

介護福祉士国家試験対策講座

<発達と老化の理解編>

～学習方法と出題ポイントを理解しよう～

1

講義内容

1. 発達と老化の理解でおさえるべき内容の理解
2. 発達と老化の理解のポイントの理解
3. 過去に出題された国試から出題傾向と内容の理解



心理学のほか、保健衛生や公衆衛生の観点からも出題が主となる科目である。

2

1. 発達と老化の理解のおさえるべき内容の理解

1) 科目のねらいの確認

- ① 発達の観点から老化を理解する
- ② 老化に関する心理や身体機能の変化の特徴について基本的な知識を理解しながら覚える

2) 大事なポイント

- ① 人が生まれてから死を迎えるまでの発達課題を理解すること。

+

老化による心身の変化の特徴と高齢者に多くみられる疾患を押さえること(医学や心理学の基礎知識が必要)

3

②最低限おさえるべき内容

- 老人福祉法や介護保険法などの法律における高齢者の定義は、**65歳以上**
※前期高齢者 65歳以上75歳未満
後期高齢者 75歳以上
- 老化に伴い、**流動性知能は低下する**
結晶性知能は加齢の影響をほとんど受けない。
⇒流動性知能とは、新しいことを学習したり、新しい環境に適応するためにはたらく能力のこと。
情報処理と問題解決の基本能力
認知症の理解にもつながる(**トランスファーショック**又は**リロケーションダメージ**)

4

- 高齢者が疾患に罹患した場合
- 症状は**非定型的**
- 複数**の疾患に罹患している場合が多い。
- 慢性化**しやすい
- 薬の**副作用**が現れやすい
- 典型的な**痛み**を訴えない場合がある。

※高齢者に多くみられる疾病を押さえること
生活習慣病の理解

- ①脳血管障害(脳出血・脳梗塞) ②高血圧 ③糖尿病
- ④悪性新生物 ⑤心疾患(心筋梗塞・狭心症)など

5

- 骨粗鬆症は**閉経後の女性**に多い。⇒原因が**骨密度**の低下

※骨粗鬆症の予防策で必ず押さえておくべきポイント
カルシウム+ビタミンDの栄養素を摂取する
日光浴を行う+適度な運動も実施

- 糖尿病**と**高血圧**はしっかり押さえる

糖尿病

- I型とII型糖尿病の違いを理解すること(治療方法も含む)
- ・I型糖尿病は必ず**インスリン注射**が必要
- ・II型糖尿病は**食事療法+運動療法**でも症状が悪化すれば、**薬物療法**である。最終的に**インスリン注射**

6

- 糖尿病の三大合併症は必ず理解すること
- ・**糖尿病性網膜症**(**失明**の危険性あり)
- ・**糖尿病性腎症**(腎不全から**透析導入**や**腎移植**が必要)
- ・**糖尿病性神経障害**(神経障害により、重度化すると**壊疽**により下肢切断や突然死の危険がある)
- 低血糖症状**
- ・**冷汗**、**動機**、手足のふるえ、**昏睡**がある

7

高血圧

→高血圧の定義

【診察室で測定の場合】

収縮期(最高)血圧 140mmHg以上

拡張期(最低)血圧 90mmHg以下

【家庭で測定の場合】

収縮期(最高)血圧 135mmHg以上

拡張期(最低)血圧 85mmHg以下

※高血圧の判定は、家庭での血圧値のほうが優先される

→老人性高血圧は、**収縮期高血圧症**が多い

→高血圧に対する非薬物療法には、食塩(ナトリウム・Na)の摂取制限+カリウム(K)を多く含む野菜の摂取

8

●死因の第1位から第5位まで（2019年のデータ）
日本人の三大死因は理解しておくこと

第1位 悪性新生物
第2位 **心疾患**
第3位 **老衰**
第4位 **脳血管疾患**
第5位 肺炎

●介護が必要となった原因の1位は？
→認知症 第2位 脳血管疾患

9

2. 発達と老化の理解のポイントの理解

1) 発達と老化の理解について

出題数は、8問

⇒試験に備えるには相応の時間を要する

⇒出題内容として

- ・健康に長寿を目指すにはどうしたらいいか？という背景にして、必要な知識をインプットすること
- ・高齢者の心身の変化や疾病について、老化の視点からも理解を深めておくことが大切

⇒この科目は障害の理解及びこころとからだのしくみに重複する科目でもある。繋げて理解することが大事

10

2) 試験で問われることの確認

① 高齢者の年齢規定について理解すること

- ・高齢者等の雇用の安定等に関する法律では
→65歳までの継続雇用制度の導入等が義務づけられる
→道路交通法では、運転免許証の更新を受けようとする**70歳以上の者に高齢者講習の受講が義務付けられ**ている。**75歳以上の者に認知機能検査と高齢者講習の受講が義務付けられている。**

※高齢者の年齢規定については他の科目にもつながる
介護保険施設に入所できる年齢なども含めて押さえること
※高齢期の発達段階の理解も含む(エリクソンなど)

11

② 老年期の記憶について

- ・記憶は脳に蓄えられている時間によって
感覚記憶、短期記憶、長期記憶に分類される

⇒「記憶の種類」を整理しておくことは、試験で頻出する認知症に関する知識をインプットするためのベースとして重要になる。

- ・短期記憶は加齢の影響をほとんど受けない。
- ・**作業記憶**には加齢の影響が顕著にみられる。
⇒作業記憶の低下により、同時に複数のことを行う能力が低下する。
- ・長期記憶のうち、**意味記憶**と**手続き記憶**は加齢の影響を受けにくい。**エピソード記憶**には**加齢の影響が顕著**にみられる。

12

◎記憶の種類と特徴

記憶の種類	特徴
感覚記憶	入ってきたそのままの形で数秒間だけ保持される記憶
短期記憶	一時的で時間が経つと忘れてしまう記憶。 15～30秒の間にリハーサルしないと忘却する
長期記憶	長時間（数分～半永久）保持される記憶
意味記憶	一般的な知識や概念の記憶。加齢の影響を受けにくい
エピソード記憶	実際の経験や出来事の記憶。加齢の影響を受けやすい
手続き記憶	身体で覚えた技術や技能の記憶。加齢の影響を受けにくい

13

3. 過去に出題された国試から出題傾向と内容の理解

問題70(第32回出題)

高齢者の年齢規定に関する次の記述のうち、正しいものを1つ選びなさい。

- 1 高齢者等の雇用の安定等に関する法律では、高齢者を75歳以上としている。
- 2 「高齢者虐待防止法」では、高齢者を65歳以上としている。
- 3 高齢者の医療の確保に関する法律では、後期高齢者を65歳以上としている。
- 4 道路交通法では、免許証の更新の特例がある高齢運転者を60歳以上としている。
- 5 老人福祉法では、高齢者を55歳以上としている。

(注)「高齢者虐待防止法」とは、「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」のことである。

14

問題70.(第33回)

医療や福祉の法律での年齢に関する次の記述のうち、正しいものを1つ選びなさい。

- 1 35歳の人、老人福祉施設に入所できる。
- 2 50歳の人、介護保険の第一号被保険者である。
- 3 60歳の人、医療保険の前期高齢者である。
- 4 70歳の人、介護保険の第二号被保険者である。
- 5 75歳の人、後期高齢者医療の被保険者である。

15

問題76.

高齢者の糖尿病(diabetes mellitus)に関する次の記述のうち、適切なものを1つ選びなさい。

- 1 アミラーゼ(amylase)の作用不足が原因である。
- 2 ヘモグロビンA1c(HbA1c)の目標値は、若年者に比べて低めが推奨される。
- 3 若年者に比べて高血糖の持続による口渇感が強い。
- 4 運動療法は避けたほうがよい。
- 5 若年者に比べて低血糖の自覚症状に乏しい。

16

問題75(第31回出題)

高齢者の便秘に関する次の記述のうち、適切なものを1つ選びなさい。

- 1 1日に1回、排便がない状態をいう。
- 2 病気が原因となることは、まれである。
- 3 腹筋の筋力低下は、原因となる。
- 4 薬剤が原因となることは、まれである。
- 5 下剤の服用を優先する。