

どう考える？

どう動く？

ご本人らしい生き方にたどり着く

# 意思決定支援 のために



障害や認知症により、一人で物事をうまく決められない方と共に歩み、考え、

ご本人の意思を尊重した明るい未来を築いていく「意思決定支援」。

いろいろな支援現場の実例から学ぶ、そのポイントとは？

# こんな時、あなたなら、 どうしますか？

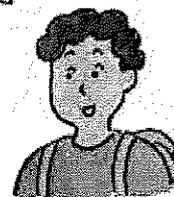
知的障害があり、グループホームに暮らすFさんは、  
ある日突然、「犬を飼いたい」と訴えてきました。

Fさんの気持ちを考えた時、

あなただったら、どのように対応しますか？

このグループホームは、

ペットを飼うことを禁止しています。



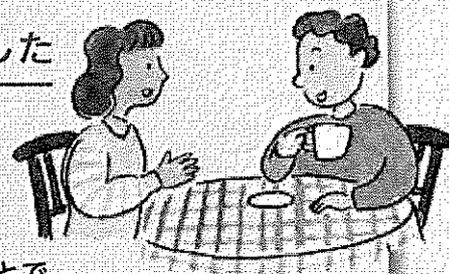
- ①グループホームでは犬を飼えないことを説明し、説得する
- ②グループホームにお願いして、犬を飼えるようにしてもらう
- ③「犬を飼いたい」真意を探り出して、それに合った対応をする

Fさんの場合、

**③の対応をしたことで、解決できました**

実は、Fさんは趣味で犬を飼いたかったわけではなく、  
自分の居所に他人が勝手に入ってくるのが怖くて、  
「犬を飼いたい」と訴えていたのです。

その後、居所の入り口にしっかりと扉をつけて施錠することで  
Fさんは満足し、もう「犬を飼いたい」とは言わなくなったそうです。



この場合、もし①や②の対応をしていたら、どうなっていたでしょう。「犬を飼えない」ことを説得されても、Fさんが抱える根本的な不安はなくなりません。「犬を飼う」ことになっても、犬の世話をすることがFさんの本心ではないために、可愛がらず、「せっかく思いをかなえてあげたのに、世話もしないで、わがままな人」と思われてしまうかもしれません。また、同じような事例であっても、Fさん以外の人の場合は、①や②が解決策になることもあります。

これから取り上げる事例も、「〇〇さんの場合、こうしてうまくいきました」という一例です。

**同じような課題でも、環境や対象者によって、違う解決策があるかもしれません。**

**“正解がないのが正解”**というのが意思決定支援。そのことを心に留めて、この小冊子を参考にして、よりご本人の気持ちに添った支援を考えていただけると幸いです。

障害や加齢による症状などの程度にかかわらず、  
誰もが心の中にはしっかりとした意思をもっています。  
判断できないのではなく、思いを形にするのが苦手なのかも。  
うまく伝えられないだけなのかも。

時間がかかるからといって、第三者の思いや考えを押し付けない。  
「今は決められない」という選択肢も大切に作る。  
表層的なことだけで判断せずに、  
言葉にできないことがあるということも考える。

周りにいる人や地域が連携し、工夫すれば、  
きっとその人の中にある真の思いに行き着くことができるはずです。

わたしたち一人ひとりが、意思決定支援のポイントを身につけて、  
誰もが笑顔で暮らせる地域社会をみんなで作っていきましょう。

## 覚えておきたい 意思決定支援のポイント

### ご本人が黙ったまま ▶ 意思と選好についての情報収集と分析(アセスメント)…P.4～P.7

- 黙っているから意思がないわけじゃない。環境設定で、選びやすくなることもある。
- 意思決定する時の状況だけで判断しない。その人の経験や歴史、日々の生活スタイル等からの選択肢も用意する。
- 「こんなはずじゃなかった」と思われることを怖れて、何もしないで良い?
- その人の好きなこと、嫌いなことを知らないと、意思決定支援は始まらない。

### 言っていることが実現不可 ▶ 意思決定支援のプロセス…P.8～P.11

- 言っていることが、その人の思いの全てではない。
- 意思決定する時の状況だけで判断しない。その人の経験や歴史、日々の生活スタイル等からの選択肢も用意する。
- 自分で選んだことが実現されると、それは力になる。

### 人の判断で決めて良い? ▶ チームによるアプローチ…P.12～P.15

- 重要なことは何度も確かめる必要がある。
- 「ご本人が不安になっちゃうから、伝えないで」で、良い?  
情報を伝える伝えないということも含めて、みんなで悩むことが大切。その上でご本人に相談する。
- 重要なことが分からない時、みんなで決める必要がある。

### なんでも代わって決めて良い? ▶ 意思の推定と代行決定…P.16～P.19

- ご本人に代わって決めるのは、最後の手段。推定意思による決定が原則。
- ご本人の意思に基づいた決定がその人自身や他者を傷つける時には、異なる決定がされることがある。
- ひとつの課題に対して代行決定が必要となったとしても、次の意思決定の際には、「決める力がある前提」に戻る。

1

ご本人が黙っているのは、分からないから？  
考えることができないから？

## こんなことがありました

統合失調症があり、施設入所していたAさん。足を骨折したことから、リハビリも兼ねて、施設で行う体操教室に熱心に参加していました。

ある時、入所者を対象に、施設外に出かけるレクリエーションが催されることになり、新人の職員は骨折でしばらく外に出られなかったAさんに、外出の機会を作ってあげようとレクリエーションへの参加を促しました。しかし、レクリエーションの日程を確認しても、Aさんは黙り込んでしまうばかり。「きっと意味が分からないんだ」と考え、新人の職員はそれ以上Aさんに聞くことをやめてしまいました。



どう考える？

黙っているAさんは、  
何も考えていなかったのでしょうか？

Aさんは、自分が言いたいことを  
話しやすい環境だったのでしょうか？

もし、あなたがAさんと同じように、「どうせ分からないから」、  
「後でこんなはずじゃなかったと言われるのが嫌だから」  
と、何もしてもらえないとしたら、どう思うのでしょうか？

## どう動く？

**黙っているから意思がないわけじゃない。  
環境設定で、選びやすくなることもある。**

どれが正解か分からない時に、思っていることを最初から選ぶことは誰だって難しい。ましてや、障害のある人の場合、どうしたいか、うまく言葉にできないから黙っていることもあります。話しやすい場所を選んだり、言葉で伝えきれない場合は身振りや絵を使うなど、ご本人が意思を表しやすいように、工夫やサポートをしましょう。

**意思決定する時の状況だけで判断しない。  
その人の経験や歴史、日々の生活スタイル等からの  
選択肢も用意する。**

「家に帰りたい」と訴えていても、実は「家にある仏壇を放っておけない」ということが真意だったということもあります。また、ご本人なりの選択肢があっても、遠慮して伝えないことだってあります。ご本人から出てくる情報や新しく得た経験、これまでの意思決定の仕方なども踏まえ、発想を豊かに選択肢を用意しましょう。

**「こんなはずじゃなかった」と思われることを怖れて  
何もしないで良い？**

「それって失敗しちゃうよね？」と思える選択だとしても、ご本人にとっては大切な経験になり、次の意思決定の機会に生かされることもあります。支援に関わる皆さんで話し合い、取り返しのつかないことにならないと考えられるのであれば、ご本人のチャレンジを支援するというのも選択のひとつと考えましょう。

**その人の好きなこと、嫌いなことを知らない  
意思決定支援は始まらない。**

元々ある好き嫌いの中に、答えが潜んでいることもままあります。日々のコミュニケーションの中から、まずそこを理解することがスタートラインと考えましょう。

### Aさんの場合、その後は…

別の職員が、改めてAさんに「レクリエーションのことをどう思っているのか」を、開かれた形で尋ね、思っていることを順序立てて確認。身振りや表情も気をつけて見ていくと、「体操教室を1回休むことで、また歩けなくなるのではないかと怖い」と思っていたことが分かりました。そこで、レクリエーションに出ること、レクリエーションには出ずに体操教室に参加することについて、それぞれのメリットとデメリットを並べて提示したり、大事な点を紙に書き出したりしながら繰り返し説明していくと、Aさんは、体操教室を1回休んでも、歩けなくなるような日常生活の変化がないことを理解して、レクリエーションに参加しました。



## 意思決定支援にあたってのポイント①

### 意思と選好についての情報収集と分析(アセスメント)

具体的な方法について書かれている「障害福祉サービス等の提供に係る意思決定支援ガイドライン」をご紹介します。

#### ●意思決定支援の対象者

知的障害、精神障害、発達障害のある人など、障害福祉サービスを必要とする人

#### ●意思決定支援の担い手

事業者、家族、成年後見人等

必要に応じて、教育関係者、医療関係者、福祉事務所、市区町村の保健所などの行政関係機関、障害者就業・生活支援センターなどの就労関係機関、ご本人の知人などの関係者、関係機関など障害者に関わる人々

#### ●対象となる主な場面

- ①食事、衣服の選択、外出、排せつ、整容、入浴などの基本的な生活習慣に関する場面
- ②施設などで日常提供されるプログラムへの参加を決める場面
- ③自宅からグループホームや入所施設、ひとり暮らしなどに住まいの場を移す場面
- ④どのような福祉サービスを選ぶか決める場面 等

#### ●情報収集とアセスメントの方法

必要な情報の説明は、ご本人が理解できるように工夫して行う。

##### 工夫例

- ・意思を表出しやすい日時や場所を設定する
- ・絵カードの活用等、本人とのコミュニケーション手段を工夫する 等

ご本人の意思や選好、判断や自己理解する力、心理的状況、これまでの生活史など、ご本人の情報や人的・物的環境などを適切にアセスメントする。

##### そのために…

- ・ご本人から直接話を聞く
- ・日常生活の様子を観察する
- ・関係者から情報を収集する(日記や記録等も含む)
- ・意思決定の参考となる体験を提供して本人の意思を確認する 等

ご本人の自己決定や意思確認が困難な場合は、ご本人をよく知る関係者が集まって様々な情報を把握し、根拠を明確にしながらご本人の意思や選好を推定する。

##### 情報例

- ・ご本人の日常生活の場面や事業者のサービス提供場面における表情や感情
- ・行動に関する記録などの情報
- ・これまでの生活史、人間関係

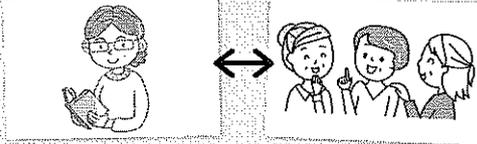
▶ 意思の推定について、詳しくはP.18、19で

## 情報収集ツールの例

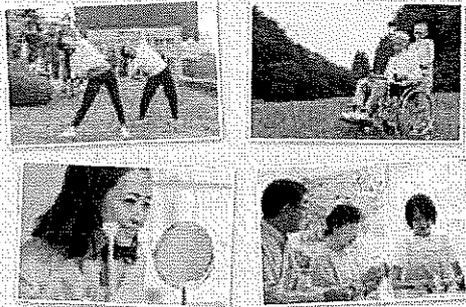
### ご本人の意思形成を サポートするツール

好き嫌いや価値観を把握するための  
写真や絵等が描かれたカード

もし時間があったら、どちらを優先する？



大切にしているのは、どんな生活？



### ご本人の“好き嫌い” 確認シート

#### 〇〇〇〇さんの好きなこと、嫌いなこと

嗜好 (preferences、好き嫌い) は、好きな食べ物や芸能人だけでなく、食べ方、場所、散歩ルート、におい、味、音、音楽、しぐさ、ことば、支援者、刺激、ほめられ方、温度、家族、住まい、旅行、店に入ったときにすること、などいろいろあります。  
また、嫌いなこともたくさんありますが、上手く見つけられないこともあります。

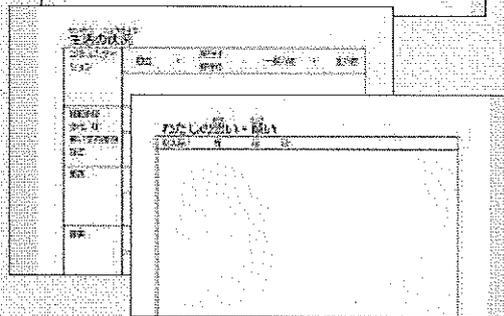
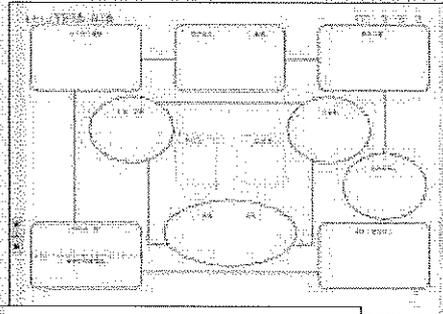
##### 好きなもの・好きなこと

- ① 自然と触れ合うこと
- ② 体のケア、ラジオ体操、散歩
- ③ 読書、クイズ、刺繍  
一人のできる趣味
- ④ ファッション、化粧
- ⑤

##### 嫌いなもの・嫌いなこと

- ① 他人とのコミュニケーションが  
苦手
- ② 身体が動かなくなる
- ③ 自分と違う考えを  
押しつけられること
- ④
- ⑤

### ご本人のことを家族と共に 記録する情報ノート



参照: 東京生活支援ノートつなぐ  
(社会福祉法人 東京都知的障害者育成会)

### 関係者による ご本人の記録

#### 〇〇〇〇さんの記録 (抜粋、括弧内は記録者)

日付	記録	嗜好の抽出と記述の検討
4月10日	ピンゴ大会でピンゴしたが景品を全く欲しがらずでした。Tシャツがあり、出品した方が説明してくださり、そのTシャツを気に入りができました。(齊川)	そのTシャツを気に入りができました。「これ好き」と言っていました。白地に〇〇(キャラクター)のプリント柄でした。〇〇が好きだったのかもしれませんが、今度話題にしてみようと思います。(齊川)
4月11日	午前、午後共に眠気に見舞われていました。食事の進み具合もあまり順調ではなく、食欲が無い様子でした。お茶タイムのコーヒーは好んで飲んでいました。(江島)	お茶タイムは紅茶、日本茶、コーヒーの中から、自分でコーヒーを選んで平井に淹れてもらっていました。おかわりもコーヒーでした。好きなようですが、眠気覚ましと思っていたのかもしれない。(江島)
6月3日	チョコ作りの種になり話し合いを始めたのですが、誕生日が近いから食べたい!!と希望。作りたいより食べたいかなと感じました。(田中)	
6月14日	チョコ作りを楽しみにして自宅より、クッキーの型を持って来て下さいました。(江島)	

参照: 令和2年度 サービス管理責任者・児童発達支援管理責任者指導者養成研修「公開資料(引用: 名川勝・延原雅枝, 2020)

詳しくは、「障害福祉サービス等の提供に係る  
意思決定支援ガイドライン」をご覧ください。

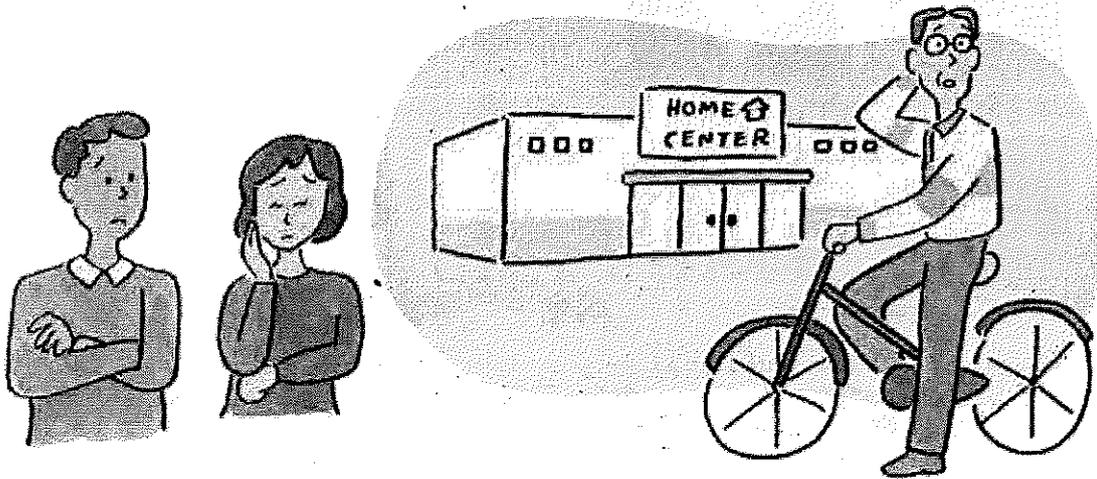


## こんなことがありました

認知症があり、要介護1のBさん。日曜大工が趣味で、自転車に乗ってよく近所のホームセンターに買い物に行っていました。

しかし、事故や途中で道に迷うことを心配した家族は、ケアマネジャーに鍵を取り上げて自転車を処分したいと相談。「必要なものは買ってきてあげるから、もうやめて」と、Bさんに詰め寄ると、「もういい、分かった」と言い残して、Bさんは部屋を出て行ってしまいました。

家族はBさんが納得してくれたと喜んでいましたが、ケアマネジャーには、Bさんがとても元気がないように見えました。



どう考える？

Bさんが言葉にしたことは、  
Bさんの思いの全てなのでしょうか？

どうしてBさんは、  
元気がなくなってしまったのでしょうか？

難しいことを決められる時って、どういう時でしょうか？  
一般論で正しいと思えることだけが、正解でしょうか？

## どう動く？

### 言っていることが、その人の思いの全てではない。

「こう言わないと迷惑かけちゃうから」、「今決めないといけない雰囲気だから」といった理由でその場限りのことを言ってしまうたり、本当に伝えたいことは言っていることの奥に潜んでいるということもあります。ご本人の言葉の向こう側にあることを理解しないと、不当に誘導することにもつながりかねません。ご本人が受ける歴史的・社会的影響や、ご本人を取り巻く環境・背景なども考えて、「言葉の奥にある本当の気持ちをつかめたらいいね」という姿勢で常に向き合い、ご本人の思いがどこにもない決定を強制しないように気をつけましょう。

### 意思決定する時の状況だけで判断しない。

### その人の経験や歴史、日々の生活スタイル等からの選択肢も用意する。

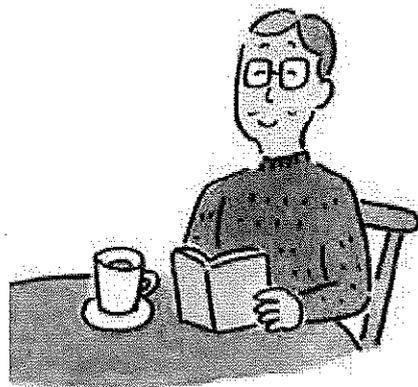
物事を決める時、特に大事なことを決める時には、これまでのご本人の経験や興味・関心を踏まえた選択肢を提示できると選びやすい、決めやすいということがあります。ご本人から出てくる情報や新しく得た経験、これまでの意思決定の仕方なども踏まえ、発想を豊かに選択肢を用意しましょう。

### 自分で選んだことが実現されると、それは力になる。

壊れた椅子に大切な思い出があることが分かり、ご本人がよく見えるところに移したことによって、椅子を家の前に放置して起きていた近隣とのトラブルを解決。ご本人も喜んで、その後、積極的に人と接するようになったという話があります。自分の真意を理解してもらえて、そこで決めたことが実現されると、自分の力を信じられるようになるものです。たとえ、ご本人の意思が合理的ではないと思えても、その意思の実現を支援することを大切に考えましょう。

## Bさんの場合、その後は…

Bさんが言っていることは真意じゃないのでは？と考えたケアマネジャーは、改めていろいろな角度からBさんに聞いたところ、「ホームセンターでは自分の目で選びたい」、「買い物帰りに一人で喫茶店に寄ることも楽しみ」、「でも、家族に心配や迷惑はかけたくない」ということが分かってきました。そこでケアマネジャーは、ホームセンターまでは家族がクルマで送って一度降ろし、時間を決めて、Bさんが買い物帰りに寄る喫茶店に迎えに行っただろうかということをご提案。家族もそれが負担ではないことをBさんに説明したところ、自分の気持ちに添った提案をしてもらえたBさんは元気を取り戻し、自転車に乗ることを控え、今まで以上に日曜大工と喫茶店のコーヒーを楽しんでいます。



## 意思決定支援にあたってのポイント②

### 意思決定支援のプロセス

具体的な方法について書かれている「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン」をご紹介します。

#### ●意思決定支援の対象者

認知症の人(認知機能の低下が疑われ、意思決定がうまくできない人を含む)

#### ●意思決定支援の担い手

認知症の人を支える周囲の人

ケアを提供する専門職種や行政職員、家族、成年後見人等、地域近隣において見守り活動を行う人、ご本人と接しご本人をよく知る人など

#### ●対象となる主な場面

- ①食事、衣服の選択、外出、排せつ、整容、入浴などの基本的な生活習慣に関する場面
- ②施設等で日常提供されるプログラムへの参加を決める場面
- ③自宅からグループホームや入所施設、ひとり暮らしなどに住まいの場を移す場面
- ④ケアサービスの選択や、財産を処分する場面 等

#### ●意思決定支援の具体的なプロセス

**人的・物的環境の整備**：支援者の態度、ご本人との信頼関係や関係性、意思決定の場所・時間などへの配慮等

**意思形成の支援**：適切な情報、認識、環境の下で意思が形成されることへの支援

**意思表示の支援**：形成された意思を適切に表明・表出することへの支援

**意思実現の支援**：ご本人の意思を生活に反映することへの支援

各プロセスで困難や疑問が生じた場合は、支援チームでの会議も併用・活用する。

▶チームによるアプローチについて、詳しくはP.14、15で

ご本人の意思は揺れることもしばしばあるため、意思決定の結果だけでなく、そのプロセスを意識的に記録しておくことが重要。

いつ  
記録を取る?

意思決定が行われる時に加え、日常生活におけるご本人の意思決定に着目した情報も収集し記録しておく。

その際、些細な変化を見逃さないように注意。

どのような  
記録を取る?

意思決定の結果に加え、日々のご本人の生活上の意向や選好(好き嫌い、優先順位等)、価値観が表れるようなご本人の言動を記録しておく。

その際、事実と評価を書き分けておくと、振り返りの際に活用しやすい。