

## 生活支援技術

問題 35 自立支援の説明として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 対象者は、介護保険の要介護3以上の人に限られること
- 2 対象者は、意思表示のできる人に限られること
- 3 ADL (Activities of Daily Living：日常生活動作)を回復すること
- 4 経済的自立を目指すこと
- 5 自己選択・自己決定を支援すること

問題 36 屋内での転倒を防ぐための安全対策として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 夜間目覚めたときにつける照明は、光源が直接見えるようにする。
- 2 コード類は動線上に<sup>は</sup>這わせる。
- 3 玄関マットやバスマットは滑り止めのついたものを使う。
- 4 本人の室内の移動を減らす。
- 5 履物はスリッパにする。

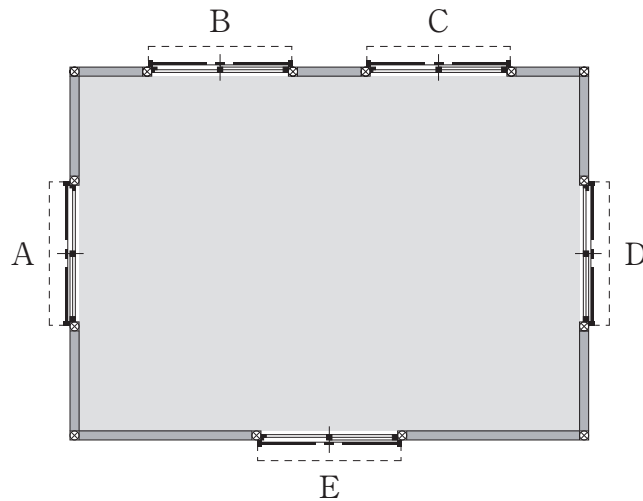
問題 37 かたまひ 片麻痺で立位歩行が可能な人が、洋式便器から立ち上がる時に利用する  
手すりとして、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 便器の先端から20～30 cm 後方の、健側がわの壁に設置された縦手すり
- 2 便器の先端から20～30 cm 前方の、健側がわの壁に設置された縦手すり
- 3 便器の先端から20～30 cm 後方の、患側がわの壁に設置された縦手すり
- 4 便器の先端から20～30 cm 前方の、患側がわの壁に設置された縦手すり
- 5 便器周囲に設置された肘かけ状の簡易手すり

問題 38 図は、扉を閉めた部屋の窓の位置を表している。

効果的な換気を行うために開ける窓として、最も適切なものを1つ選びなさい。

(注) 窓の大きさや高さはすべて同じものである。天井の高さは同じである。家具は何もない。周囲に建物はな



- 1 Aだけ開ける。
- 2 BとCを開ける。
- 3 Eだけ開ける。
- 4 AとDを開ける。
- 5 AとEを開ける。

**問題 39** 介護福祉職が行う爪切りに関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 爪は十分に乾燥させてから切る。
- 2 周囲の皮膚に腫れや傷がある場合は、少しずつ切る。
- 3 手の爪は、手首を持って動かないようにして切る。
- 4 爪の先端の白い部分を1 mm ぐらい残して切る。
- 5 爪やすりは、中央から端に向かってかける。

**問題 40** 義歯の取扱いに関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 上顎用の総義歯は、義歯の後方を下げるようにしてはずす。
- 2 水を入れた専用のボールの中でブラッシングする。
- 3 ブラッシングするときは、柔らかめの歯ブラシを用いる。
- 4 保管容器に、義歯の半分がつかる程度の水を入れて保管する。
- 5 総義歯を装着するときは、回転させずにまっすぐ口腔内こうくうないに入れる。

**問題 41** Lさん(86歳, 女性)は, アルツハイマー型認知症(dementia of the Alzheimer's type)があり, 通所介護(デイサービス)に通っている。最近, 季節外れの服を着ていることが多くなった。夏のある日, 通所介護(デイサービス)の介護福祉職が迎えに行くと, 厚手の上着を着て汗をかきながら玄関で待っていた。

介護福祉職のLさんへの対応として, **最も適切なものを1つ**選びなさい。

- 1 「車を待たせているので早く着替えましょう」と, 着替えを促す。
- 2 鏡を見せて, 間違いを指摘する。
- 3 「今は夏ですよ」と, 季節を伝える。
- 4 服装にはふれず, そのまま本人の行動を尊重する。
- 5 「汗をかいていますね。上着を脱ぎませんか」と, 働きかける。

**問題 42** 実行機能障害のある利用者への更衣の介護として, **最も適切なものを1つ**選びなさい。

- 1 季節に合う衣類を介護福祉職が選ぶ。
- 2 利用者の好みよりも機能性を重視する。
- 3 必要な衣類をまとめて渡す。
- 4 隣で, 洋服を着る動作を示す。
- 5 着る順番を紙に書いて渡す。

問題 43 頸髄損傷 (cervical cord injury) (第6頸髄節まで機能残存)の利用者が自分で更衣できるようにするための介護福祉職の助言として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 かぶりの衣類より、前あきの衣類を勧める。
- 2 ズボンの更衣は座位で行うように勧める。
- 3 ファスナーはボタンに変えるように勧める。
- 4 靴下にループをつけるように勧める。
- 5 上衣の着脱は仰臥位で行うように勧める。

問題 44 Mさん(89歳, 女性)は、加齢に伴う両下肢の筋力低下がある。立位保持ができなくて、日中ベッドで臥床して過ごすことが多い。ベッドから車いすへの移乗は一部介助が必要であるが、車いすは自分で操作できる。

Mさんの上肢を活用した移乗介護に使用する福祉用具として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 スライディングボード
- 2 スライディングシート(マット)
- 3 回転移動盤
- 4 介助型車いす
- 5 移動用リフト

問題 45 みぎかたまひ 右片麻痺の利用者をぎょうがい 仰臥位からひだりそくがい 左側臥位にする場合の体位変換の方法として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 左側へ水平に移動する。
- 2 両上肢は体幹に沿わせて置く。
- 3 両下肢は伸ばす。
- 4 枕を左側に寄せる。
- 5 肩と膝を同時に倒す。

問題 46 ロフストランドクラッチ(Lofstrand crutch)の握りの高さを決める身体部位の位置として、正しいものを1つ選びなさい。

- 1 さいぶ 臍部
- 2 えきかぶ 腋窩部
- 3 大転子部
- 4 ちゅうかんせつぶ 肘関節部
- 5 腸骨部

問題 47 ひだりかたまひ 左片麻痺でつえ 杖を使用している利用者の階段昇降時の介護として、正しいものを1つ選びなさい。

- 1 上がるときは、患側の足から出すように促す。
- 2 上がるときは、利用者の左後方に立つ。
- 3 健側の上肢を支える。
- 4 下りるときは、健側の足から出すように促す。
- 5 下りるときは、利用者の右後方に立つ。

**問題 48** 要介護度が高く、日中もベッド上で過ごしている利用者の廃用症候群 (disuse syndrome)の予防として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 安静を保ち臥位<sup>がい</sup>で過ごしてもらう。
- 2 4時間ごとに体位変換を行う。
- 3 ADL (Activities of Daily Living：日常生活動作)は全介助で行う。
- 4 個別レクリエーションを取り入れる。
- 5 一人で過ごせる環境をつくる。

**問題 49** 加齢に伴う身体機能の変化に対応した食事として、適切なものを1つ選びなさい。

- 1 味覚の低下に対しては、塩分や糖分を多く用いる。
- 2 消化吸収機能の低下に対しては、炭水化物を中心とした食事を基本とする。
- 3 唾液分泌の低下に対しては、パンを主食にする。
- 4 咀嚼力<sup>そしゃくりょく</sup>の低下に対しては、肉料理を控える。
- 5 腸の蠕動運動<sup>ぜんどううんどう</sup>の低下に対しては、乳酸菌を含む食品を積極的に取り入れる。



**問題 50** 生活習慣病(life-style related disease)の予防に関する次の記述のうち、**最も適切なものを1つ**選びなさい。

- 1 糖尿病(diabetes mellitus)の予防として、たんぱく質の摂取量を増やす。
- 2 高血圧症(hypertension)の予防として、カリウム(K)の少ない食品を摂取する。
- 3 高コレステロール血症(hypercholesterolemia)の予防として、食物繊維を多く含む食品を摂取する。
- 4 こつそしょうしょう骨粗鬆症(osteoporosis)の予防として、ビタミンK(vitamin K)の少ない食品を摂取する。
- 5 虚血性心疾患(ischemic heart disease)の予防として、起床後すぐの水分摂取は控える。

**問題 51** 入浴介護に関する次の記述のうち、**最も適切なものを1つ**選びなさい。

- 1 入浴前の血圧が平常時より高くても、自覚症状がなければ入浴を勧める。
- 2 プライバシーを保護するために、皮膚の観察はしない。
- 3 湯温は、介護福祉職が直接肌で触れて確認する。
- 4 浴槽への出入りにシャワーチェアを用いるときは、浴槽より低い位置に調整する。
- 5 かたまひ片麻痺の利用者の場合は、まひそく麻痺側から浴槽に入る。

**問題 52** Aさんは、寝たきり状態の夫を家で介護している。Aさんは、尿器を使っ  
はいせつかいじょ  
て排泄介助を行っている。Aさんの夜間の介護負担を軽くするものとして、最も適  
切なものを1つ選びなさい。

- 1 差し込み便器
- 2 じどうはいせつしよりそうち 自動排泄処理装置
- 3 ポータブルトイレ
- 4 おむつ
- 5 肘かけ状の簡易手すり

**問題 53** 腸管出血性大腸菌で下痢が続いている利用者のおむつ交換をするときの留  
意点として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 汚れたおむつをビニール袋に入れて、袋の口を固く縛る。
- 2 汚れたシートには、アルコールを噴霧する。
- 3 手洗いは、洗面器にためた水で行う。
- 4 殿部の汚れは、トイレットペーパーで拭けばよい。
- 5 専用の手袋を繰り返して使用する。

**問題 54** しかんせいべんぴ 弛緩性便秘の利用者に提供する食べ物として、最も適切なものを1つ選  
びなさい。

- 1 ごぼうの煮物
- 2 白身魚の煮つけ
- 3 おかゆ
- 4 ゆで卵
- 5 焼き肉

**問題 55** Bさん(78歳, 女性)は要支援2で, 一人暮らしである。変形性膝関節症(knee osteoarthritis)が進んで, 歩行に時間がかかるようになった。Bさんは調理が好きで, 時間がかかっても近所の商店街に歩いて出かけて自分で食材を選んで作りたいと考えている。それを知った別居の長男は, Bさんの買物に行く負担を軽くする方法はないかと考えて, 地域包括支援センターに相談した。

Bさんがこれからも買物や調理を継続していくための助言として, 最も適切なものを1つ選びなさい。

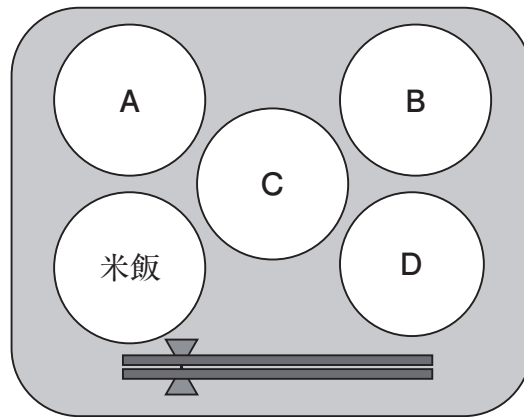
- 1 買物代行サービスの利用を勧める。
- 2 ネットスーパーの利用を勧める。
- 3 電動車いすの利用を勧める。
- 4 シルバーカーの利用を勧める。
- 5 台所を車いす対応にリフォームすることを勧める。

**問題 56** 1か月の実収入が12万円の高齢者世帯で, 消費支出が14万円, 非消費支出が2万円の場合, 可処分所得として, 正しいものを1つ選びなさい。

- 1 8万円
- 2 10万円
- 3 12万円
- 4 14万円
- 5 16万円

問題 57 和食の基本的な配膳の位置として、正しいものを1つ選びなさい。

(注) 右利きの場合である。



- 1 A汁物 B副菜 C副菜 D主菜
- 2 A主菜 B汁物 C副菜 D副菜
- 3 A主菜 B副菜 C副菜 D汁物
- 4 A副菜 B副菜 C主菜 D汁物
- 5 A副菜 B主菜 C副菜 D汁物

問題 58 安眠を促す生活習慣に関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 就寝直前に入浴する。
- 2 夜食をとる。
- 3 就寝前に、軽いストレッチを行う。
- 4 就寝前に、温かいコーヒーや紅茶を飲む。
- 5 多量に飲酒する。

**問題 59** 概日リズム(サーカディアンリズム(circadian rhythm))を回復させるための介護福祉職の関わりとして、**最も適切なものを1つ**選びなさい。

- 1 早朝に、高強度運動を行うように勧める。
- 2 起床後はカーテンを開けて、日光を浴びるように勧める。
- 3 夕食に、トリプトファン(tryptophan)を含む食事を提供する。
- 4 就寝前に、テレビを見たり、パソコンを使ったりすることを勧める。
- 5 平日の睡眠時間が短いときには、休日の「寝だめ」を勧める。

**問題 60** 終末期ケアに関する次の記述のうち、**最も適切なものを1つ**選びなさい。

- 1 家族の悲嘆に対するケアは、終末期ケアとともに行う。
- 2 緩和ケアとは、身体的苦痛を取り除くことである。
- 3 口腔ケアは控える。  
こうくう
- 4 看取りの場を決めるのは、医師である。  
みと
- 5 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)利用者の終末期ケアは、病院で行う。