂行機能障害 ・人格は比較的保たれる	・感情失禁 ・まだら認知症 ・病変の部位により障害が異なる	・(⑥)症状 ・幻覚、幻視	・万引きなど反社会的な行動をとる ・家族、仕事、趣味に興味が無くなる ・早期より人格の変化がある
経過	徐々に進行する	急激に進行する場合がある	調子が良い時と悪い時を繰り返しながら進行する	進行はゆっくりで、年単位で進行する

①(**アルツハイマー(型)**) ②(**脳血管(性)(型)**) ③(**前頭側頭型(ピック)**)
④(**女性**) ⑤(**男性**) ⑥(**パーキンソン**)

13. 高齢者に多い病気について、正しい組み合わせを線で繋ぎなさい。(配点 1×5)

- | | |
|----------|--|
| ①緑内障 | 生活習慣病の一つで、多尿、口渇、多飲等が典型的症状である。悪化すると合併症を併発する |
| ②パーキンソン病 | 脳内ドーパミン量の減少により、運動機能が全体的に低下する疾患。小刻み歩行、振戦が特徴 |
| ③虚血性心疾患 | 眼圧が上昇して視神経が障害を受ける事で、視野が欠損する疾患 |
| ④糖尿病 | 高齢者に多く、飲食物の一部や唾液が気道に入っておこる肺炎 |
| ⑤誤嚥性肺炎 | 虚血の状態が長く続いて、心筋の血行が途絶えてしまい、細胞の一部が壊死する |

14. ノロウイルスによる感染症について、適切な語句を下記の語群から選び、()内に記号を記入しなさい。(配点 1×6)

介護の基本・発達と老化の理解

ノロウイルスの感染経路はほとんどが①(**イ**)である。また、便や嘔吐物からの②(**タ**)を起こすこともある。

ウイルスの感染性を奪うには③(**キ**)で消毒するか、④(**エ**)度以上で少なくとも 1 分以上加熱する必要がある。

症状としては、嘔吐、⑤(**ス**)、腹痛が主である。また、嘔吐が続く利用者は、⑥(**ソ**)で臥床することが望ましい。

ア 仰臥位	イ 経口感染	ウ 腹臥位	エ 85	オ アルコール	カ 高熱
キ 次亜塩素酸ナトリウム	ク 60	ケ 血液感染	コ 100	サ エタノール	シ 湿疹
ス 下痢	セ 飛沫感染	ソ 側臥位	タ 接触感染		

15. 生活支援について述べた文章について、()内に当てはまる言葉を答えなさい。(配点 1×4) **生活支援技術**

① 残存機能を活かして、できるだけ自分で食べてもらうようにするために(**自助具**)の使用を検討する。 *** スプーン、フォーク△**

*** 介護用食器、福祉用食器、福祉用具○**

② 階段の手すりはできれば両側に設置することが望ましいが、片側のみの場合に降りる際の(**利き手**)側に設置する。

*** 右側、左側は× 健側は×**

③ 片麻痺がある場合、ポータブルトイレはベッドの(**健側**)の足元に置く。

④四肢の清拭は原則、(**末梢**)から中心に向かって拭く。 *** 先端、手先、足先、指先、末端○**