

介護職員初任者研修カリキュラム(通信課程用)

1 職務の理解（6時間）

○到達目標・評価の基準

- ・研修に先立ち、これから介護を目指すべき、その人の生活を支える「在宅におけるケア」等の実践について、介護職がどのような環境で、どのような形で、どのような仕事を行うのか、具体的なイメージを持って実感し、以降の研修に実践的に取り組めるようになる。
- ・介護現場におけるサービス内容を把握し、高齢者に必要な社会的サービスの在り方を概説できる。
- ・利用者ニーズを把握し在宅生活を継続するための全体的なサービスを説明できる。

項目名	時間数	講義内容及び演習の実施方法
1 多様なサービスと理解	3 時間	【講義】 ・介護職が働くサービス現場にどのようなものがあるか、DVD（視聴覚教材）を活用し、介護保険サービス（居宅・施設）とそれ以外（障害者（児）サービス等）について理解する。 【演習】 ・現任者から実際の現場で働く様子を聞き、ディスカッションをおこなう。
2 介護職の仕事内容や働く現場の理解	3 時間	【講義】 ・研修に先立ち、これから介護を目指すべき、その人の生活を支える「在宅ケアにおけるケア」の実践について学ぶ。また初任者研修全体の構成と各研修科目相互の関連性の全体像をあらかじめイメージでき、以降の研修に実践的に取り組めるように理解を深める。 ・在宅や施設で求められる特有の知識や技術は、対象となる利用者のニーズについて事例で示し理解を深める。 ・DVD（視聴覚教材）を活用し、事業者がおこなうOJTを通して実践的・継続的に知識や技術を習得していくことを理解する。 【演習】 ・現任者から実際の現場で働く様子を聞き、ディスカッションをおこなう。
合計	6時間	

2 介護における尊厳の保持・自立支援（9時間）

○到達目標・評価の基準

・介護職が、利用者の尊厳のある暮らしを支える専門職であることを自覚し、自立支援、介護予防という介護・福祉サービスを提供するにあたっての基本的視点及びやってはいけない行動例を説明できる。

・介護の目標や基本的介護展開について、尊厳の保持、ＱＯＬ、ノーマライゼーション、自立支援の考え方を取り入れ概説できる。

・虐待の定義や身体拘束、利用者の尊厳の保持や、プライバシーの配慮について基本的なポイントを列挙できる

項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
1 人権と尊厳を支える介護	4時間	1 時間	3時間	【講義】 ・介護職が利用者の尊厳ある暮らしを支える専門職であることを自覚し、高齢者の尊厳・自立支援・人格尊重義務を理解する。 ・尊厳を支えるケアについて具体的な事例を示して理解を深める。 《添削課題出題のポイント》 ・介護の目標や展開、尊厳の保持、ＱＯＬ、ノーマライゼーション、自立支援の考え方についての理解について。
2 自立に向けた介護	5時間	1 時間	4時間	【講義】 ・自立支援・介護予防について具体的な事例を示しながら基本的知識の習得と理解を深める。 【演習】 ・具体的な事例を通して、介護サービスの社会的役割、ＱＯＬやノーマライゼーションやサービス提供に必要な自立支援についておおまかに理解し、事例検討をおこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・尊厳の保持・ＱＯＬ・ノーマライゼーション・自立支援の考え方の理解について。
合計	9時間	2時間	7時間	

3 介護の基本（6時間）

○到達目標・評価の基準

- ・介護職に求められる専門性と職業倫理の必要性に気づき、職務におけるリスクとその対応策のうち重要なものを理解している。
- ・介護を必要としている人の個別性を理解し、その人の生活を支えるという視点から支援を捉える事ができる。
- ・介護の目指す基本的なものは何かを概説でき、家族による介護と専門職による介護の違い、介護の専門性について列挙できる。
- ・介護職として共通基本的な役割とサービスごとの特性、医療・看護との連携の必要性について列挙できる。
- ・介護職の職業倫理の重要性を理解し、介護職が利用者や家族等と関わる際の留意点について、ポイントを列挙できる。
- ・生活支援の場で出会う典型的な事故や感染、介護における主要なリスクを列挙できる。
- ・介護職におこりやすい健康被害や受けやすいストレス、またそれらに対する健康管理、ストレスマネジメントのあり方、留意点等を列挙できる。

項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
1 介護職の役割、専門性と多職種との連携	2時間	1時間	1. 時間	【講義】 ・介護環境の特徴について、訪問介護と施設介護サービスの違い、地域包括ケアのしくみと視点、介護従事者の役割について理解を深める ・介護に関わる職種について、多職種連携、チームケア、チームアプローチの必要性、福祉・保健医療専門職の機能と役割を具体的な事例を示しながら、ケア者としての在り方についてイメージを持つ。 【演習】 ・事例に基づき、介護職としての専門性、他職種との連携について、グループワークをおこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・介護職としての共通の基本的な役割とサービスごとの特性、医療看護との連携の必要性について。
2 介護職の職業倫理	1時間	0.5時間	0.5時間	【講義】 ・介護職としての倫理観の必要性について倫理性が求められる具体的な事例を示しながら理解を深める。 《添削課題出題のポイント》 ・介護職の職業倫理の重要性を理解し、介護職が利用者や家族等と関わる際の留意点について。

3 介護における安全の確保とリスクマネジメント	2時間	1時間	1時間	【講義】 ・生活支援の場で起こりえる事故や感染、介護における主要なリスクを理解し、介護職自身の心身の健康管理についても理解する。実際のヒヤリハット事例を示し、具体的なイメージが持てるように理解を深める。 【演習】 ・自宅内や屋外、公共施設等で想定される高齢者や障害者の係る事故や感染の防止策についてグループワークをおこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・生活の場で出会う典型的な事故や感染、介護における主要なリスクについて。
4介護職の安全	1時間	0.5時間	0.5時間	【講義】 ・介護職の健康管理とストレスマネジメントについて理解を深める。腰痛予防、感染対策、手洗いの基本などの資料を基に説明し理解を深める 【演習】 ・事例や資料に基づき、確実な手洗いの演習を行う。腰痛予防体操を行い自己管理のありかたを学ぶ。 《添削課題出題のポイント》 ・介護職に起こりやすい健康障害やストレス、それに対する腰痛などの健康管理ストレスマネジメントについて。 ・生活の場で出会う典型的な事故について。
合計	6時間	3時間	3時間	

4 介護・福祉サービスの理解と医療との連携（9時間）

○到達目標・評価の基準

- ・ 介護保険制度や障害福祉制度を担う一員として最低限知っておくべき制度の目的、サービス利用の流れ、各専門職の役割・責務について、その概要のポイントを列挙できる。
- ・ 生活全体の支援のなかで介護保険制度の位置づけを理解し、各サービスや地域支援の役割について列挙でき、介護保険制度や障害者福祉制度の理念、介護保険制度の財源構成と保険料負担の大枠について列挙できる。
- ・ ケアマネジメントの意義について概説でき、代表的なサービスの種類と内容、利用の流れについて列挙できる。
- ・ 高齢障害者の生活を支えるための基本的な考え方を理解し、代表的な障害者福祉サービス、権利擁護や成年後見の制度の目的、内容について列挙できる。
- ・ 医行為の考え方、一定の要件のもとに介護福祉士制度等が行う医行為などについて列挙できる。

項目名	時間数	通学 時間数	通信 時 間 数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
1介護保険制度	3 時間	1時間	2時間	【講義】 ・ 介護保険制度について、そのしくみを理解する。 介護保険制度創設の背景及び目的、動向やケアマネジメント、予防重視型システムへの転換、地域包括支援センターの設置、地域包括ケアシステムの推進について、資料を活用しながら理解する。 ・ 仕組みの基礎的理解、保険制度としての基本的仕組み、介護給付と種類、予防給付、要介護認定の手順や制度を支える財源、組織・団体の機能と役割について理解する。 【演習】 ・ グループワークにて、生活全体の支援のなかで介護保険制度における各サービスや地域支援の役割について検討し、サービスの組み立てを考えながらグループワークを行う ≪添削課題出題のポイント≫ ・ ケアマネジメントの意義について概説でき、代表的なサービスの種類と内容、利用の流れについて。 ・ 生活支援全体の中で介護保険制度の位置付を理解し、各サービスや地域支援の役割について ・ 保険財源構想と保険料負担の大枠について

2 医療との連携とリハビリテーション	3 時間	1 時間	2 時間	【講義】 ・ 医行為について、その考え方と業務の内容について理解する。介護職の業務、医行為の考え方、介護職が行える医行為について理解し、医療行為を行っている現場の実例を示しながら、その必要性とリスクについて理解する。 ・ 訪問看護をはじめ医療と介護の連携について、さまざまなサービスや多職種、関係機関との連携について事例を通じて理解する。 ・ リハビリテーションについて、理念・過程・専門職の役割を理解する。 【演習】 ・ 看護や医療との連携において支えている利用者の事例に伴い、連携の重要性や必要性を理解できるようグループワークを行う。 《添削課題出題のポイント》 ・ リハビリテーションの意義について概説でき急性期、回復期、維持期などにおける位置づけについて
3 障害福祉制度およびその他制度	3 時間	1 時間	2 時間	【講義】 ・ 障害者福祉制度の理念や障害の概念、 I C F について理解を深め、そのしくみを理解する。 ・ 個人の権利を守る制度について、個人情報保護法、成年後見制度、日常生活自立支援制度、虐待防止法などについて専門的な資料を活用し理解を深める。 【演習】 ・ 障害福祉制度を利用されている利用者の事例に基づき、グループワークを行う。介護保険制度と障害者支援の違いを理解し、若年障害者(児)に対するサービスの在り方についてグループワークを行う。 《添削課題出題のポイント》 ・ I C F やエンパワメントの理解と、代表的な障害福祉サービス、権利擁護や成年後見制度の目的や内容について。
合計	9 時間	3 時間	6 時間	

5 介護におけるコミュニケーション技術（6時間）

○到達目標・評価の基準

- ・高齢者や障害者のコミュニケーション能力は一人ひとり異なることと、その違いを認識してコミュニケーションを取ることが専門職に求められていることを認識し、初任者として最低限の取るべき（取るべきでない）行動例を理解している。
- ・共感、受容、傾聴的態度、気づきなど、基本的なコミュニケーション上のポイントについて列挙でき、家族が抱きやすい心理や葛藤の存在と介護における相談援助技術の重要性を理解し、介護職としてもつべき視点を列挙できる。
- ・言語、視覚、聴覚障害者とのコミュニケーション上の留意点を列挙できる。
- ・記録の機能と重要性に気づき、主要なポイントを列挙できる。

項目名	時間数	通学 時間数	通信 時 間 数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
1 介護におけるコミュニケーション	3 時間	1.5時間	1.5時間	【講義】 ・様々な現場におけるコミュニケーションの目的や共感・受容・傾聴的態度等のポイントや言語的・非言語的なコミュニケーションの特徴を理解する。 ・利用者やご家族とのコミュニケーションのありかたについて事例を示し理解を深める。 【演習】 ・様々なケース（失語症、視覚・聴力障害者、講音障害、認知症、家族）を提示し、ロールプレイにてコミュニケーションの取り方を模倣的におこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・共感・受容・傾聴的態度、気づきなど、基本的なコミュニケーション上のポイントについて。 ・言語、視覚、聴覚障害者とのコミュニケーションについて。 ・認知症や終末期など、それぞれ利用者の置かれている状況におけるコミュニケーションについて。

2介護におけるチームのコミュニケーション	3 時間	1.5 時間	1.5 時間	【課題】 ・ 記録の意義や目的、情報の共有化、会議カンファレンスの重要性を理解し、記録の際の観察ポイントや介護計画との整合性を学び、チームケアを意識した連携の必要性を理解する。 ・ 実際の記録を参照しながらチームケアの視点を理解する。 【演習】 ・ チームケアの重要性と記録の必要性について、具体的な事例を示しグループワークにて検討、意見交換を行う。実際の事例から記録を作成しグループワークで議論する。 《添削課題出題のポイント》 ・ 記録の機能と重要性に気づき、介護職に求められる経過記録の在り方について。 ・ 肯定的、否定的コミュニケーションについて。
合計	6 時間	3 時間	3 時間	

6 老化の理解（6時間）

○到達目標・評価の基準

- ・加齢・老化に伴う心身の変化や疾病について、生理的な側面から理解することの重要性に気づき、自らが継続的に学習すべき事項を理解している。
- ・加齢・老化に伴う生理的な変化や心身の変化・特徴、社会面、身体面、精神面、知的能力面などの変化に着目した心理的特徴について列挙できる。
- ・高齢者に多い疾病の種類と、その症状や特徴及び治療・生活上の留意点、及び高齢者の疾病による症状や訴えについて説明できる。

項目名	時間数	通学 時間数	通信 時 間 数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
1 老化に伴うこころとからだの変化と日常	3 時間	1.5 時間	1.5 時間	【講義】 ・加齢・老化に伴う生理的な変化や疾病、社会面、精神面、知的能力面の変化に伴う心理的特長を理解する。 ・こころとからだの変化について観察の視点を学び、事例を示し日常生活の影響について理解する。 【演習】 ・グループワークにて加齢・老化に伴う生理的な変化や身体的な変化を出し合いまとめて報告しあう。 疑似体験セット（白内障、視野狭窄、片麻痺）を装着し、実際に体験する。 《添削課題出題のポイント》 ・加齢、老化に伴う生理的な変化や心身の変化と特徴、社会面や身体精神面、知的能力面などの変化に着目した心理的特徴について。 ・老化に伴う皮膚器官の変化と日常生活の影響について。

2 高齢者と健康	3 時間	1.5 時間	1.5 時間	【講義】 ・ 高齢者の疾病と生活上の留意点を理解し、身体的 ・ 精神的機能の変化と日常生活への影響について理解し、高齢化に伴う健康の在り方について事例を示し理解を深める。 【演習】 ・ 高齢者の症状では、どんなことが予想できるかをグループワークで出し合う。 ・ 高齢者に多い病気を出し合い、予想される日常生活上の留意点を話し合う。 《添削課題出題のポイント》 ・ 高齢者に多い疾病の種類と症状、特徴と治療や生活上の留意点について ・ 筋肉運動系の変化について ・ 褥瘡や脳梗塞、老年期のうつ症状について ・ 老化に伴う感染症について
合計	6 時間	3 時間	3 時間	

7 認知症の理解（6時間）

○到達目標・評価の基準

- ・介護において認知症を理解することの必要性に気づき、認知症の利用者を介護する時の判断の基準となる原則を理解している。
- ・認知症ケアの理念や利用者中心というケアの考え方について概説できる。
- ・健康な高齢者の「物忘れ」と、認知症による記憶障害の違いについて理解でき、認知症の中核症状と行動・心理症状（BPSD）の基本的特性、およびそれに影響する要因を列挙できる。
- ・認知症の心理・行動のポイント、認知症の利用者への対応、コミュニケーションのとり方、および介護の原則について列挙できる。
- ・若年性認知症の特徴について理解し家族の気持ちや家族が受けやすいストレスについて説明できる。
- ・認知症の利用者の生活環境の意義やそのあり方について、主要なキーワードを列挙できる。
- ・認知症の利用者とのコミュニケーション（言語、非言語）の原則、ポイントについて理解でき、具体的な関わり方（良い関わり方、悪い関わり方）を概説できる。
- ・家族の気持ちや、家族が受けやすいストレスについて列挙できる。

項目名	時間数	通学 時間数	通信 時 間 数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
1 認知症を取り巻く状況	1 時間	0.5 時間	0.5 時間	【講義】 ・認知症ケアの理念、利用者中心というケアの考え方について理解する。医学的側面からみた認知症の基礎と健康管理「できること」に着目しケアの視点を理解する。 ・パーソンセンタードケアの考え方を学び、事例を示し理解を深める。 【演習】 ・グループワークにて、認知症に伴う心理的症状を出し合い、その症状に対しての接し方について討議をおこなう。また認知症ケアにおける日常生活と健康管理の重要性について事例検討をおこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・認知症ケアの理念や利用者を中心というケアの考え方について

2 医学的側面から見た認知症の基礎 と健康管理	2時間	1時間	1時間	【講義】 ・ 認知症の概念、認知症の原因疾患とその病態、原因疾患別ケアのポイント、健康管理について理解する。もの忘れとの違い、脱水・便秘・低栄養・低運動の防止、口腔ケア、薬物療法などについて医学的な事例に基づいて理解を深める。 【演習】 ・ 生活環境の調整によって認知症に伴う行動・心理症状（BPSD）が改善した事例を通して、生活環境のあり方について討議・理解する。 《添削課題出題のポイント》 ・ 認知症の初期症状と薬物療法について ・ 行動と心理、BPSDに対する理解について ・ 尊厳に配慮した日常生活の支援について
3 認知症に伴うこころとからだの 変化と日常生活	2時間	1時間	1時間	【講義】 ・ 認知症の人の生活障害、心理・行動の特徴について、具体的な事例を示しながら理解を深める。 ・ 認知症利用者への対応について、具体的な事例を示しながら理解を深める。 【演習】 ・ 認知症によりこころとからだへの変化が著しい利用者の具体的な事例を示しグループワークにより検討 ・ 意見交換を行う。認知症高齢者が地域の中でその人らしく生活できるための支援が具体的にイメージできるようにする。 《添削課題出題》 ・ 認知症の心理、行動のポイント、認知症利用者への対応、コミュニケーションの取り方など介護の原則について。 ・ 若年性認知症の理解について ・ 尊厳を持った介護の関わりについて
4 家族への支援	1時間	0.5時間	0.5時間	【講義】 ・ 認知症の家族を持つ家族への支援について、家族の受容過程における支援や関わり方、介護負担の軽減の方法を理解する。 《添削課題出題のポイント》 ・ 家族の気持ちや、家族が受けやすいストレスについて
合計	6時間	3時間	3時間	

8 障害の理解（3時間）

○到達目標・評価の基準

- ・ 障害の概念と I C F、障害福祉の基本的な考え方について理解し、介護における基本的な考え方について理解している。
- ・ 障害の概念と I C Fについて概説でき、各障害の内容・特徴及び障害に応じた社会支援の考え方について列挙できる。
- ・ 障害の受容プロセスと基本的な介護の考え方について列挙できる。

項目名	時間数	通学 時間数	通信 時 間 数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
1 障害の基礎的理解	1 時間	0.5時間	0.5時間	【講義】 ・ 障害の概念と I C F、障害福祉の基本的な考え方について理解し、介護における基本的な考え方について理解できる。障害の医学的側面、生活障害、心理・行動の特徴かわり支援等の基本的知識を習得する。 ・ 高齢者介護と障害の特性の違いを念頭に置きながら障害の特性の理解を深める。 【演習】 ・ 模擬体験セットを使い、片麻痺や全盲・弱視、聴覚障害を体験する。 ・ 身体・知的・精神障害者との関わり支援について予測される症状と対応例についてグループディスカッションをおこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・ 障害の概念と I C F、社会支援の考え方について

2 障害の医学的側面、生活障害、心理・行動の特徴、かかり支援等の基礎的知識	1時間	0.5時間	0.5時間	【講義】 ・ 障害について、介護における留意点と障害の受容過程を理解する。視覚障害、聴覚・平衡機能障害、音声・言語・咀嚼機能障害、肢体不自由、内部障害などの事例を示し理解を深める。 ・ 知的障害についての定義や知的障害者への支援における事例を示し理解を深める ・ 精神障害について、種類と介護における留意点を理解し、特徴的な統合失調症、気分障害、アルコール依存症、高次脳機能障害、発達障害などについて事例を示し理解を深める。 【演習】 ・ 模擬体験セットを使い、片麻痺や全盲・弱視、聴覚障害を体験する。 ・ 身体・知的・精神障害者との関わり支援について予測される症状と対応例についてグループディスカッションをおこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・ 平衡機能障害、肢体不自由、難病への理解、知的障害、統合失調症などへの理解について。
3 家族の心理、かかり支援の理解	1時間	0.5時間	0.5時間	【講義】 ・ 家族への支援について、障がい者（児）家族の心理、障害受容における支援の関わり方、介護負担の軽減の方法を理解する。 《添削課題出題のポイント》 ・ 障害の受容のプロセスと基本的な看護の考え方について
合計	3時間	1.5時間	1.5時間	

9 こころとからだのしくみと生活支援技術（75時間）

○到達目標・評価の基準

- ・介護技術の根拠となる人体の構造や機能に関する知識を習得し、安全な介護サービスの提供方法等を理解し、基礎的な一部または全介助等の介護が実施できる。
- ・尊厳を保持し、その人の自立及び自律を尊重し、持てる力を発揮してもらいながらその人の在宅・地域等での生活を支える介護技術や知識を習得する。
- ・主だった状態像の高齢者の生活の様子をイメージでき、要介護度等に応じた在宅・施設等それぞれの場面における高齢者の生活について列挙できる。
- ・要介護度や健康状態の変化に沿った基本的な介護技術の原則（方法、留意点、その根拠等）について概説でき、生活の中の介護予防、および介護予防プログラムによる機能低下の予防の考え方や方法を列挙できる。
- ・利用者の身体の状態に合わせた介護、環境整備についてポイントを列挙できる。
- ・人の記憶の構造や意欲等を支援と結びつけて概説できる。
- ・人体の構造や機能が列挙でき、何故行動が起こるのかを概説できる。
- ・家事援助の機能と基本原則について列挙できる。
- ・装うことや整容の意義について概説でき、指示や根拠に基づいて部分的な介護を行うことができる。
- ・体位変換と移動・移乗の意味と関連する用具・機器やさまざまな車いす、杖などの基本的使用方法を概説でき、体位変換と移動・移乗に関するからだのしくみが理解され、指示に基づいて介助を行うことができる。
- ・食事の意味と食事を取り巻く環境整備の方法が列挙でき、食事に関するからだのしくみが理解され、指示に基づいて介助を行うことができる。
- ・入浴や清潔の意味と入浴を取り巻く環境整備や入浴に関連した用具を列挙でき、入浴に関するからだのしくみが理解され、指示に基づいて介助を行うことができる。
- ・排泄の意味と排泄を取り巻く環境整備や関連した用具を列挙でき、排泄に関するからだのしくみが理解され、指示に基づいて介助を行うことができる。
- ・睡眠の意味と睡眠を取り巻く環境整備や関連した用具を列挙でき、睡眠に関するからだのしくみが理解され、指示に基づいて介助を行うことができる。
- ・ターミナルケアの考え方、対応のしかた・留意点、本人・家族への説明と了解、介護職の役割や他の職種との連携（ボランティアを含む）について、列挙できる。

Ⅰ 基本知識の学習	項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
	1 介護の基本的な考え方	3.5時間	2時間	1.5時間	【講義】 ・主だった状態像の高齢者の様子をイメージでき、要介護等に応じた在宅・施設等における高齢者の生活について理解する。 ≪添削課題提出のポイント≫ ・介護予防プログラムや機能低下予防の考え方を理解し、ICFについて学ぶ

	2 介護に関するこころのしくみの基礎的知識	3.5時間	2時間	1.5時間	【講義】 ・学習と記憶の基礎知識、感情と意欲の基礎知識の習得。 ・個人の生きがい、老化や障害を受け入れる適応行動とその阻害要因、こころの持ち方が行動に与える影響、からだの状態がこころに与える影響について、事例をもとに理解を深める。 【演習】 ・生きがいと老化や障害について、具体的な事例を示しグループワークにて検討・意見の共有により理解を深める。共感的理解の視点が持てるよう学ぶ。 《添削課題出題のポイント》 ・意欲向上や生きがいづくりに関する支援のありかたや、価値観、人生観について
	3 介護に関するからだのしくみの基礎的理解	3時間	2.5時間	0.5時間	【講義】 ・からだのしくみに関する基礎知識の習得。（人体の各部の名称と動き、骨・関節・筋に関する知識、ボディメカニクスの活用、中枢神経系と体性神経に関する知識、自律神経と内部器官に関する知識） ・こころとからだを一体的に捉える、利用者の様子の普段との違いに気づく視点について、具体的な事例を示しながら理解を深める。 【演習】 ・ボディメカニクスについてDVDでの視聴後、受講生が実際に身体を動かしながら実習し理解する。またバイタルチェックをロールプレイでおこなう。 《添削課題出題のポイント》 ・人体の構造や機能、行動について中枢神経や自律神経について理解できるようにする。 ・介護予防プログラムの考え方や身体の基本動作について

Ⅱ生活支援技術の講義・演習	4 生活と家事	3 時間	3 時間	【講義】 ・家事援助の機能・基本原則を学び多様な生活習慣を尊重することを理解する。また予防的な対応を重視する支援を通して利用者の自立を支援することを理解する。 【演習】 ・居室内をイメージした設定の中で、家事援助（調理、掃除、洗濯、裁縫「ボタン付け」）を実際におこなう。
	5 快適な居住環境整備と介護	3.5時間	3.5時間	【講義】 ・利用者の身体に合わせた環境整備のポイントを理解する。特に家庭内で多い事故について、高齢者や障害者の行動特性を理解し、動線に沿って事故防止が工夫できるよう学ぶ。 【演習】 ・住宅改修や福祉用具について資料を参照しながらグループワークし、実際に見て利用してみる。
	6 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	6.5時間	6.5時間	【講義】 ・整容の意義について具体的に理解し、衣類着脱の介護原則を理解する。 【演習】 ・衣類の着脱介助を実際におこなう。座位、立位・臥位や上下衣（かぶり、前ボタン等）関節の障害や麻痺がある場合などを想定しおこなう。身だしなみの整え方についてロールプレイで実践する。 【実習】（1 時間） 指定実習施設において整容に関連した介護現場を見学し実際の介助を体験する。

7 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	6.5時間	6.5時間	【講義】 ・利用者と介護者の双方が安全で安楽な方法を、体位として在位・端座位・長座位の各種について理解し、寝返りや起き上がり・麻痺のある場合の自力動作の流れを理解する。 【演習】 ・杖を使用しての歩行や、車イス介助をロールプレイで実践する。 ・実際に車いすやベッドを利用し、一連の移乗介助と、車への移動移乗介助をロールプレイで実践する 【実習】（1時間） 指定実習施設において移動移乗に関連した介護現場を見学し実際の介助を体験する。
8 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	6.5時間	6.5時間	【講義】 ・食事に関する基礎知識、食事環境の整備をおこなう食事に関した弊害（低栄養・脱水・誤嚥性肺炎の予防等）を習得し、口腔ケアや食事摂取の介助方法を学ぶ。 【演習】 ・実際の口腔ケア、食事介助（体位の違い、麻痺の有無）をケースごとおこなう。また自助具や食器等の工夫をされたものを利用し、身体状況に応じた配慮をおこないロールプレイをする。 【実習】（1時間） 指定実習施設において食事に関連した介護現場を見学し実際の介助を体験する。
9 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	6.5時間	6.5時間	【講義】 ・入浴・清潔の意味を理解し、入浴に関するからだの仕組みについて理解する。また羞恥心や遠慮への配慮を理解する。 【演習】 ・模擬入浴、模擬シャワー浴、身体清拭、陰部洗浄、足浴、手浴、洗髪、洗面、目、鼻腔、耳、爪の清潔、整髪、ひげそりをロールプレイでおこなう。 【実習】（1時間） 指定実習施設において入浴・清潔に関連した介護現場を見学し実際の介助を体験する。

10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	6.5時間	6.5時間	【講義】 ・排泄の意味、排泄に関するからだの仕組みについて理解し、失禁等プライバシー保護・羞恥心についての配慮ができるようにする。 【演習】 ・トイレ・ポータブルトイレ、便器・尿器、おむつを使用しロールプレイをおこなう。また紙おむつについては、受講生に配布し、自宅へ持ち帰り臥位にて、実際に排尿する体験をしてもらう。そのことでおむつを使うことでの体感（臥位でおこなう場合の残尿感や排泄後の湿潤状態）をおこない、グループワークにて報告、討議する。 【実習】（1時間） 指定実習施設において排泄に関連した介護現場を見学し実際の介助を体験する。
11睡眠に関連したところ とからだのしくみと自立に 向けた介護	6.5時間	6.5時間	【講義】 ・睡眠に関する基礎知識、さまざまな睡眠環境と用具の活用、快い睡眠を阻害するところとからだの要因を理解できる。 【演習】 ・寝具の整え方（ベッドメイキング、シーツ交換、リネン類のたたみ方）について実際におこなう。安楽な睡眠体制や環境をグループ討議で議論する。
12死にゆく人に関連した ところとからだのしくみと 終末期介護	6.5時間	6.5時間	【講義】 ・終末期におけるターミナルケアの考え方、終末期に現れる変化を理解する。また家族に対するケアについて学ぶ。 【演習】 ・「死にゆくこと」「終末期に望んだ場所で過ごすこと」「在宅と施設での終末期課程」「看取りの意義・目的」「ＱＯＬ」についてグループワークをおこなう。 ・身体へのマッサージ、エンゼルケアをロールプレイでおこなう。

Ⅲ生活支援技術演習	1 3 介護過程の基礎的理解	6.5時間	6.5時間		【講義】 ・介護過程の目的・意義・展開について基礎的な理解をする。 【演習】 ・事例を通してアセスメント・介護計画の案、援助内容の策定、モニタリングを通じて再アセスメントまでの過程をグループワークでおこなう。
	1 4 総合生活支援技術演習	6.5時間	6.5時間		【演習】 ・生活の各場面での介護について、ある状態像の利用者を想定し、一連の身体介護および生活支援を提供する流れの理解と技術の習得、利用者の心身の状況にあわせた介護を提供する視点の習得を目指す。介護技術チェックリストを用い到達の評価を行う。 ○事例提供を行い、グループで必要なサービスを手順に基づいて演習する。 ①事例－清拭・身体保清・環境整備が必要な事例 ②事例－意思疎通困難な認知症事例・共に行う家事 ③事例－車イス介助・排泄介助が必要な事例等の事例を提供し、演習を行う。
	合計	75時間	71.5時間	3.5時間	

10 振り返り（4時間）

○到達目標・評価の基準

- ・研修全体を振り返り、本研修を通じて学んだことについて再確認を行うとともに、就業後も継続して学習・研鑽する姿勢の形成、学習課題の認識をはかる。

項目名	時間数	講義内容及び演習の実施方法
1. 振り返り	3時間	【講義】 ・研修を通して学んだこと、今後継続して学ぶべきことの再確認。 ・視聴覚教材を活用して、「利用者の生活の拠点に共に居る」という視点に基づいて介護職の仕事内容や働く現場等について、具体的イメージを持つ。 【演習】 ・根拠に基づく介護についての要点（利用者の状態像に応じた介護と介護課程、身体・心理・社会面を総合的に理解するための知識の重要性、チームアプローチの重要性等）について、全研修を振り返りながらグループ討議を行う。グループワークにおいて共有し要点の再確認をする。
2. 就業への備えと研修修了後における継続的な研修	1時間	【講義】 ・継続的に学ぶべきこと、研修修了後における継続的な研修について、具体的にイメージができるような事業所等における事例（OFF-JT、OJT）を紹介しながら、研修継続の必要性について理解を深める。 【演習】 ・就業に向けての備えを自己覚知し、グループワークにおいて総合的に振り返りを行う。介護職として今後学ぶべき継続教育の視点をもてるよう議論しまとめる。
合計	4時間	
全カリキュラム合計時間		130時間