

研 修 区 分 表

平成 31(2019)年4月 19 日作成

科目・教科	研修時間				到達目標・講義の内容・演習の実施方法 実習実施内容・通信学習課題の概要等
	通 学	通 信	実 習	計	
1 職務の理解 (6 時間)	6	—	—	6	《到達目標》 これからの介護が目指すべき、その人の生活を支える「在宅ケアにおけるケア」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する。
(1) 多様なサービスの理解	3	—	—	3	《講義内容》 ●介護保険サービス(居宅、施設) ●介護保険外サービス
(2) 介護職の仕事内容や働く現場の理解	3	—	—	3	《講義内容》 ●居宅、施設の多様な働く現場におけるそれぞれの仕事内容 ●居宅、施設の実際のサービス提供現場の具体的なイメージ ●ケアプランの位置付けに始まるサービスの提供に至るまでの一連の業務の流れとチームアプローチ・他職種、介護保険外サービスを含めた地域の社会資源との連携 《演習内容》 ●グループワークで介護職のイメージを話し合い、仕事の内容を理解する。
2 介護における尊厳の保持・自立支援(9時間)	9	—	—	9	《到達目標》 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およびやってはいけない行動例を理解する。
(1) 人権と尊厳を支える介護	4	—	—	4	《講義内容》 ●人権と尊厳の保持 ①個人としての尊重 ②アドボカシー ③エンパワメントの視点 ④「役割」の実感 ⑤尊厳のある暮らし ⑥利用者のプライバシーの保護 ●ICF:介護分野におけるICF ●QOL:①QOLの考え方②生活の質 ●ノーマライゼーション:ノーマライゼーションの考え方 ●虐待防止・身体拘束禁止 ①身体拘束禁止 ②高齢者虐待防止法 ③高齢者の養護者支援 ●個人の権利を守る制度の概要 ①個人情報保護法 ②成年後見制度 ③日常生活自立支援事業 《演習内容》 ●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た介護の目標や展開についてグループ討議等で理解を深める。

(2) 自立に向けた介護	3	—	—	3	《講義内容》 ●自立支援 ①自立・自律支援 ②残存能力の活用 ③動機の欲求 ④意欲を高める支援 ⑤個別性／個別ケア ⑥重度化防止 ●介護予防 介護予防の考え方
(3) 人権に関する基礎知識	2	—	—	2	《講義》 ①人権に関する基本的な知識、同和問題等
3 介護の基本(6時間)	10	—	—	10	《到達目標》 ●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する。 ●介護を必要としている人の個性を理解し、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ようになる。
(1) 介護職の役割、専門性と多職種との連携	2	—	—	2	《講義内容》 ●介護環境の特徴の理解 ①訪問介護と施設介護サービスの違い ②地域包括ケアの方向性 ●介護の専門性 ①重度化防止・遅延化の視点 ②利用者主体の支援姿勢 ③自立した生活を支えるための援助 ④根拠のある介護 ⑤チームケアの重要性 ⑥事業所内のチーム ⑦多職種から成るチーム ●介護に関わる職種 ①異なる専門性を持つ多職種の理解 ②介護支援専門員 ③サービス提供責任者 ④看護師等とチームとなり利用者を支える意味 ⑤互いの専門職能力を活用した効果的なサービスの提供 ⑥チームケアにおける役割分担
(2) 介護職の職業倫理	1	—	—	1	《講義内容》 ●職業倫理 ①専門職の倫理の意義 ②介護の倫理(介護福祉士の倫理と介護福祉士制度等) ③介護職としての社会的責任 ④プライバシーの保護・尊重 《演習内容》 ●事例を基に、介護職としての社会的責任、姿勢について、グループ討議を通して理解を深める。

(3) 介護における安全の確保と リスクマネジメント	4	—	—	4	《講義内容》 ●介護における安全の確保 ①事故に結びつく要因を探り対応していく技術 ②リスクとハザード ●事故予防、安全対策 ①リスクマネジメント(よりよい介護現場を目指して) ②分析の手法と視点 ③事故に至った経緯の報告(家族への報告、市町への報告等) ④情報の共有 ●感染対策 ①感染の原因と経路(感染源の排除、感染経路の遮断) ②「感染」に対する正しい知識 《演習内容》 ●応急手当の実際・一次救命処置の流れを演習により理解を深める。
(4) 介護職の安全	3	—	—	3	《講義内容》 ●介護職の心身の健康管理 ①介護職の健康管理が介護の質に影響 ②ストレスマネジメント ③腰痛の予防に関する知識 ④手洗い・うがいの励行 ⑤手洗いの基本 ⑥感染症対策 《演習内容》 ●感染症対策を踏まえた手洗い、うがい等を演習により理解を深める。
4 介護・福祉サービスの理解と 医療との連携(9 時間)	10	—	—	10	《到達目標》 介護保険制度や障害者総合支援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ようになる。
(1) 介護保険制度	3	—	—	3	《講義内容》 ●介護保険制度創設の背景および目的、動向 ①ケアマネジメント ②予防重視型システムへの転換 ③地域包括支援センターの設置 ④地域包括ケアシステムの推進 ●仕組みの基礎的理解 ①保険制度としての基本的仕組み ②介護給付と種類 ③予防給付④要介護認定の手順 ●制度を支える財源、組織、団体の機能と役割 ①財政負担 ②指定介護サービス事業者の指定 《演習内容》 ●介護サービスや地域支援の役割など、その流れについてグループ討議の中で、理解を深めていく。

(2) 医療との連携と リハビリテーション	4	—	—	4	《講義内容》 ①医行為と介護 ②訪問看護 ③施設における看護と介護の役割・連携 ④リハビリテーションの理念 《演習内容》 ●リハビリテーション医療と介護の連携についてグループ討議の中で重要性を探る。
(3) 障害者総合支援制度 およびその他制度	3	—	—	3	《講義内容》 ●障害者福祉制度の理念 ①障害の概念 ②ICF(国際生活機能分類) ●障害者総合支援制度の仕組みの基礎的理解 介護給付・訓練等給付の申請から支給決定まで ●個人の権利を守る制度の概要 ①個人情報保護法 ②成年後見制度 ③日常生活自立支援事業
5 介護における コミュニケーション技術	6	—	—	6	《到達目標》 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)行動例を理解させる。
(1) 介護におけるコミュニケ ーション	3	—	—	3	《講義内容》 ●介護におけるコミュニケーションの意義、目的、役割 ①相手のコミュニケーション能力に対する理解や配慮 ②傾聴 ③共感の応答 ●コミュニケーションの技法、道具を用いた言語的コミュニケーション ①言語的コミュニケーションの特徴 ②非言語コミュニケーションの特徴 ●利用者・家族とのコミュニケーションの実践 ①利用者の思いを把握する ②意欲低下の要因を考える ③利用者の感情に共感する ④家族の心理的理解 ⑤家族へのいたわりと励まし ⑥信頼関係の形成 ⑦自分の価値観で家族の意向を判断し非難することがないようにする ⑧アセスメントの手法とニーズとデマンドの違い ●利用者の状況・状況に応じたコミュニケーション技術の実践 ①視力、聴力の障害に応じたコミュニケーション技術 ②失語症に応じたコミュニケーション技術 ③構音障害に応じたコミュニケーション技術 ④認知症に応じたコミュニケーション技術 《演習内容》 ●2人一組で、状況、状態に応じた利用者・介護者双方向のコミュニケーションのロールプレイングを行う。 ●グループに分かれ、ロールプレイングでの気づきを話し合う。

(2) 介護におけるチームのコミュニケーション	3	—	—	3	《講義内容》 ●記録における情報の共有化 ①介護における記録の意義・目的、利用者の状態を踏まえた観察と記録 ②介護に関する記録の種類 ③個別援助計画書(訪問・通所・入所・福祉用具貸与等、 ④ヒヤリハット報告書 ⑤5W1H ●報告 ①報告の留意点 ②連絡の留意点 ③相談の留意点 ●コミュニケーションを促す環境 ①会議 ②情報共有の場 ③役割の認識の場(利用者と頻回に接触する介護者に求められる観眼) ④ケアカンファレンスの重要性 《演習内容》 ●ロールプレイングにより、介護記録の作成、重要性を学ぶ。 ●グループに分かれ、カンファレンスの疑似体験をする。
6 老化の理解(6時間)	6	—	—	6	《到達目標》 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させる。
(1) 老化に伴うこころとからだの変化と日常	3	—	—	3	《講義内容》 ●老年期の発達と老化に伴う心身の変化の特徴 ①防衛反応(反射)の変化、②喪失体験 ●老化に伴う心身の機能の変化と日常生活への影響 ①身体的機能の変化と日常生活への影響 ②咀嚼機能の低下 ③筋・骨・関節の変化 ④体温維持機能の変化 ⑤精神的機能の変化と日常生活への影響 《演習内容》 ●グループに分かれ、老化に伴う心身の変化、かかりやすい疾病について討議する中で、生理的な側面から理解することの重要性を考える。
(2) 高齢者と健康	3	—	—	3	《講義内容》 ●高齢者の疾病と生活上の留意点 ①骨折 ②筋力の低下と動き・姿勢の変化 ③関節痛 ●高齢者に多い病気とその日常生活上の留意点 ①循環器障がい(脳梗塞、脳出血、虚血性心疾患) ②循環器障がいの危険因子と対策 ③老年期うつ病症状(強い不安感、焦燥感を背景に、「訴え」の多さが全面に出る、うつ病性仮性認知症) ④誤嚥性肺炎 ⑤病状の小さな変化に気付く視点 ⑥高齢者は感染症にかかりやすい 《演習内容》 ●症状の小さな変化にどのようにすれば気づけるか、グループ討議の中で理解を深める。

7 認知症の理解(6 時間)	6	—	—	6	《到達目標》 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基準となる原則を理解させる。
(1) 認知症を取り巻く状況	1.5	—	—	1.5	《講義内容》 ●認知症ケアの理念 ①パーソンセンタードケア ②認知症ケアの視点(できることに着目する)
(2) 医学的側面から見た認知症の基礎と健康管理	2	—	—	2	《講義内容》 ●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 ①認知症の定義 ②もの忘れとの違い ③せん妄の症状 ④健康管理(脱水・便秘・低栄養・低運動の防止、口腔ケア) ⑤治療 ⑥薬物療法 ⑦認知症に使用される薬 《演習内容》 ●健康な高齢者の物忘れと認知症による記憶障がいの違いについて、グループ討議の中で理解を深める。
(3) 認知症に伴うこととからだの変化と日常生活	1.5	—	—	1.5	《講義内容》 ●認知症の人の生活障害、心理・行動の特徴 ①認知症の中核症状 ②認知症の行動・心理症状(BPSD) ③不適切なケア ④生活環境で改善 ●認知症の利用者への対応 ①本人の気持ちを推察する ②プライドを傷つけない ③相手の世界に合わせる ④失敗しないような状況をつくる ⑤すべての援助行為がコミュニケーションであると考えていること ⑥身体を通したコミュニケーション ⑦相手の様子・表情・視線・姿勢などから気持ちを洞察する ⑧認知症の進行に合わせたケア
(4) 家族への支援	1	—	—	1	《講義内容》 ①認知症の受容過程での援助 ②介護負担の軽減(レスパイトケア) 《演習内容》 ●認知症の方を介護する家族の気持ちや、家族が受けやすいストレスについて、グループ討議の中で理解を深めていく。
8 障害の理解(3時間)	3	—	—	3	《到達目標》 障害の概念とICF、障害者福祉の基本的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させる。

(1) 障害の基礎的理解	1	—	—	1	《講義内容》 ●障害の概念とICF ①ICFの分類と医学的分類 ②ICFの考え方 ●障害者福祉の基本理念 ①ノーマライゼーションの概念
(2) 障害の医学的側面、生活障害、心理・行動の特徴、かわり支援等の基礎的知識	1	—	—	1	《講義内容》 ●身体障害 ①視覚障害 ②聴覚、平衡障害 ③音声・言語・咀嚼障害 ④肢体不自由 ⑤内部障害 ●知的障害 ①知的障害 ●精神障害(高次脳機能障害・発達障害を含む) ①統合失調症・気分(感情障害)・依存症などの精神疾患 ②高次脳機能障害、 ③広汎性発達障害・学習障害・注意欠陥多動性障害などの発達障害 ●その他の心理の機能障害 《演習内容》 ●それぞれの障害の特性と介護上の留意点について、グループ討議の中で理解を深める。
(3) 家族の心理、かわり支援の理解	1	—	—	1	《講義内容》 ●家族への支援 ①障害の理解・障害の受容支援 ②介護負担の軽減 《演習内容》 ●障害の受容のプロセス、家族の心理状況を、グループ討議の中で理解を深める。
9 こころとからだのしくみと生活支援技術(75 時間)	68	—	26	94	《到達目標》 ●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ようになる。 ●尊厳を保持し、その人の自立および自律を尊重し、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させる。
【基本知識の学習】 (1) 介護の基本的な考え方	3	—	—	3	《講義内容》 ①倫理に基づく介護(ICFの視点に基づく生活支援、我流介護の排除) ②法的根拠に基づく介護 《演習内容》 ●ICF に基づく生活支援についてグループ討議を行い介護とは何かを考えることで、今後の技術演習に活用していく。

(2) 介護に関するこころのしくみの基礎的理解	3	—	—	3	《講義内容》 ①学習と記憶の基礎知識 ②感情と意欲の基礎知識 ③自己概念と生きがい ④老化や障害を受け入れる適応行動とその阻害要因 ⑤こころの持ち方が行動に与える影響 ⑥からだの状態がこころに与える影響 《演習内容》 ●グループ討議により、加齢や障害による心や体の変化、喪失感について考えていく。
(3) 介護に関するからだのしくみの基礎的理解	6	—	—	6	《講義内容》 ①人体の各部の名称と動きに関する基礎知識 ②骨・関節・筋に関する基礎知識、ボディメカニクスの活用 ③中枢神経系と体性神経に関する基礎知識 ④自律神経と内部器官に関する基礎知識 ⑤こころとからだを一体的に捉える ⑥利用者の様子の普段との違いに気づく視点 《演習内容》 ●利用者の様子から普段とは違う身体的変化に気づくにはどうすればよいか、グループ討議を行う。 ●介護教材を活用して人体について理解を深める。
【Ⅱ 生活支援技術の学習】 (4) 生活と家事	2	—	—	2	《講義内容》 ●家事と生活の理解、家事援助に関する基礎的知識と生活支援 ①生活歴 ②自立支援 ③予防的な対応 ④主体性・能動性を引き出す ⑤多様な生活習慣 ⑥価値観 《演習内容》 ●生活の基本的領域の理解と配慮について、グループ討議の中で理解を深める。
(5) 快適な居住環境整備と介護	6	—	—	6	《講義内容》 ●快適な居住環境に関する基礎知識 ●高齢者・障害者特有の居住 ●環境整備と福祉用具に関する留意点と支援方法 ①家庭内に多い事故 ②バリアフリー ③住宅改修 ④福祉用具貸与 《演習内容》 ●様々な福祉用具の体験や、写真を見たりすることで、高齢者や障がい者が生活するうえで必要なことは何かを考えていく。
(6) 整容に関連したこころとからだのしくみと自立に向けた介護	6	—	—	6	《講義内容》 ●整容に関する基礎知識 ●整容の支援技術 ①身体状況に合わせた衣服の選択、着脱 ②身じたく ③整容行動 ④洗面の意義・効果 《実技内容》 ●口腔ケア(ケア)、衣服の着脱(グループ)の実技演習を行う。 ●装うことや整容の意義について、グループ討議を行う。 ●バイタルチェックの仕方について、演習を行う。

(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	—	—	6	《講義内容》 ●移動・移乗に関する基礎知識 ●さまざまな移動・移乗に関する用具とその活用方法、 ●利用者、介助者にとって負担の少ない移動・移乗を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法 ●移動と社会参加の留意点と支援 ①利用者と介護者の双方が安全で安楽な方法 ②利用者の自然な動きの活用 ③残存能力の活用・自立支援 ④重心・重力の働きの理解 ⑤ボディメカニクスの基本原理 ⑥移乗介助の具体的な方法 （車いすへの移乗の具体的な方法、全面介助でのベッド・車いす間の移乗、全面介助での車いす・洋式トイレ間の移乗） ⑦移動介助（車いす・歩行器・つえ等） ⑧褥瘡予防 《実技内容》 ●利用者、介護者にとって負担の少ない移動・移乗の方法を実技の中で学ぶ。 ●車いすの操作 ●ベッド、車いす間の移乗 ●車いす、洋式トイレ間の移乗 ●屋外での移動介助の練習（車いす・歩行器・杖等） ●褥瘡予防のための体位交換（シーツ交換等）
(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	—	—	6	《講義内容》 ●食事に関する基礎知識 ●食事環境の整備・食事に関連した用具・食器の活用方法と食事形態とからだのしくみ ●楽しい食事を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法 ●食事と社会参加の留意点と支援 ①食事をする意味 ②食事のケアに対する介護者の意識 ③低栄養の弊害 ④脱水の弊害 ⑤食事と姿勢 ⑥咀嚼・嚥下のメカニズム ⑦空腹感 ⑧満腹感 ⑨好み ⑩食事の環境整備（時間・場所等） ⑪食事に関した福祉用具の活用と介助方法 ⑫口腔ケアの定義、⑬誤嚥性肺炎の予防 《実技内容》 ●介護食の基礎知識、バランスのとれた料理の組合せ方、簡単な調理方法などを学ぶ。 ●嚥下の体験、水分摂取の方法、食事介助の方法などを、利用者の状況によりその違いを学ぶ。

(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	—	—	6	《講義内容》 ●入浴、清潔保持に関連した基礎知識 ●さまざまな入浴用具と整容用具の活用方法 ●楽しい入浴を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法 ①羞恥心や遠慮への配慮 ②体調の確認 ③全身清拭(身体状況の確認、室内環境の調整、使用物品の準備と使用方法、全身の拭き方、身体の支え方) ④目・鼻腔・耳・爪の清潔方法 ⑤陰部清浄(臥床状態での方法) ⑥足浴・手浴・洗髪 《実技内容》 ●入浴の介助方法、全身清拭の方法、足浴・手浴・洗髪の方法など、清潔保持に関連する実技演習を行う。
(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	—	—	6	《講義内容》 ●排泄に関する基礎知識 ●さまざまな排泄環境整備と排泄用具の活用方法 ●爽快な排泄を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法 ①排泄とは ②身体面(生理面)での意味 ③心理面での意味 ④社会的な意味 ⑤プライド・羞恥心 ⑥プライバシーの確保 ⑦おむつは最後の手段／おむつ使用の弊害 ⑧排泄障害が日常生活上に及ぼす影響 ⑨排泄ケアを受けることで生じる心理的な負担・尊厳や生きる意欲との関連 ⑩一部介助を要する利用者のトイレ介助の具体的方法 ⑪便秘の予防(水分の摂取量保持、食事内容の工夫／繊維質の食事を多く取り入れる、腹部マッサージ) 《実技内容》 ●ポータブルトイレとベッドの介助と移乗の方法 ●横臥の状態での尿器等の使用方法和介助方法 ●おむつ交換の方法 ●車いすでのトイレの移乗と介助の方法 ●陰部洗浄の方法
(11) 睡眠に関したところとからだのしくみと自立に向けた介護	6	—	—	6	《講義内容》 ●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方法 ●快い睡眠を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法 ①安眠のための介護の工夫 ②環境の整備(温度や湿度、光、音、よく眠るための寝室) ③安楽な姿勢・褥瘡予防 《実技内容》 ●安楽な姿勢、体位の実技 ●寝具の工夫 ●安眠のための環境について それぞれ実技の中から考えていく。

(12) 死にゆく人に関したところとからだのしくみと終末期介護	2	—	—	2	《講義内容》 ●終末期に関する基礎知識とところとからだのしくみ ●生から死への過程、「死」に向き合うところの理解 ●苦痛の少ない死への支援 ①終末期ケアとは ②高齢者の死に至る過程(高齢者の自然死(老衰)、癌死) ③臨終が近づいたときの兆候と介護 ④介護従事者の基本的態度 ⑤多職種間の情報共有の必要性 《演習内容》 ●生から死への過程のなかで、介護者としてどのようにかかわっていくのか、グループ討議の中で理解を深めていく。
(13) 施設実習	—	—	26	26	《実習内容》 ●さらにより効果的な研修となることをめざし、訪問実習、施設介護実習、デイサービスの実習を実施する。 ●これまで学んだ「ところとからだのしくみと自立に向けた介護」が現場でどのように展開されているかを知る。
【Ⅲ 生活支援技術演習】 (14) 介護過程の基礎的理解	4	—	—	4	《講義内容》 ①介護過程の目的・意義・展開 ②介護過程とチームアプローチ 《演習内容》 ●グループに分かれて、事例についてのアセスメントを考え、介護計画を作成して発表する中から様々な課題を見つけていく。
(15) 総合生活支援技術演習	6	—	—	6	《講義内容》 (事例による展開) ●生活の各場面での介護については、ある状態像の利用者を想定し、一連の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。 ①事例の提示→ところとからだの力が発揮できない要因の分析→適切な支援技術の検討→支援技術演習→支援技術の課題(1事例1.5時間程度で上のサイクルを実施する) ②事例は高齢(要支援2程度、認知症、片麻痺、座位保持不可)から2事例を選択して実施 《実技内容》 ●事例1(要介護4 認知症) ●事例2(要介護1 左不全マヒ) 上記事例に関して、「衣服着脱の介助」「移動の介助」「食事の介助」「排泄の介助」「入浴の介助」の5つの場面について、日常生活の支援を行う場合の介護方法、その介護方法がなぜ必要なのかを、グループに分かれて討議する。
10 振り返り(4時間)	4	—	—	4	《到達目標》 ●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。

(1) 振り返り	2	—	—	2	《講義内容》 ①研修を通して学んだこと ②今後継続して学ぶべきこと ③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過程、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) 《演習内容》 ●研修を通じて学んだこと、今後継続して学ぶべきことを、グループ討議の中で、振り返りと確認を行う。
(2) 就業への備えと研修修了後における継続的な研修	2	—	—	2	《講義内容》 ①継続的に学ぶべきこと ②研修終了後における継続的な研修について、具体的にイメージできるような事業所等における実例(Off-JT, OJT)を紹介 《演習内容》 ●これからの介護者のあり方、また、何が求められているかについて、グループで話し合う。