

新型コロナウイルス流行時における心のケア 高齢者のストレス対処を支援する

(Mental Health and Psychosocial Support: **MHPSS**)



Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会
緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

このスライドは、IASCの許可を得て、以下の福島県立医科大学グループが翻訳した
「新型コロナウイルス感染症(COVID19)流行時のこころのケア(日本語版)」の一部です。

作成: 前田正治(監訳)、瀬藤乃理子、村上道夫、竹林由武 スライド作成協力: 小林智之

問い合わせ先: d-kokoro@fmu.ac.jp (福島県立医科大学 災害こころの医学講座)

感染拡大時の高齢者の心理的反応

感染症流行時、高齢者は強い不安や怒りストレス、動揺を感じたり、疑い深くなったり、引きこもったりすることがあります。

特に注意が必要な方

- 隔離中の方
- 認知機能の低下や認知症の症状がある方



IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

感染拡大時の高齢者へのサポート原則

□ 情緒的サポートを提供する

プライベートなネットワーク(家族や知人など)やメンタルヘルスの専門家から感情面のサポートを受けてください。

□ 明瞭明確に情報を伝える

何が起きているかについての簡略な事実を共有し、認知面での障害のある・なしに関わらず、高齢者が理解できる言葉で、感染リスクを減らす方法について、明確な情報を与えて下さい。

□ 繰り返し情報を伝える

必要に応じて、情報を繰り返し伝えて下さい。

在宅または施設で看護を受けている高齢者

例：ヘルパーなどの助けを借りて自宅にいる、介護施設や老人ホーム）

□ 安全対策の整備

病院と同様に在宅や施設においても、**相互感染や過度の心配・パニックの発生を防ぐ**ために、その管理者とスタッフが、安全対策を整備していることを確認する必要があります。

□ 封鎖/隔離に伴う介護スタッフへのサポート

入居者と共に封鎖や隔離が延長され、**家族と一緒にいることができない介護スタッフ**に対しても、サポートを提供する必要があります。

IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

高齢者は、他の年齢集団と比べて
リスクの高い集団といえます。

- 高齢人口では新型コロナウイルス感染症の**死亡率が高い**
- **情報源**が限られている
- 加齢による**免疫システムの低下**

特に注意が必要な高齢者

- 一人暮らしや近親者のいない高齢者
- 社会的・経済的地位が低い人
- 認知機能の低下、認知症
- 精神的健康に問題をもつ人



Photo by Matthew Bennett on Unsplash

IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

認知症の方への配慮

□ 軽度認知障害（MCI）や認知症初期の方

その方がわかる範囲で何が起こっているのかを知らせ、**不安とストレスを和らげる**ためのサポートを提供する必要があります。

□ 中等度・重度の認知症の方

隔離された期間中ずっと、**医療的ニーズや日常生活ニーズ**に応える必要があります。

Photo by [Matthew Bennett](#) on [Unsplash](#)

IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ



感染流行前からある医療的ニーズに対応する

□既存の医療ニーズに応える

新型コロナウイルス感染症に罹患しているか否かにかかわらず、高齢者の**医療的ニーズに応える**必要があります。**適切な物資が提供**されるようにしましょう。

□医薬品の提供

糖尿病、がん、腎臓病、HIVなどの**医薬品が途切れることなく入手**できるようにしましょう。



IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

遠隔医療・オンラインサービスの活用

□ 遠隔医療サービスの環境整備

隔離期間中、レスパイトや在宅介護サービスにおいては、**在宅の家族介護者**へのトレーニングやカウンセリングのために、**テクノロジー**(ラインやスカイプ、ズームなど)を使用できるように環境を整えてください。

□ 隔離または感染者への情報提供

隔離あるいは感染した高齢者には、回復にかかわる危険因子やその見込みに関する**正しい情報**を伝えましょう。

IASC
Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会
緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

高齢者はラインなどのメッセージアプリを用いることが難しい場合もあるので注意



高齢者への情報伝達

□ 正確かつ入手しやすい情報を提供する

高齢者に、新型コロナウイルス感染症の流行や進行、治療、感染を防ぐための効果的な方策について、**正確で入手しやすい情報と事実を提供**して下さい。

□ 利用しやすい情報を提供する

(例えば、明確でシンプルな言葉や大きなフォントなど)

□ 信頼できる複数のメディアを情報源にする

効果のない健康食品の買いだめのような**不合理な行動を予防**するため、複数の信頼できるメディアから情報を得てください。

(例えば公的メディア、ソーシャルメディア、信頼できる医療情報機関など)

高齢者への情報伝達

- 高齢者に連絡する最良の方法は、**固定電話**の使用、または(可能な場合)**定期的な個人訪問**を行うことです。
- 家族や友人に、年配の親族に定期的に電話をかけて、その人に**ビデオ映像(チャット)**の使い方を教えるよう勧めて下さい。



IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

防護用品を使用する時の配慮



Photo by [Lucrezia Carnelos](#) on [Unsplash](#)

- 高齢者は、防護用品や予防方法を用いることに慣れていなかったり、それを使うことを拒否したりすることがあります。
- 防護用品の使用方法を教える時は、**明確で簡潔な言葉**で、**敬意**を払いつつ、**忍耐強く**伝える必要があります。

IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

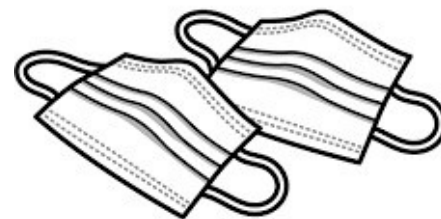
日常生活が困らないために(1)

- 高齢者は**オンラインサービスの使い方**を知らない場合がありますので、確認しましょう。
(たとえば、日用品のオンラインショッピング、ネット相談/ヘルプライン、健康管理など)



日常生活が困らないために(2)

- 高齢者に、必要な時にタクシーを呼ぶ、必需品や補給品を運んでもらう、といった**実質的な援助を得る方法を詳しく伝えて下さい。**
- 予防用資材(マスク、消毒薬など)や十分な食料品、緊急時の移送手段といった**物品の配給サービスの提供**があれば、**日常生活の不安を軽減**することができます。



IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関間常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

身体を動かす機会の提供

体の動きを維持し、退屈さを軽減するために、高齢者に自宅や隔離場所で行うことができる簡単な運動の機会を提供して下さい。



Photo by Jixiao Huang on Unsplash

IASC

Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

新型コロナウイルス感染症に対する理解は常に進んでいる一方で、その状況もまたすぐに変化しています。
新しい情報は以下を参照してください。

WHO(世界保健機構)

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

ジョンズホプキンス大学

<https://gisanddata.maps.arcgis.com/apps/opsdashboard/index.html#/bda7594740fd40299423467b48e9ecf6>

厚生労働省

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html



Inter-Agency Standing Committee

IASC 国連機関常設委員会

緊急時のメンタルヘルスと心理社会的サポート
に関するIASCグループ

本文書はversion 1.5 です。(2020年3月17日現在)
文書全体は、下記のURLからダウンロードすることができます。☞

<https://interagencystandingcommittee.org/other/interim-briefing-note-addressing-mental-health-and-psychosocial-aspects-covid-19-outbreak>

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)流行が続く間は、定期的に更新される予定です。