



本人中心の支援とは何か

— 一人暮らし認知症高齢者に向き合う ケアマネジャーたちの実践から —

執筆 ▶ 齊藤葉子 社会福祉法人浴風会 認知症介護研究・研修東京センター

一人暮らしで認知症のある人が、望む暮らしを続けていくために、何を大切にすればよいのだろうか。ケアマネジャーとして長年実践を重ねてきた認知症介護研究・研修東京センターの齊藤葉子氏が、インタビュー調査をもとに、本人中心の支援とは何かを考える。そこには、本人の意思をどのように受け止め、支援につなげるかに迷いながら、関わり方を考え続けるケアマネジャーの姿があった。

一人暮らしで認知症のある人を 支える

一人暮らしの高齢者は増えている。2025（令和7）年国民生活基礎調査では、65歳以上の一人暮らしの人は933万5千人で、65歳以上人口の23.2%を占めていた（厚生労働省、2026）。認知症の高齢者数も今後増加すると推計されており（内閣府、2025）、一人暮らしで認知症のある人への支援は、ケアマネジャーにとってますます身近なものになっている。

一人暮らしは、その人が長年築いてきた生活の形でもある。認知症があっても、どこで、どのように暮らしたいかを決

める主体は本人である。本人が住み慣れた家で自分のペースを保ちながら暮らし続けたいと望んでいる場合には、その思いは尊重されなければならない。

一方、認知機能の変化に伴い、火の取り扱いや服薬、金銭の管理など、日常生活上の支援が必要になることがある。また、消費者被害など、本人の権利に関わる問題への対応が必要になることもある。本人の安全や権利を守るための対応は欠かせないが、それだけに目が向くと、本人がどのように暮らしたいのか、何を大切にしてきたのかが見えにくくなる。

2024年に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」は、認知症の人を基本的人権を享有す

る個人として捉え、自らの意思によって日常生活・社会生活を営めるようにすることを、基本理念の最初に掲げている。安全に配慮することと、本人が望む暮らしを支えること。この二つをどのように両立させるかは、一人暮らしの認知症高齢者を支えるケアマネジメントにおける大切な課題である。

ただ、この二つを実際の支援の中で両立させることは容易でない。とくに一人暮らしの場合、本人の日常を身近で知る人が限られることもある。本人の言葉を大切にしながら、表情や反応、日常の過ごし方などにも目を向け、その意思を丁寧に確かめていくことが大切になる。

筆者は、一人暮らしの認知症高齢者