



理念	現場運営	知識	合計
/14	/16	/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。

* 漢字間違いは△

《法人理念に関する問題》

1. 下記はケアマキスの理念です。() 内を埋めてください。(配点 1×3)

①「(千年企業)」私たちは、ご入居者様、ご家族様、地域社会とともに歩み、役立ち続ける責任があります。

②「(顧客志向)」私たちは、ご入居者様の個性を尊重し、その人らしく生きることにごだわりを持ちます。

③「(一致団結)」私たちは、担当する役割は違いますが、同じ目標に向かって行動します。

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、役立ち続ける責任があります。」とあります。これに関し、あなた自身が出来ること、または、今現在施設全体で取り組んでいることを、3つ答えなさい。(配点 1×3)

- ・地域交流センターの一般開放
- ・施設周囲の清掃活動
- ・「介護なんでも相談会」の開催
- ・認知症サポーターや健康体操などの講師派遣
- ・施設行事に地域住民の皆さんにも参加して頂き、交流を深める。
- ・地域の方へのあいさつの励行 など

3. ケアマキスでは、短期入所の目標稼働率 100%を目標にしていますが、現在の稼働率が未達の状況です。生活相談員から稼働率向上に向けて介護現場へ協力を依頼されました。そこで「変化即動」に基づきあなたがフロア担当として稼働率向上の視点で協力できる事柄を具体的に 4つ記述しなさい。(配点 2×4)

- ・レクリエーションを充実させ、レクリエーション予定表を相談員が営業に行く際の資料にしまわう。
- ・ご利用いただいた方に、良かった点、悪かった点のアンケートを行い、悪い点は改善する。良かった意見は営業の際にご利用者の声として持って行ってもらう。
- ・ご利用者様がしたいことを聞き取り、次回利用する際に行っていただけるよう調整する。
- ・新規ご利用者様に対して、ロングや定期的なご利用者様と仲良く過ごしていただき、あの人がいるからまた来たい、と思っていいただける環境作りをする。
- ・ショートステイのスタッフ全員の意識統一を図れるように、ショートステイのスローガンをフロア全員で考えて制定する。など



《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。（8）

【事例】

近藤正雄さんは 3 年前にアルツハイマー認知症を発症し、現在は妻と自宅で暮らしながらデイサービスを利用しています。認知症は徐々に進行し、最近では見当識障害があります。認知症発症前は温泉が好きで、妻と近隣のスーパー銭湯に行くのが楽しみでしたが、最近ではデイでの入浴を拒む日が多く、対応が困難になってきています。

【問題】

自宅の浴室は狭く、妻の介助で入浴することは非常に困難な状況です。デイサービスで気持ちよく近藤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）近藤正雄さんが入浴を嫌がる原因を考え、あなたの仮説を 2 つ答えなさい。（配点 2×2）

①

②

- | | |
|-----------------------------|---------------------------|
| ・異性のスタッフなので抵抗がある。（他人にも抵抗あり） | ・浴室で他人に裸を見られることへの羞恥心がある |
| ・入浴時に便意や尿意がある | ・入浴の際に仲の良い利用者がいない |
| ・スタッフの声掛けや誘導の仕方が良くない | ・体調や気分が良くない |
| ・本人に入浴の意味が伝わっていない、不安が強い | ・スタッフとの関係性が上手くいっておらず、拒絶する |
| ・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 | ・入浴に関して嫌な思い出がある。 |
| ・服を脱ぐのを寒いと感じている | ・自分のペースでゆっくりと入浴できずせわしない |
| ・いつの入浴する時間でないため入浴の認識が出来ない | ・周囲がざわついていて落ち着かない |
| ・いつも下着が汚れている | ・環境の違い |

（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 2 つ答えなさい。 3 つ目は加点とします。（配点 2×2）

例：着替えの準備をしていることを伝え、ついで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。

○寒くないような配慮 ×家族に頼まれているから ×付加価値や何かもので釣るような声掛け

2. 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。感染症についての問題に答えなさい。（8）

（1）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。予防とともに、早期発見、早期対応に努めることが重要です。そこで、あなたが普段から、入居者や利用者の体調を把握するためにどのようなことを行っていますか？

例以外で、3 つ答えなさい。（配点 2×3）

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)介護現場で働く介護職の身近にある感染源には入居者・物品・食品などがあります。その中でも入居者からの感染源にはどのようなものがあるか具体的に 2 つ答えなさい。(配点 1×2)

()
()

便、尿、嘔吐物、血液、汗、褥瘡の浸出液など

「知識問題」

1. コミュニケーション技法について、不適切なものを 2 つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2) コミュニケーション

- ① 非言語的コミュニケーションは、言語的コミュニケーションより感情を伝えることもできる。
- ② 相手の言葉がでにくい時は次々と話しかけ、こちらが答えを誘導する。
- ③ 状況に応じてコミュニケーション技法を使い分ける。
- ④ 相手の言葉をより理解しようと「なぜ」「どうして」という質問を頻繁に行った。
- ⑤ 相手によりパーソナルスペースが違いため、適切な距離感を探りながら会話を行った。

②話かけやすい雰囲気を作ることは重要であるが、相手のペースでコミュニケーションをとること大切

④「なぜ」「どうして」という質問が続くと相手は問い詰められていると感じることがあるので頻繁ではなく適宜行うことが重要である。

②	④
---	---

2. 栄養素と水分について、() に適切な語句を記入しなさい。(配点 1×5) ところとからだ

・エネルギー源となる三大栄養素は、炭水化物、(① タンパク質)、脂質である。三大栄養素に無機質、(② ビタミン)を加えた 5 つの栄養素を五大栄養素という。

・人が生きていくために必要な水分摂取量は(③ 2000～2500 の範囲内〇 ml)とされる。

・食塩は血圧を上昇させるため、過剰摂取は(⑤ 高血圧)と循環器疾患につながる。1 日の摂取量は約(⑥ 6～9 g の範囲内〇 g)未満とされている。
〇腎臓疾患 〇脳疾患

3. 洗濯表示の記号について、記号が表す内容を記入しなさい。(配点 1×3) 生活の支援

	洗濯表示	内容
①		タンブル乾燥禁止 〇乾燥機禁止
②		手洗い可能 〇手洗いのみ 〇手洗い
③		漂白剤を使用して漂白ができる

4. 下の事例を読み、①～⑤に関する記述が正しい文章になるように()の語句に〇をつけなさい。(配点 1×5) 複合問題

山本りさ子さんは、1 か月前自宅で転倒し、①右足首を骨折し、②現在は杖歩行です。

自宅内での歩行は、③廊下につけた手すりをもって行っていますが、屋外での歩行は転倒の不安から、④長男の支援を受けて行っています。毎月、

⑤公民館で行っているコーラスクラブへの参加を楽しみにしています。

- (1) ①の右足の骨折のため、山本さんに行われたリハビリテーションは(教育的リハビリテーション・医学的リハビリテーション・社会的リハビリテーション)である。
- (2) ②の歩行訓練を行う(作業療法士・リハビリテーション医・理学療法士)は、医師の指示に基づいて運動療法や物理療法などを用いて基本的動作能力の回復を図る専門職である。
- (3) ③の廊下への手すりの設置は、(介護保険法・障害者自立支援法・高齢障害者住宅保護法)にあるサービスを利用して行うことができる。
- (4) ICF(国際生活機能分類)で山本さんの全体像を把握しようと考えたとき、④長男の支援は(活動・個人因子・環境因子)に分類される。
- (5) ⑤のコーラスクラブへの参加の支援は、(介護保険では実施できない。・訪問介護で実施できる。・同行援助で実施できる。)



5. 排泄に関連したことについて、以下の問に答えなさい。

(1) 排尿について、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)

- ① 排泄されたばかりの尿は (弱酸性 ・ 中性 ・ 弱アルカリ性) である。
② 1日の排尿回数は (1～4 ・ 4～8 ・ 8～12) 回前後である。
③ 1日の尿量は平均 1000～2000 mlであるが、(急性腎不全 ・ 膀胱炎 ・ 糖尿病) の方は、3000 mlと多尿である。
④ 認知症の人によくみられる排尿障害は、(切迫性 ・ 機能性 ・ 溢流性) 尿失禁である。

(2) (1) の認知機能の障害によって起こる失禁には、どのようなケアが考えられますか？ (配点 2) 生活支援

トイレの場所がわからない方には貼り紙 排泄パターンの把握 トイレの使い方がわからない場合は、貼り紙やトイレ誘導
△定時の誘導

(3) 排便に関連した事について、適切なものを2つ選び、番号で答えなさい。 (配点 1×2) ころとからだ 生活支援

- ① 器質性便秘の原因は、排便反射の低下である。 ×直腸性便秘に記述
② 便秘の際には、前傾姿勢になるようにすすめると排便を促す効果がある。
③ 便秘とQOLの低下は関係ない。 冷たいものの摂りすぎ、寝冷え、暴飲暴食の場合も起こる
④ 下痢は、状態によってはすぐに受診せず様子をみていい場合もある。
⑤ 下痢になった場合はすぐに下痢止め薬を服用する。

②	④
---	---

6. 下記の説明分にあてはまる用語を下記の語群から選び、記号で答えなさい。 (配点 1×5) 人間の尊厳と自立

①権利擁護や代弁の意味で用いられる語。制度としては、日常生活支援事業や成年後見人制度がある。	M：アドボカシー
②権利の侵害や抑圧された状況にある利用者が、自らの状況を克服していく力を獲得していくこと。	H：エンパワメント
③家族や大切な人と死別した喪失の中で打ちひしがれ、そこからの回復との間で揺れ動き、不安定な状態となった人に、さりげなく寄り添いながら援助すること。	I：グリーフケア
④バンク・ミケルセンが提唱。障害者の日常生活を可能な限り普通の状態に近づけることをいい、そのためには社会として環境や条件整備を進める責任があるとする考え。	F：ノーマライゼーション
⑤相手の感情に関心をもち、こころが通じ合い、互いに信頼して、相手を受け入れている状態。	K：ラポール

A : インフォーマルサービス	B : スタンダードプリコーション	C : リハビリテーション	D : アドボケート	E : リビングウィル	
F : ノーマライゼーション	G : バリアフリー	H : エンパワメント	I : グリーフケア	J : ソーシャル・インクルージョン	K : ラポール
L : ケアマネジメント	M : アドボカシー	N : インクルージョン	O : 自立	P : 自立支援	

7. 虐待や差別、詐欺などについて、下記の問に答えなさい。

(1) 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) 人間の尊厳と自立

- ①福祉サービスを利用決定する際は、利用者が意見を表明することは、利用者の権利とみなされない。 ×利用者の権利
②利用者が振り込め詐欺にあった場合、専門知識がないため対処してはいけなさとされている。 ×専門機関への相談など対処すべきである
③人々の意識や認識によって生じる差別や偏見により、特定の人々の疾患の人々の社会参加が妨げられ、本来権利擁護されるべき権利が侵害されることはない。
④故意・悪質による詐欺はもちろん、情報不足によって生活に支障をきたすことも権利侵害といえる。
⑤注文した覚えのない商品が届いたと利用者から相談があった場合、受け取りを断り、受け取らないようにと助言を行った。

④	⑤
---	---

(2) 次の記述が、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) 介護の基本

- ①養護者における高齢者虐待の種別は、(心理的虐待 ・ 身体的虐待 ・ 精神的虐待 ・ 介護放棄) が最も多い。
②虐待の続柄は、(娘 ・ 息子 ・ 嫁 ・ 夫) が最も多い。
③養介護施設従事者により、高齢者虐待の発生要因は、(教育、知識、介護技術に関する問題 ・ ストレス ・ 人員不足 ・ 倫理的欠如) が多い。
④被虐待高齢者の年齢別で最も多いのは、(70～74 歳 ・ 75～79 歳 ・ 80～84 歳 ・ 85～90 歳) である。



(3) 身体拘束には、「身体的弊害」「精神的弊害」「社会的弊害」があります。そのうち 1 つの弊害を選び、具体例を記入しなさい。(配点 2) [介護の基本](#)

的弊害	
-----	--

身体的弊害	身体機能の低下や褥瘡の発生 食欲低下や感染症などへの抵抗力の低下 転倒・転落事故、拘束具による窒息
精神的弊害	人間としての尊厳を侵す 認知症の症状が進行し、せん妄を頻発するおそれ 家族に罪悪感を与える 介護スタッフの士気の低下
社会的弊害	介護スタッフの士気の低下 サービス提供施設に対する不信感 QOL 低下が医療的処置を増加させ経済的な影響をもたらす

8. 老化による身体的変化には、形態的变化（見た目の変化）と機能的変化（生理的機能の変化）があり、複合してあらわれます。

身体的変化について、下記の問いに答えなさい。

(1) 転倒の原因となる機能的変化の影響を答えなさい。(配点 2) [発達と老化の理解](#)

例) 平衡感覚の衰え

筋力の低下 骨筋組織の脆弱化 関節可動域の制限 持久力・持続力の低下
反応速度の低下 視力の低下 ○身体機能の低下

(2) 老化に伴う心身の変化について、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) [発達と老化の理解](#)

①結晶性知識の加齢変化は、比較的（ 低下 ・ 維持 ・ 向上 ）する。

②聴覚は、（ 低音域 ・ 中音域 ・ 高音域 ）から感度が低下する。

③視覚的には、視野が（ 狭く ・ 広く ）なり、④（ 白色系 ・ 赤色系 ・ 青色系 ・ 黒色系 ）の識別が困難になる。

9. それぞれの特徴の説明に当てはまる疾患名を下の語群から選び記号で答えなさい。(配点 1×6) [発達と老化の理解](#)

①めまいが起こる代表的な疾患。30 歳後半から 40 歳前半が多い。	K:メニエール病
②網膜の血管が損傷を受けて出血する。失明の原因第 2 位の疾患。	N:糖尿病性網膜症
③日本では、悪性新生物の部位別死亡率において、男性の第 1 位である。	C:肺がん
④放置すると、足の親指の付け根などに、激痛、発赤、腫脹を伴う痛風症状が現れる。	M:高尿酸血症
⑤神経伝達物質であるドーパミンの不足により、からだに特徴的な症状が現れ、日常生活に困難を引き起こす神経変性疾患。 主な症状として、小刻み歩行、突進減少がある。	J:パーキンソン病
⑥自己免疫システムの異常と考えられている。女性に多い。朝方の関節のこわばり。	E:関節リウマチ

A:大腸がん	B:胃がん	C:肺がん	D:脂質異常症	E:関節リウマチ	F:変形性関節症	G:狭心症	H:心不全
I:心筋梗塞	J:パーキンソン病	K:メニエール病	L:慢性閉塞性肺疾患	M:高尿酸血症	N:糖尿病性網膜症	O:緑内障	

10. 認知症について、下記の問いに答えなさい。

(1) 認知症の代表的な原因疾患に関する次の記述に当てはまる疾患名を下の語群から選び記号で答えなさい。(配点 1×5)

- | | |
|-------------------------------------|-------------------|
| ① 女性に多い。老人斑、神経原繊維変化が生じる | (E:アルツハイマー型認知症) |
| ② 障害の現れ方にむらがある(まだら認知症) | (A:脳血管性認知症) |
| ③ 徐々に進行し、打撲後 1～3 か月くらいで頭痛やもの忘れがみられる | (D:慢性硬膜下血腫) |
| ④ パーキンソン症状、症状の日内変動 | (G:レビー小体型認知症) |
| ⑤ 遂行機能障害が初期からみられる | (C:前頭葉側頭型認知症) |

A:脳血管性認知症	B:水頭症	C:前頭側頭型認知症	D:慢性硬膜下血腫	E:アルツハイマー型認知症
F:脳腫瘍	G:レビー小体型認知症	H: コロイツフェルト・ヤコブ病		



(2) 認知症の中核症状の特徴にあてはまる名称を A～F から選び答えなさい。(配点 1×4)

名称	症状の特徴
① A : 記憶障害	人の名前が覚えられない
② C : 失認	鏡に映った自分が誰だかわからなくなる
③ D : 実行機能障害	料理の手順がわからなくなる
④ E : 失行	図形を見て、同じものを描くようにと伝えても、正しく描くことができなくなる

A : 記憶障害	B : 見当識障害	C : 失認	D : 実行機能障害	E : 失行	F : 失語
----------	-----------	--------	------------	--------	--------

11. 視覚障害のある人への介助方法について、不適切なものを 2 つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2) 障害への理解

- ① 手引き歩行時、溝をまたいで超えるときは、介助者は先にわたり、具体的に〇歩、〇m と数値で伝えた。
 ② 食事の位置は、時計の文字盤になぞらえるクロックポジションで伝えるとわかりやすい。
 ③ 座席に誘導する際には、座面を確認後、座れるように誘導する。 ×先に背もたれを触ってもらう
 ④ 物を渡すときは、軽く手に触れるようにして渡す。物の種類や大きさ、数も伝える。
 ⑤ 階段を上る際には、転落予防の為に利用者の後ろを歩いた。 ×介助者は 1 段先を上げる(降りる)

③	⑤
---	---

12. 車椅子の移動・介助について、適切な語句を下記の語群からアルファベットを選び、() 内に記入しなさい。(配点 1×7)

- ・片麻痺のある人は自走しやすいように、(① A : 座面) の高さを健側足底部が床に着く程度に設定する。
 ・段差の上り方は、段差に対して車椅子を(② M : 正面) に向ける。介助者は、グリップを押し下げながら(③ E : ティッピングレバー) を片足でふみ、(④ C : 前輪) を上げます。バランスを保ちながら車椅子を前進させゆつくりと(⑤ D : 後輪) を段差に押し上げます。
 ・急な下り坂での介助は、(⑥ K : 後ろ) 向きが安全である。
 ・溝や格子状のふたの上は、(⑦ J : ななめ) に通過しましょう。

A : 座面	B : フットレスト	C : 前輪	D : 後輪	E : ティッピングレバー	F : ブレーキ	G : サイドガード	H : ひじ掛け
I : 座幅	J : ななめ	K : 後ろ	L : 横	M : 正面			

13. 介護保険サービスについて、適切なものを 2 つ選び、番号で答えなさい。(配点 1×2) 社会の理解

- ① サービス付き高齢者向け住宅の介護サービスは、利用料金に含まれている。 ×自費・選択サービスとなる
 ② 短期入所生活介護利用時のおむつ代は、すべて自己負担である。 ×介護給付
 ③ 運動機能向上加算とは、理学療法士などを中心に看護・介護職員などが共同して利用者の運動機能向上を行った時の加算である。
 ④ 訪問介護の家事援助に関して、庭の草引きはできないが、利用者の居室を掃除することはできる。
 ⑤ 居宅介護支援は、介護福祉士の資格があれば従事できる。 ×居宅介護支援専門員の資格

③	④
---	---

14. 清潔保持と感染予防について、適切でない文章が 2 つあります。番号を選び、正しい文章に書き換えなさい。(配点 1×2)

- ① ノロウイルスに感染した人の嘔吐物のついた衣服は、汚染された部分にアルコールを噴出する。
 ② インフルエンザに肺炎が合併することもある。
 ③ ノロウイルスによる感染症の感染経路は、主に接触感染である。
 ④ 流水や設備がない場合や、感染者への生活支援を行う場合には、消毒剤を用いて手指の消毒をする。
 ⑤ 感染予防の観点から、手洗い後は、タオルよりもペーパータオルなど使い捨てのものでふき取りをすることが望ましい。

番号	文章
①	次亜塩素酸ナトリウム (ハイター等商品名でも〇)
③	経口感染

* 両方正解で〇