

2015年度

介護職員初任者研修（通学形式）実施報告

主催：東京都生活協同組合連合会

期間：2015年10月1日（木）～11月25日（水）

会場：コープみらいプラザ新中野及び会員生協介護事業所

受講者：15名

2015年度
介護職員初任者研修
東京都生活協同組合連合会

東京都生活協同組合連合会では、介護を必要とする方の生活を支える仕事に就くための実践的な介護職員の養成を目的とした「介護職員初任者研修」を実施しました。

開講式では、東京都生協連伊野瀬会長理事による記念講演「生協の理念・歴史・現状・そして未来」「助け合い支え合う社会」を行いました。生協は助け合いの組織である事や東日本大震災に於ける生協の支援、支え合う社会へ、東京の生協が目指す未来像について話され、生協への理解が深まりました。



10月1日(木)

講義

10月2日(金)



◆オリエンテーション 森美紗子さん
今回の研修の意義と進め方を配布物を基に確認をしました。

◆記念講演「生協の理念・歴史・現状・そして未来」伊野瀬十三 東京都生協連会長理事

◆多様なサービスの理解

高齢者の介護を社会全体で支え合う仕組みとして、2000年に導入された。介護保険サービス（居宅、施設）、介護保険外サービス、地域資源と連携について学びました。ICF（国際生活機能分類）に基づく支援の視点にも触れました。自己紹介も兼ね、研修に応募した動機を一人ずつ話し交流をしました。



◆介護職の仕事内容や働く現場の理解 ビデオを見ながら、ケアプランも目的は、利用者本位であり、支援はお手伝いではない事、訪問介護・認知症グループホーム、小規模多機能型居宅介護のサービス、特養、老健についても学びました。

◆自立に向けた介護

介護支援の目的は自立支援である事を学びました。ノーマライゼーションの思想を学び、WHOが定めたQOL（生活の質）の向上を目指し、ケアプランには必要な介護サービスを考慮する。出来ない事ははっきり伝える事や介護に携わって、どこで息抜きをしているか等の質問が出されました。

渡邊宏子さん
東京保健生協



齊藤恵子さん
東京保健生協介護事業部長

10月5日(月)



◆介護保険制度

最初に自己紹介と動機、“あなたが考える良い介護とは？”を出し合い、仕組みや制度を学び、「助けて！」と言える“受援力”、介護はやる側の思い込みでは成立しない事も理解しました。認知症介護者の増加もあり、その時代に応じた介護が必要な事も学びました。

◆障害者総合支援制度及びその他制度

「障害者の自立」について考えられているか、ICF（国際生活機能分類）の考え方を基に経済的、ADL訓練の最終目標は、障害者の身近自立を目標にしている事を理解し、障害者の社会参加と環境要因学びました。できない事よりできる事に目を向け、生活意欲を引き出す働きかけ（エンパワメント）について学びました。

江本淳さん
日本医療福祉生協
社会福祉士

10月6日(火)



◆人権と尊厳を支える介護

介護は一方向的にするものでなく、関係性を持っていないと出来ず、お互いの同意、やりとりがあって成り立つもので、実践的な行為であり、介護は生活を支えるものである事を学びました。高齢者や障害がある人が普通の人と同じように普通の生活ないし、その人らしく生活出来る思想（ノーマライゼーション）に基づき、バリアフリー、プライバシーの保護、QOL（生活の質）について考えました。高齢者の虐待、身体拘束について実態を交えてお話を聞き、介護職の役割を考え合い、不適切なケアは知らないうちに起きているが人間としての尊厳を傷つける行為になる事を学びました。

松本和子さん
訪問介護青い空

内田千恵子さん
日本介護福祉士会
副会長

10月8日(木)



田中邦彦さん
介護センター健生練馬

◆介護職の役割、専門性と多職種との連携

初めに、利用者が介護を受ける環境、介護の拠点である介護環境と言い、介護サービスには居宅・地域密着型・施設の3つに分けられる事とそれぞれの特徴を知り、生活の向上(QOL)を目指し、利用者、その家族と信頼関係作りが必要である事を学びました。多職種との連携が大事で安全面を優先して、サービスを提供し、情報を共有する事を学びました。

◆介護における安全の確保とリスクマネジメント

リスクマネジメントの過程は、PDCA(計画、実施、評価、改善の取り組み)サイクルであり、半永久的である。リスクマネジメント体勢の3つの柱、感染対策、環境整備や、介護現場での「ヒヤリハット!」をした事例報告書がサービスの質の向上につながる事を学びました。



柴田睦美さん
ヘルパーステーションのぞみ

◆介護職の職業倫理

「どんなヘルパーになりたいか」「来てもらうなら、どんな人に来てほしい?」を一人ずつ発表した。事例報告を見ながら、二人一組になり、気になった事や出来る事を出し合った。何故、私達がここに来ているか? ボランティアでなくプロである事を自覚し、利用者に理解してもらえない時は、事務所へ相談する事、自己判断はしない等、対応についても学びました。

◆介護職の安全

働く事の基本として、健康管理・ストレスを解消する・引きずらない又、就業に就く時は、キチンと介護者を守ってくれる事業所を選び、自分で自分を守る事の大切さを学びました。

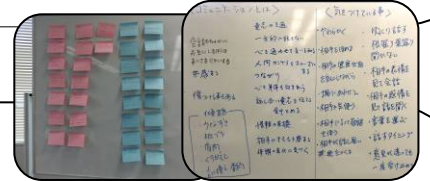
10月9日(金)



吉田道さん
ヘルパーステーション虹

◆介護におけるコミュニケーション

1) コミュニケーションって何だろう? 二人組でロールプレイを通して、コミュニケーションを通して気を付けている事を出し合い、2) コミュニケーションを取る時、何に気を付けていますか? 席をずらし相手を変えて行いました。コミュニケーションは技術! ヘルパーは五感+第六感、共感の言葉を意図的に使う、スキルを高める。介護職が相談援助を行う際、バイステックの7原則を意図的に使い、自分の価値観だけで計らない。記録の時にも相手がどう感じるかに気を付け、丁寧な字で書く事を心掛ける。介護職の守秘義務についても学びました。



◆介護におけるチームのコミュニケーション

医療と介護の連携が出来るように、伝えたい事を正確に伝える。介護の現場はチームで動いているので、常に「報告・連絡・相談」を心掛け、共通認識を持つ。報告書は、5W1H(いつ・どこで・誰が・何を・どうしたか)を正確に記述する。真実をその日のうちに、ボールペンで書く。書く事で、自分自身も守る事につながる。レスパイトケア(在宅で障害者(児)や高齢者などを介護している家族の癒しを目的にしている)についても学びました



10月13日(火)



野崎佳代子さん
日本医療福祉生協 看護師

◆老化に伴うこころとからだの変化と日常

高齢者の身体と症状、病気の理解をし、いつもと違う、気づき、観察を心掛ける。加齢により、視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚の変化が起こる。介護職は出来ないところを手助けする。注意力の変化と反応の変化が起きてくる。記憶の変化(忘却)、知能、感情、性格にも変化が起きてくる。ADL:日常生活動作の維持に努める。病気についての知識もつける必要性について学びました。お互いの脈を測りました。

◆高齢者と健康

加齢・老化に伴う生理的な変化について人の体の成り立ち、細胞・組織・器官系の変化と日常生活への影響を学びました。老化は生理的老化と病的老化に分けられる。生理的老化は、加齢に伴い誰にも必然的に起こる機能低下で病的老化は疾病により生じる老化である。高齢者に多い疾病に、メタボリックシンドロームが挙げられる。高齢者は感染症にかかりやすく、症状の変化に気付く視点を持つ事や、出来なくなった人や家族の気持ちを汲み取る配慮が必要である事を学びました。





10月15日(木)



大澤千恵子さん
グループホーム虹の家
しおかぜ

◆認知症を取り巻く状況

「住んでいる所、認知症の方と会った事がありますか？」を一人ずつ話してから講義に入りました。認知症の介護の原則は、出来る事をやらしてもらい視点を持ち、失敗体験を避け、成功体験を積み、日常生活動作や生活の質の向上に結び付けるパーソンセンタードケアを学びました。

◆医学的側面から見た認知症の基準と健康管理
先生が持参して頂いた写真を見ながら、グループホームについて学んだ。認知症の種類はたくさんあるが、日本で多いのは、アルツハイマー型認知症と脳血管性認知症である事、認知症という病気やその行動に対し、理解をする事を学びました。「物忘れ」と認知症による「記憶障害」の違いを学びました。

◆認知症に伴うこころとからだの変化と日常生活

高齢期の身体的特徴を理解し、認知機能と身体機能が密接に関係している点を理解し“ふだんの体調を整えるケア”が重要である。その人は何をしたいのか！穏やかな対応となじみの関係を築く事等を学びました。

◆家族への支援

介護負担の軽減（レスパイトケア）、認知症の受容過程での援助、認知症のケアも家族介護の場合と専門家のケアの違いを学び、家族の話を「聴く」、支援へ「つなぐ」等も大切な事に気づきました。



西村祐子さん
東京ほくと医療生協
福祉事業部 部長

10月16日(金)



黒澤秀幸さん
はちせい複合事務所
もとはち 作業療法士

◆障害の基礎的理解

障害の構造は世界保健機構が1980年に「国際障害分類（ICIDH）」が障害を機能・形態障害、能力障害、社会的不利の3つに分類したが、誤解を招く危険もあったので、2001年に「国際生活機能分類（ICF）」を発表した。ICIDHではできない面を強調し、ICFではできる面を強調している事を学びました。

◆障害の医学的側面、生活障害、心理・行動の特徴、関わり支援等の基礎的知識

ADL（日常生活動作）からQOL（生活の質）へ。インクルージョン、ノーマライゼーションについて学びました

◆家族の心理、かかわり支援の理解

障害がある家族を持った心理を受容のプロセスを通して、理解した支援と家族のQOLの向上につながる支援を心掛ける事を学びました。

◆医療との連携とリハビリテーション

リハビリテーションとは、再び人間らしく生きる事、全人間的復権、生活や生き方の再構築、維持、可能な限り自立した生活を支援する事を理解し、ノーマライゼーションの思想を学びました。老化、疾患、障害というものの捉え方、障害別のリハビリテーションの必要性を理解しました。高齢化がすすみ、在宅医療が不可欠となってくる中で、多職種が連携し、治すだけの医療から支え、寄り添い、つながる医療が求められている事がわかりました。



力石充さん
コブみらい滝野川介護センター

10月19日(月)

◆介護の基本的な考え方

介護保険法、介護予防を重視する背景や取り組み、これからの介護予防について学び、利用者さんの日頃の状態を知る事の意義をより理解しました。ICIDHとICFの違いを学び、演習では、ICFの用紙を使い、自分の1年後の目標、必要な支援を書き出す作業を行いました。

◆介護に関するこころのしくみの基礎的理解

加齢により、心や身体に様々な変化が表れ、生活に与える影響や高齢者の心理に与える影響を学びました。“私が頑張った事”の傾聴のゲームを行い、認知症のBPSD（周辺症状）、マズローの欲求の5段階と生きがについて学びました。

齊藤恵子さん
東京保健生協
介護事業部長



松本洋子さん
東京都生協連

10月20日(火)

◆介護に関するからだのしくみの基礎的理解

からだのしくみや機能を知る事で介護する人の体も守る事につながる。身体の部位は専門用語で覚える。ボディメカニクスの7原則を知り、介護への活用をする。4つのキーワードに支持基盤面・重心・てこの原理・身体の動きを揚げている等を学び、自分の脈拍、人の脈拍を取ってみました（バイタルチェック）。いつもの状態を知る事が大切になる。神経には大きく中枢神経系、末梢神経系がある事を学びました。

◆実習のオリエンテーション（事務局）



10月22日(木)



今泉由美さん
介護センター 健生

◆生活と家事

日常生活行為を継続していくうえでの基本は家事行為。介護職が行う家事支援は専門的な技術と知識によって、利用者の心身機能低下の予防や自立支援に資すること。利用者の生活歴を理解し、価値観を尊重する事、できる事に着目した支援と捉える。

◆快適な居住環境整備と介護

介護保険を利用した住宅改修、その種類、支給限度額、福祉用具等を学び、今だけでなく10年先を見越した環境作りを考えて行う事を学びました。



黒澤秀幸さん
はちせい複合事務所
もとはち作業療法士

11月10日(火)



和田素子さんヘルパー
ステーション
あさがお

◆睡眠に関するところとからだのしくみと自立に向けた介護

睡眠は生命の営みを支える基本で生活のリズムを作るもの。安眠のために環境の整備が不可欠で、実習ではベッドメイキングを行い、シワ1つでも褥瘡になる事を学びました。

◆整容に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護

日常生活を送る身だしなみを整えることを整容という。衣類の着脱介護のポイントを学び、グループに分かれて演習を行いました。



補助講師
山口友紀さん
介護センター 健生

11月11日(水)



高橋亮さん
ヘルパーステーション
虹・清瀬

◆移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護

身体が動かず、ひとつの体位でいるといろいろな弊害が起こり、血液循環が悪くなると褥瘡が出来やすくなる。さまざまな臓器機能の低下や、廃用症候群を起こしやすくなり生活能力の低下につながる。介助する時の注意点としてボディメカニクスの応用が挙げられる事を学びました。午後は、グループごとに車椅子に乗って外を歩いたり、目隠しして階段を上り下りする演習を行い、信頼関係が無いと安心して動けない事を学びました。



補助講師 上田友紀子さん
ヘルパーステーション虹・東村山



外山勝人さん
介護老人保健施設
ほくと はなみずき

11月13日(金)

◆排泄に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護

人の尊厳に関わる排泄の基礎知識、障害に合わせた排泄ケアパターンや排泄介護での大事なポイントを学びました。ベッドからポータブルトイレへの移乗を行いました。洋服の上から実際にオムツを当ててもらい、利用者の立場になって行う事の意義を身をもって知りました。



補助講師
石井桃子さん
介護老人保健施設
ほくと はなみずき

11月12日(水)



志村美登里さん 上井草
虹のヘルパーステーション

◆食事に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護

食事介助は出来ないを手助けするだけでなく、介助を通した利用者の理解につながり、食事動作の安全、食事行動の自立性を高める事を学びました。咀嚼、嚥下のメカニズムを理解し、グループになって実際に食事介助を行い、午後は口腔ケアの支援技術を学び演習を行いました。



補助講師村上和子さん
上井草 虹のヘルパー
ステーション

11月15日(日)

会場：東京保健生協 老健ひかわした
◆入浴、清潔保持に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護

入浴の持つ意味（清潔保持）と援助のポイントを学び、実際にベッド上で寝たままの洗髪を行い、ケリーパッドの存在を知り、ここでも声掛けが重要であることを学びました。入浴時の介護のポイントを学び、麻痺のある方（実習生）のサポートをし、自身も機械浴・ミスト浴を経験しました。

講師：奥野直樹さん

補助講師：土屋優実さん





11月17日(火)

及川将子さん
八王子保健生協
城山訪問看護
ステーション

◆死にゆく人に関する心とからだのしくみと終末期介護

人は必ず死を迎える。死が間近な状態を終末期(ターミナル)と呼び、終末期ケア(ターミナルケア)と言う。看取りの現状、緩和ケアの定義、高齢者の死に至る現状を学びました。終末期における家族の負担などを知り、その人に則した支援、押しつけでなく生活を支え、寄り添う介護を考えました。看取りの意味を理解し、医療と連携し「報告・連絡・相談」が大切な事を再度確認しました。「家で逝きたいのではなく、死ぬまで家で生きたい」と話された言葉に皆、納得しました。



11月18日(水)

北村博孝さん
八王子保健生協 地域リハビリ
テーションセンター

◆介護過程の基礎的理解

介護過程とは、その人の生活が成り立つよう介護、医療のバランスを考え、何が必要かを見極め、多面的な援助計画である事を学びました。PDCAサイクル、アセスメント(情報収集を正確に行い、分析する)は、関わる人が共有する。要介護と要支援の違いを学び、今まで学んだ事の復習と、ICFの考えに基づいた課題分析を行いました。



3つのグループから発表

11月24日(火)

森芙紗子さん
東京都生協連

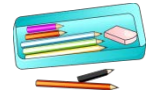


◆振り返り

全期間の講座内容を振り返り、分野ごとのポイントを押さえました。

◆就業への備えと研修終了後における継続的な研修

◆修了評価筆記試験実施



◆就職説明会◆

当日は、コープみらい助け合いの会プチトマト、東京ほくと医療生協の参加があり、具体的な活動や仕事の内容について、お話しを頂きました。



コープみらい
プチトマトの会会長
岸田まきえさん



東京ほくと医療生協
介護部長 西村裕子さん



11月19日(木)

高橋亮さん
ヘルパーステーション
虹・清瀬

◆総合生活支援技術演習

事例を基に午前中は個人でICFの視点から書き込みをし、午後はグループワークで模造紙に書き出し、発表しました。書き込みは事実だけをし、自分の考えだけでなく、いろんな人の意見を聞き、多角的に考えてみると対応に幅が出て、その人の生活が見えてくる事を学びました。

補助講師 馬木真理さん
ヘルパーステーション
虹・清瀬



10月23日～11月17日のうち2日間

都内各事業所の、ホームヘルプサービス同行実習と在宅サービス提供現場の見学実習を行いました。

11月25日(水)

修了式・懇親会



- ◆修了評価筆記試験 1名実施
- ◆模擬回答解説
- ◆修了式

15名の受講生全員が、研修の全過程を修了し修了評価筆記試験に合格して、一人ずつ修了証明書が発行されました。これまでの講座で毎回各自が書いてきた、講座のまとめが手渡されました。



受講生アンケートより ～研修を受けて～

研修を受けて、今まで気にならなかった車椅子や杖を使用した人が目に入り、気になってしまふ／学べば学ぶほど奥が深いと感じ、この仕事に就くという心構えが出来た／介護の“か”に字も知らなかった／講師の方が話す現場の現状がとても参考になった／実習に行って頭の中の知識だけではダメだと感じ、やれるかな？と不安があるが、実践あるのみ！と思えるようになった／職場で優しく接せられるようになり、利用者さんに対し見方が変わった／研修で学んだ事を何かに活かしたい／知らない人と話すのが苦手だが、この研修を通し、不安ではあるが、人と接する仕事も出来るかなと考えられるようになった／研修を受けられて良かった／チームで動く事野大切さを学んだ／この研修を受け、こらからのライフスタイルを考えるきっかけになった等、これからの向けて、前向きに捉えられる感想がたくさん出されました。

研修を終えて



介護職員初任者研修開催にあたり、7会員生協から28名の方々に講師をお願いしました。現場を良く知る講師の方々からは、介護が置かれている現状や事例について経験に基づき丁寧な講義をして頂きました。講義の中には演習や実技も含まれ、グループワークなどの話し合いも通し、利用者との関わり方やチームとの連携、コミュニケーションなども学ぶ事が出来、内容の濃い研修となりました。

また、この研修では実習は義務付けられていませんが、東京都生協連では7生協、21か所の介護事業所のご協力を得、ホームヘルプと通所サービスの実習を行いました。

受講生15名は120時間の講義と10時間の体験実習を終え、修了評価筆記試験に合格し、補講も終え、全員が修了することができました。受講生の皆さんは知識や技術を熱心に学び、欠席をして補講になった人に声を掛け合ったり、年齢層の幅が大きかった受講生でしたが、お互いを励まし合って修了式を迎えました。今後、介護現場での就業を目指したり、家庭での介護に活かしたりと、この研修で学んだ事をこれからの生活につなげていく事が期待されます。