

# 厳選良問

～ 単純に考えても解ける問題 ～

分野

介護技術分野

出典

介護福祉士試験(第30回-問題56)

## 問題

**問題** 昼夜逆転している利用者への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 食べたい時に、食事をするように促す。
- 2 1時間以上、昼寝をするように促す。
- 3 夕方に、散歩をするように促す。
- 4 寝る直前に熱いお風呂に入るように促す。
- 5 眠くなるまで、テレビを見て過ごすように促す。

## ポイント&解答

### 資格別試験対策

社会福祉士	精神保健福祉士	介護福祉士	介護支援専門員	保育士
★★	★★	★★★	★★★	★

注) ★★★…必ず学習!!   ★★…できれば学習!   ★…余裕があれば確認   ×…学習しなくてOK

### 試験対策ポイント解説

「昼夜逆転している利用者」とあるので、「今まで学習したことがない特別な支援が必要なのか」と感じた受験生もいたかと思います。ここでは、あんまり難しく考えず「昼夜逆転＝不眠」と捉えちゃいましょう。

そうすれば、過去問題でもたびたび出題されていますので、おのずと選択肢3が「○」だということが分かります。「日中の適度な運動によって、適度な疲労感を得ておくことで、夜間の安眠につながる」というこの一文は必ず覚えておきましょう。

そのほか、安眠に向けては、規則正しい生活習慣の獲得も必要となります。この点も理解できていれば、選択肢1や選択肢5が何故「×」なのかということも分かるかと思います。

解答

3

