

訓練課題シート

介護サービス

 実施期間 平成 年 月 日()から
 平成 年 月 日()まで

氏名

項目種別	体育	課題名	補完体操・体力向上のための運動
時間数(時限)			
担当指導員	講師名		
訓練内容 毎週の定例の体育ではチームワークや協調性を主体とした種目を行います。 さらに一日身体を動かすための準備体操とストレッチングを、毎朝行います。 また腰痛予防など、介護上起こりうる身体的な負担を軽減するため、 基礎体力をつける意味からそれぞれの体力に応じた補完体操を 個々のプログラムに従って行います。			
訓練目標 自分の現在の体力を知り、プログラムメニューを良く理解し、 目標を立てながら体力の向上をはかりましょう。 介護の仕事で起こるとされる身体的・精神的な障害について理解を 深め、効果的な疲労やストレスの解消法を学びましょう。 余裕が出来たら、他の人の動きを観察して、正しく出来ているかどうか 判断し、指導できるようにしましょう。 デイサービスセンターなどで行われているリズム体操などの指導が出来る ように、いくつかの種類を覚えましょう。			
準備するもの ビデオデッキ・テープ 体操器具(ダンベル等)			
訓練後の感想 <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>			
指導員の感想・評価 <hr/> <hr/> <hr/>			

訓練課題

車椅子操作・移乗

様式1

訓練課題シート

介護サービス

実施期間 平成 年 月 日()から
平成 年 月 日()まで

氏名

項目種別	介護技能実習	課題名	車椅子操作
	時間数(時限)		
担当指導員		講師名	先生
<p>訓練内容</p> <p>介護機器の中でも代表的な車椅子の取り扱いを学びます。 介護の作業の中では使用する機会が多い器具であるため、 安全に、かつ安心して移動できるように、操作方法をしっかりと身につけましょう。 車椅子の各部の名称と操作方法を覚える。 安全に車椅子を押すための注意・配慮点を身につける。 様々な場面での操作を通じ、対応方法を学ぶ。</p>			
<p>訓練目標</p> <p>車椅子の各部の名称・操作方法・メンテナンスを覚える。</p> <p>声かけや危険回避のための注意点を覚える。</p> <p>段差の越え方を覚える。</p> <p>野外・市街地などでの操作方法の違いに対応できるようになる。</p>			
<p>準備するもの</p>			
<p>訓練後の感想</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>			
<p>指導員の感想・評価</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>			

介護技能の中でも特に使用頻度の高い、車椅子の操作方法と各部の名称についてこれまで学んできた事を再度確認し、確実に出来るようにする。



【 復 習 】

車椅子への移乗の際の注意

声かけ 介助者の位置 介助の度合い
タイミングなど

車椅子走行上の注意

段差の越え方
ティッピングレバーの踏み方
走行速度など



麻痺がある場合

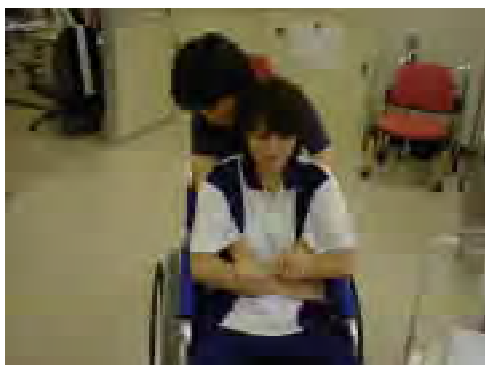
片麻痺で自走してみるなど、被介護者の側の体験も多くさせ、介護される立場の気持ちを推測できる場面をつくる



配慮事項の確認

タイヤの空気圧、ブレーキのきき具合など機器のメンテナンス。

移乗の際の車椅子の位置、座る姿勢の修正、車輪に巻き込まれないように手を収めるなど。



環境変化への対応

施設内のフラットな床から屋外の起伏や段差、アスファルトや砂地などの路面の変化による車椅子操作の状態を体験する。



… 市街地実習 …

在宅介護での買い物介助等を想定し、訓練施設周辺の市街地に出て、歩道や駅、買い物、食事などの場面を想定し、どんなところに不便さがあるのか、車椅子を押す際の注意点、安全への配慮など、様々な状況における対応の仕方を体験させる。

あらかじめ訓練施設内では相当の時間訓練した上で実施したが、場面が変わるとそれまで習得したことが全く出来なくなるなど、応用力や即応性に問題のあるケースがかなり発見される。

横断歩道では、信号が変わる時間を気にして焦ってしまい段差を越えられないとか、用心すぎて車椅子を押すスピードが遅すぎる、一生懸命押すことばかりに気持ちが行って、歩行者や自転車などが目に入らない、周囲の状況が見えないなど、問題点が次々と出てきた。その都度、忘れないうちに**それぞれの状況の中で**、出来ない原因や対応のしかたなどを指導する。出かける際は時間的には十分余裕を持って計画しておく。予想以上に時間がかかると思われる。

歩道の路面の材質（点字ブロック等）、傾斜の影響がどの程度あるか。落ち葉や小石の影響がどれくらいあるか。自分で漕いだ場合、介助する場合とさせる場合を比較して、振動の具合どのような点が、どれくらい違うのかを自身の体を通して体験して知る。



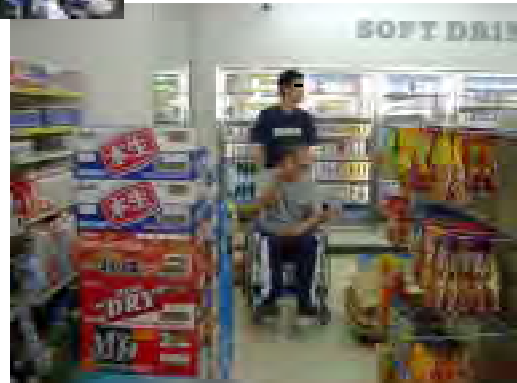
スロープの上り方、降り方。傾斜角度によって、特に下るとき前向きでも良いのか、後ろ向きが良いのか、自身でも車椅子に乗って怖さの程度を確認してみる。



商店街



歩道橋を渡る
コンビニエンスストア内



商店街やお店の中、駅周辺や構内など人ごみの中にも入るなど、混雑状況の中での動き方をどのようにすれば良いか体験する。

交差点や十字路の横断の際、段差や斜面の角度による影響、自動車や、自転車、歩行者に対する気配りの仕方など、また、とっさの事態への判断、対応がどれくらい出来るかなど、自分がどの程度出来ているかをよく自覚させる。

駅構内エレベーター



駅前通横断歩道



訓練課題

リネン作業・おしぼり配布

様式1

訓練課題シート

介護サービス

実施期間 平成 年 月 日()から
平成 年 月 日()まで

氏名

項目種別	K2 介護技能基礎 1	課題名	リネン
時間数(時限)		おしぼり配布	
担当指導員		講師名	
<p>訓練内容</p> <p>おしぼりの準備から配布、回収、洗濯・乾燥までの一連の流れを理解し配布の際の正しい挨拶や態度についても身につけます。</p>			
<p>訓練目標</p> <p>おしぼり巻きの方法を身につけ、能率よく出来るようにしましょう。</p> <p>配布するルートと職員の名前を覚えましょう。</p> <p>配布した数と回収した数の確認が出来るようにしましょう。</p> <p>衛生面には特に気をつけましょう。</p>			
<p>準備するもの</p> <p>おしぼり トング</p> <p>トレイ おしぼりトレイ</p> <p>ワゴン</p> <p>保温ボックス</p>			
<p>訓練後の感想</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>			
<p>指導員の感想・評価</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>			

特別養護老人ホームでの仕事に、おしぼりを準備したり配布する作業は比較的多い。

そこでおしぼりのたたみ方や整理の仕方、準備の手順などのリネン作業、洗濯や乾燥等の技能面の訓練に加えて、配布の際の挨拶、言葉遣い、態度など社会生活、ビジネスマナーの面での指導の要素も兼ねており、継続的に行ってきた。

朝、訓練が始まる前か前日に必要な本数のおしぼり巻きを行っておき、ホットボックスに入れる。

1～2時間程度かかるため、その間は他の訓練を実施している。

おしぼりが温まった時点で所長を始め管理職、事務職員の協力を得て午前中各テーブルに配布して廻り午後に回収する。回収したおしぼりは、洗濯して乾燥、たたみまで行う一連の作業である。

おしぼり配りを始めた頃は3名一緒に廻りそれぞれ交代しながら行ってきた。緊張して言葉が出ない、あるいは配布順が覚えられないとか、机の上が書類で埋まっており、置く場所がわからないといった些細なことで出来なくなってしまったりなど、対人面でのそれぞれの特性が現れて、訓練を進める上で参考になる点が多々あった。訓練が進むにつれて一人ずつ交代で配らせ、自立心を持たせるようにした。

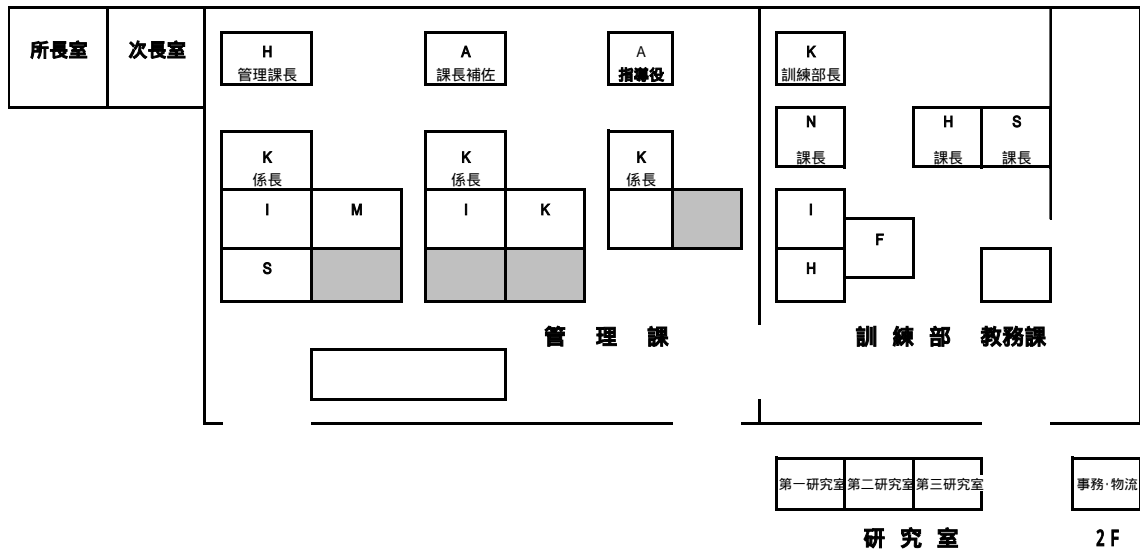
また、日々訓練する中で対人面の向上具合が見えてきて、とても有効な訓練であったと言える。

作業にかかった時間を計ることで作業能率の意識を持たせ、一連の流れにおける作業の段取りや、先を考えた動きが出来るかどうか、定型的な作業の中に職員との対応面で突発的な対応が必要な場面を作り、変化に慣れさせるなどの訓練効果を狙った。

おしぼり配布手順指示書により配布の順序と本数の確認と職員の名前と顔を覚える手掛かりとした。



おしぼり配布手順指示書



国立職業リハビリテーションセンター 3階 職員配置図

訓練課題

ベッドメイク

様式1

訓練課題シート

介護サービス

実施期間 平成 年 月 日()から
平成 年 月 日()まで

氏名

項目種別	K2・K5 介護技能実習	課題名	ベッドメイク・シーツ交換
時間数(時限)			
担当指導員		講師名	先生
訓練内容	ベッドメイクの準備・身支度からシーツ交換、後片付けまでの一連の作業がスムーズに出来るようにしましょう。 ベッドメイクに必要な物品の準備。 シーツ交換の基本的な手順の習得。 ベッドメイクの際に必要な配慮事項・注意点。 作業速度		
訓練目標	シーツ・枕カバー・防水シーツ等、作業手順にあわせた準備が出来ること。 シーツ交換の技法(三角折りなど)がきれいに出来るようにする。 身支度・衛生面の配慮が忘れないで出来ること。 二人で行う作業で、相手のペースに合わせられるまでの速度で出来ること。		
準備するもの			
訓練後の感想	_____ _____ _____ _____		
指導員の感想・評価	_____ _____ _____		

シーツ交換の手順

* ベッドの高さ調節

施設では一度にいくつものベッドを交換するために、無理な姿勢で行うと腰を痛めてしまうことになる。

出来るだけ作業しやすい高さに調節してから行うようにする。



手動式



電動式

ベッドは電動式と手動式のものがあり、操作が異なるので、どちらも覚えておく。

* 身支度・シーツ等の準備

感染防止・衛生管理の面から、ひとつの作業の前には必ず手洗い、アルコール消毒の習慣をつけておくこと。シーツ交換の際にも防護用エプロンやマスクの着用を心掛けるように指導する。(施設では必ずしも着用していないこともあるが、衛生意識を身につけさせるためにはさせたほうが良いと思われる。)

訓練生の中にはこのような準備に非常に手間取る場合もあるが、後の作業に大きく影響することから、特に自分の身支度は手早く出来るように繰り返し練習しておくことが必要である。

シーツ類の準備は、後の作業を考えて、順番どおりにセッティングできるようにする。出来るだけ先を考えた作業を意識させる。



* 連携動作

シーツ交換を一人で行う場合と二人で行う場合があるが、二人で行う場合、相手に合わせて作業するとか、相手の動きを見ながら、次に行う作業の準備をするなど、観察力や前後の関連性を把握することも必要になってくる。なかなかすぐには出来ないことであるが、少しでも意識させながら繰り返して行くことと、単独の作業から流れの中で覚えられるようにしていくと前後の作業の意味を理解させやすくなる。



* 衛生上の配慮

シーツ交換の際に埃が舞うことを考えて換気をするとか、ベッド上のごみや食べもののくずなどが飛散

しないように古いシーツを包み込むようにはがしていく、あるいはベッドブラシの使い方などなるべく埃を立てないでもできるように意識した作業を指導する。



* 作業速度の意識

ペアで作業する場合、相手との作業のリズムに合せられるだけの速度を身につけておく必要がある。

必要なときに必要なポイントで作業する事が良いリズムで出来ることに繋がるため、常に先の作業を見据えた動きと、相手の様子を観察する力が必要になってくる。そうした感覚は、単独の訓練ではなかなか身につけられないので、出来るだけ頻繁に、一連の流れに沿った作業を繰り返し行う中から出来るようになっていく。

時間を意識させるために、一回の作業時間をストップウォッチで計ってデータを取る方法を取った。

頭で考えなくても自然に次の行動が取れるようになりかなり多くの時間を取って訓練した。

実際の現場に入ったとき、ベッドメイクの作業が比較的多いと言う結果からこの作業はしっかりと訓練しておく必要がある。

今回の訓練生にとってベッドメイクが出来るようになったことが、実習に出た際、大きな自信にもなって、余裕を持って臨めたように思える。



訓練課題

清拭・整容（洗髪・乾燥・口腔ケア等）

様式1

訓練課題シート

介護サービス

実施期間 平成 年 月 日()から
平成 年 月 日()まで

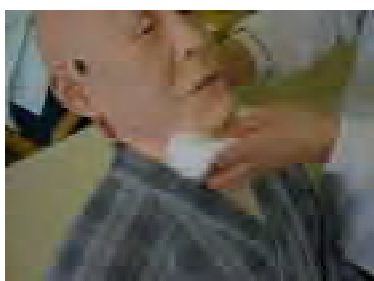
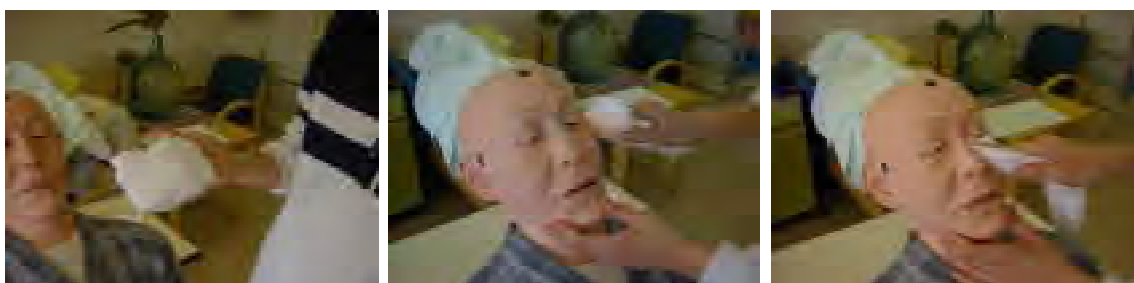
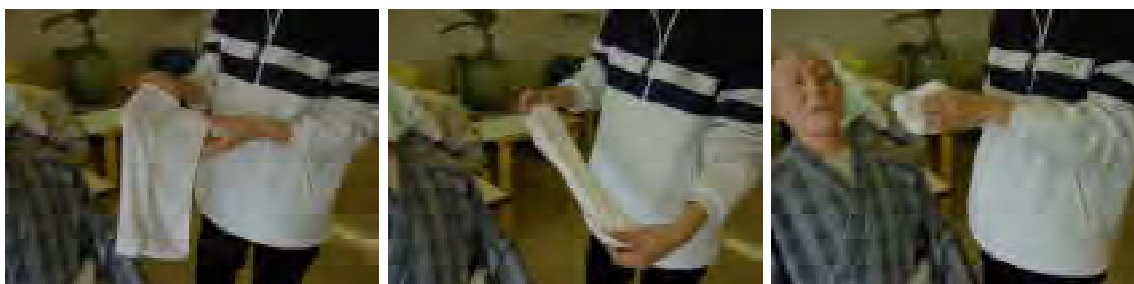
氏名

項目種別	K3 介護技能実習	課題名	清拭・整容・口腔ケア
時間数(時限)			
担当指導員		講師名	先生
訓練内容			
<p>顔や手の清拭方法、洗髪とドライヤーかけ、歯磨きや入れ歯の手入れなど、の方法について学びます。 自分が普段どのようにしているかを確認し、正しい方法と比較します。 介助してもらった立場でどのようにされると気持ちよいかを体験します。 自分が気持ちよいと感じたように、介助して上げられるようにしましょう。</p>			
訓練目標			
<p>自分がされて気持ちよいと思える介助の方法をしっかりと身につけます。</p> <p>自分が普段行っている方法が正しいかどうか確認し、違っていたら直して正しい方法で介助できるようにしましょう。 自分では使ったことのない入れ歯やシェーバーなどの扱い方を学びます。</p>			
準備するもの			
訓練後の感想			
_____ _____ _____ _____			
指導員の感想・評価			
_____ _____ _____			

< 清 拭 > 顔

おしぼりやタオルの扱い方が手早く出来るようにしっかりと練習する。タオルの端がひらひらして顔などにあたると不快になったり冷たく感じる。また、手早くしないとすぐにおしぼりが冷めてしまう。

拭いた面は新しい場所にこまめに交換するようにする。汚れた面で何度も拭く事は避ける。

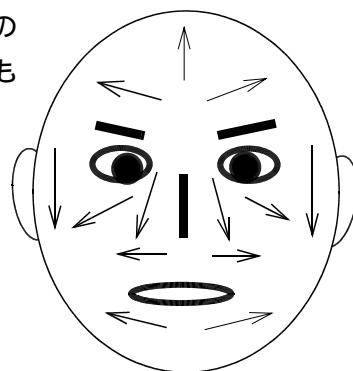


顔や身体を拭く際は身体の中心から外に向かって拭くのが基本である。

おしぼりのまとめ方や顔・手の拭き方などは、自分の身体でも練習できるし、訓練生同士、家庭での家族をモデルにしてでも、出来ることで

あるのでよく練習をして、確実に出来るようにする。

顔を拭く際の方向

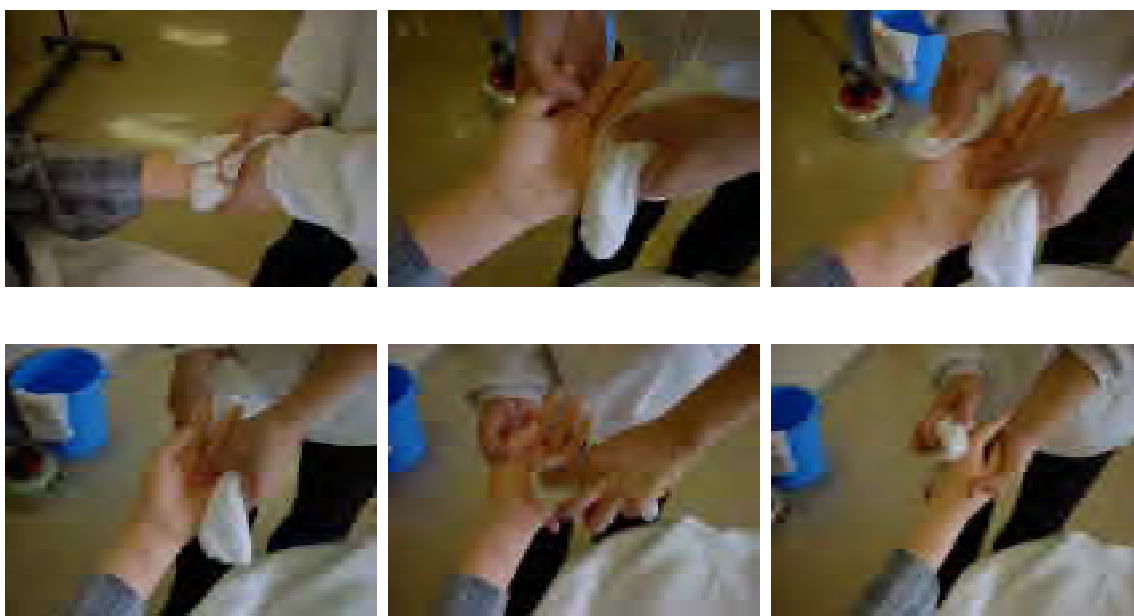


< 清 拭 > 手

始めは手全体を包み込むようにして、しばらく温めて垢等をふやかす。その間マッサージなどをしてほぐすとか、声かけをするなどリラックスさせたりコミュニケーションを取ることや、体調などの観察をすることも大切で、有効に使う。

特に麻痺がある場合など、指の間や、しわの中に垢がたまり易いので、手を良く開いて丁寧にふき取る。拭く力の加減はそれぞれ感じ方も違うので、声かけをしながら確認する。

どのような拭き方が一番さっぱりするのかを日頃から自分自身でも拭いてみて確認しておくように指導する。



< 洗 髪 ・ ドライヤー >

ベッド上での洗髪の方法を体験する。実際には自分で介護するケースは少ないとは思われるが、人形を使うとか、お互いがモデルになってやってみる経験は必要かと考える。

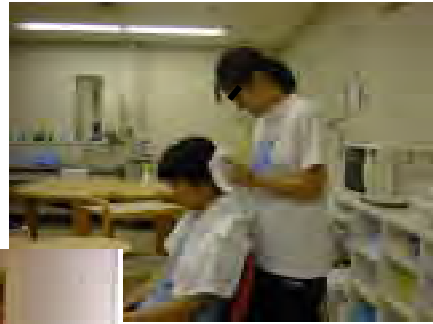
実際の仕事としては右の写真のようなタオルドライやドライヤーを使っての乾燥は担当できると思われるので繰り返し練習させておく必要はある。

その際の注意点や配慮事項、力加減等のポイント盛り込みながら繰り返し練習させる。



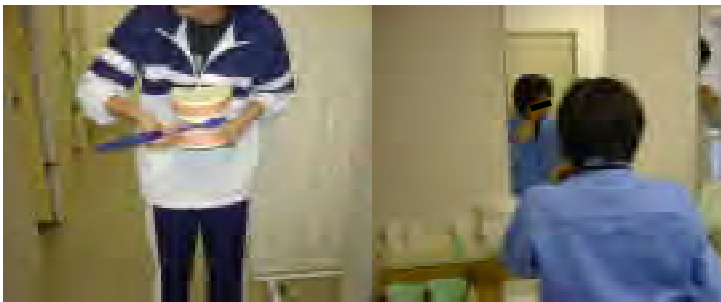


訓練での整容
洗髪・乾燥実習



施設実習における
入浴後のドライヤーかけ

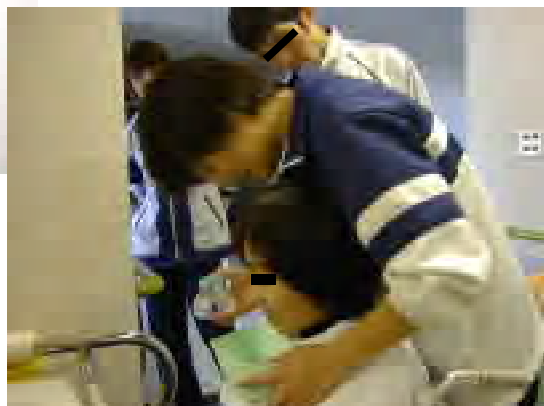
< 口 腔 ケ ア >



他の人の介助をするためには、まず自分のことがきちんと出来ている事が前提となるので、それぞれの歯の磨き方が正しく出来ているかを確認させるために、歯垢チェック液で染めた後普段どおりの磨き方で



やってみてどれくらい磨き残しがあるかを調べる。その後、正しい歯の磨き方を指導し、今度はお互いにモデルになって他の人の歯を磨かせる。自分のやり方でよいかどうか声かけをして確認しながら行うようにする。



< 髭剃り・爪きり >

カミソリは危険を伴うが、電気かみそりであれば、ある程度慣れればそれほど危険もなく介助できる仕事であるので、訓練しておくことも必要である。

電気かみそりの機種は様々で扱い方やメンテナンスの方法などそれぞれ異なることから、出来るだけ多くの機種を使ってみて、例え全てが出来なくてもいろいろなものがあるということだけでも分からせるようにする。



注意点は、直接肌に触れるものであるし、場合によっては傷ついて出血することもあるため、血液感染の病気を移す恐れもあるということをしっかりと指導しておく必要がある。その為に使用後の掃除や消毒、又、使用は個人個人の持ち物で行い、他の人には使用しないという注意をしっかりとしておくことが大切である。

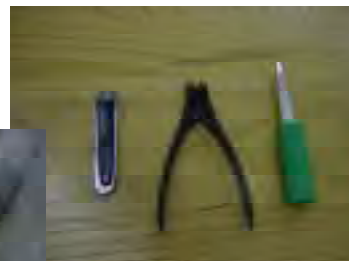
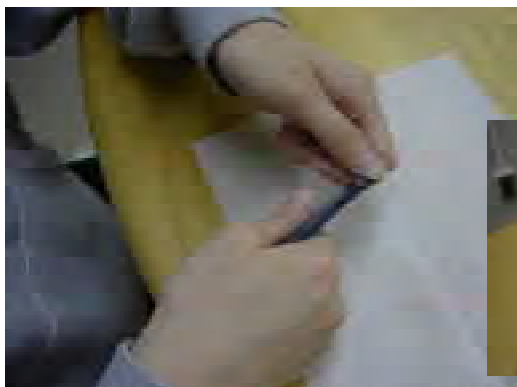
また、若い肌とお年よりではしわの深さやひげの質、肌の強さなどがかなり異なることと、ひげの長さが長くなった場合、電気かみそりの使い方が異なることなど、様々な状況の変化が予想されるため、なかなかこの方法で、と指導しにくい。特に若い女性の場合、自分で使う事は無いし、男性でも自分自身の場合と人のひげを剃ることで大きく違って来る。そうした判断が出来るまでにはかなりの回数を経験しなければ出来ないが、実際にはなかなか難しい。



男性指導員あるいは協力してくれる職員をモデルにする等の方法や、さらに少しでも多く経験させるために家族の協力を求めるのもひとつの方法である。

爪きりは髭剃りに比べるとやや危険を伴うため、指導には注意が必要である。実習においてもいきなりやらせることは避けた方が良い。

人によって爪の形状もそれぞれ違うため、切る長さの加減が出来るくらいまでの練習をしておく必要がある。特に深爪や指の肉を切ってしまうことの無いように指導する事が大切である。また、髭剃りと同じく使った際はよく消毒する事を確実に指導しておく。



訓練課題

排泄介助(簡易トイレ・おむつ交換)

様式1

訓練課題シート 前期 訓練

介護サービス

実施期間 平成 年 月 日()から
平成 年 月 日()まで

氏名

項目種別	K5 介護技能実習	課題名	排泄介助
時間数(時限)			
担当指導員		講師名	先生
訓練内容			
簡易トイレへの誘導、便器の処理。おむつ交換に必要な物品の準備 排泄介助の流れを知り、補助作業として自分の役割を学びます。 身支度、準備の方法と必要物品の知識。 衛生面の意識と処理方法 作業の役割と技能 介助する上での配慮事項			
訓練目標			
排泄のメカニズムを理解しましょう。 医学面・病気の関係で学んだことを思い出しながら排泄について理解する。 排泄介助に必要な物品について名称や役割・扱い方を覚えましょう。 特に衛生に関しては注意をし、扱い方や処理方法を覚えましょう。 介助される側の気持ちを理解し、どのようにすれば気持ちよく 排泄を済ませることが出来るか考えましょう。			
準備するもの			
訓練後の感想			
_____ _____ _____ _____			
指導員の感想・評価			
_____ _____ _____			

< 簡易トイレ誘導・介助 >

医学の基礎知識の中で勉強した内容、食事から排泄までの流れを再度確認・復習しながら、人にとって排便・排尿がどういう役割をしているのか、もし排泄が出来ない場合とか、そこから起こる病気についてどのような状態になるかを指導する。

排泄行為が人にとって大切なことであるという意識をしっかりと植え付ける。

特に汚物の処理方法など、衛生面の注意点についてや、便器の掃除方法等についてしっかりと覚えさせることが大切である。

排泄する姿を他人に見られることの羞恥心や、プライバシー保護についての意識をもたせ、声のかけ方、対応のしかたなど、配慮すべき点を考えさせながら、進めていく。



トイレ誘導の場合、ベッド 簡易トイレ、あるいはベッド 車椅子 トイレ等の体位変換・移動介助の技能、また、衣服の着脱の技能が必要になってくるため、あらかじめそれぞれの技能については訓練を繰り返しておき、その総合練習としての実習訓練を行う。

< おむつ交換 >

実際の現場において、知的障害者が単独でおむつ交換をする場面はほとんどないと思われるが、実習の中ではおむつ交換の補助的作業を任されるケースは多かった。

オムツ交換に必要な物品の準備、必要なものを揃える事や、自分達の役割は何かを考えた行動が取れるようにする

* 紙おむつについての知識

いろいろなタイプのオムツがあり、それぞれ装着の方法が違う。また吸収力がどの程度あるかも実験しながら理解させる。布オムツと比較しながら状態を観察することも必要である。



便の処理、ふき取りが実習としてただふき取る真似だけでは、なかなか理解できていないことから、視覚的にも触覚的にも実感できる方法として、便の代用に「インスタント味噌汁」を使用した。

ふき取るときの力加減や、ふき取り布の交換時期、ふき取る方向性など、仮想上では実感できない事柄が体験できるので非常に有効であった。



* 施設職員との連携作業

排泄を他人に任せるといふことはいくら歳を取っていても恥ずかしいという思いは持っているので、出来るだけ短時間の内に済ませることが大切である。その為に一緒に作業する職員との連携をスムーズに出来ることが必要になってくる。指示されてすることはもちろん、指示される前にでも適切な行動が取れるように練習する。

声かけは、この場合は必要以上にしないほうが良いが、どの程度必要なのか、どの場面で必要なのかと言った判断がなかなか難しいことなので、いくつかのパターンを示しながら徐々に慣らしていく。



訓練課題

レクリエーション

様式1

訓練課題シート

介護サービス

実施期間 平成 年 月 日()から
平成 年 月 日()まで

氏名

項目種別	コミュニケーション技法	課題名	レクリエーション
時間数(時限)	造形・絵画・書道・縫製・園芸・紙漉き・ゲーム・音楽他		
担当指導員		講師名	先生
訓練内容	<p>デイサービスや特養におけるレクリエーションやクラブ活動における介助を想定し、余暇活動の一環としても様々な体験を通してお年寄りとのコミュニケーションを図れるようにしましょう。</p> <p>お年寄りが興味を持つ内容は何かを考えましょう。</p> <p>いろいろな活動の経験から話題を広げましょう。</p> <p>ものづくりの楽しさを知って、お年寄りにも伝えましょう。</p>		
訓練目標	<p>それぞれの活動に必要なもののどのようなものがあるかを知っておく。</p> <p>自分が楽しかったこと、出来たことを他の人に教えられるようによく覚えましょう。</p> <p>ものづくりの、それぞれの材料・道具にどんなものがあり、どのような工程を経てつくられるのかを良く覚えましょう。</p>		
準備するもの			
訓練後の感想	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		
指導員の感想・評価	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		

< 模擬レクリエーション >

年間の大きなイベントとしてデイサービスのレクリエーションの企画を3回ほど実施した。他の職員をお年寄り役として招待し、体操やゲーム等を行いその企画から進行、物品制作まで、それぞれが役割分担を決め、相談しながら実行させた。

ペットボトルボーリングゲーム(第二回)



足けりダーツ (第三回) 修了発表レク



後ろ投げ玉入れ

謝恩茶話会



介護技能訓練・訪問介護員講習等の合間に、レクリエーション活動に役立つ項目として、また、お年寄りとコミュニケーションを取る為の話題作り、教養・経験の幅を広げる意味を込めて、様々な余暇課題を行ってきた。

これまで経験させられて来なかったこと、きちんとした教育・指導がされていなかった事柄などを経験させておくことが、老人施設においての余暇活動やお年寄りとの会話の中に必ず生きてくるものである。

その為に出来る限り時間を見ていろいろなことを取り入れて行くことは、介護技能とは直接は関係のないことのように見えるが、必ず良い結果として結びついてくる。

“生き物を育てる、世話をする”という行為は介護に必要な優しさや思いやり等の情緒面を育てることにつながり、“ものづくり”は、集中力や指の運動から脳の活性化、想像力(創造力) 観察力 の育成などに繋がる効果が期待できる。1年間と言うわずかな期間にどれほどの効果が期待できるかは定かではないが、少なくともこれまで経験してこなかったことを経験できた楽しさや心の余裕には影響を与えることが出来ると思う。

<造形・絵画・書道>

粘土による立体造形演習

好きな果物をモデルにする



塗り絵

季節ごとに絵を変えて実施



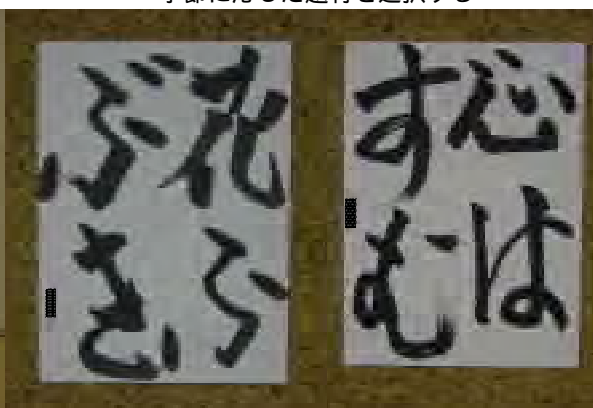
絵画

花をモチーフにした絵を描く



書道

季節に応じた題材を選択する



<縫製・手芸>

袋物製作

実習中の携帯品入れとして製作



折り紙

指先の巧緻性訓練としても良い



レクゲーム用お手玉



なべ敷き



牛乳パックによる紙漉き

紙漉き用道具一式



押し花入りはがき



<音楽>

童謡・唱歌・演歌など、年代の若い人達には馴染みのない曲も多いため、日頃から耳に入れておくように、休憩時間や昼休みなどに流しておくとか、訓練の合間に一緒に歌う時間を設けるなどして、少しでも馴染むような機会を多くする。

<園 芸>

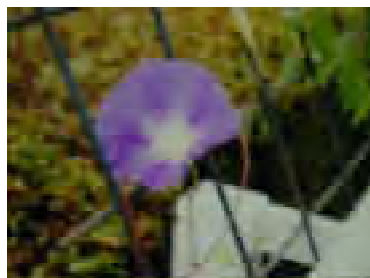
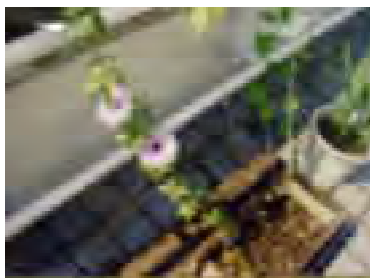
お年寄りとの会話の中で、季節感や天候の話と共に花や木に関する話題が多くなってく
るが、訓練生の中には花や樹木に関して全く興味を持たない、あるいは育てるとか世話を
した経験が全くないために、桜や梅など極一般的な花すら知らないと言うものも居た。

そうした者に少しでも興味を持たせる、花の名前のひとつでも覚えられるようにという
思いから、朝のショートスピーチや絵画の時間などに草花の観察の要素を盛り込んだり、
園芸の時間に花の種や球根から育てる取り組みをさせてみた。

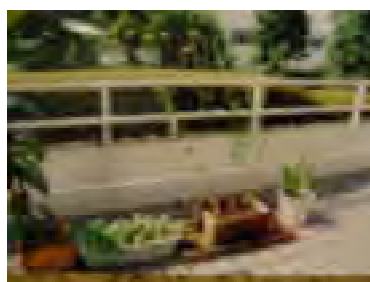
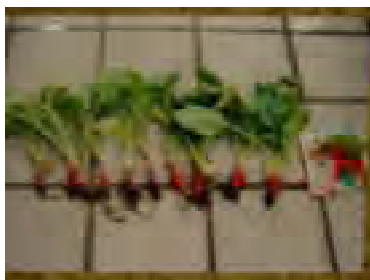
自分達で植えた種が日を追って成長する様子を観察させることで世話をすることの大切
さを学ぶことが出来る。実際自分達で育てた野菜を収穫して調理実習に使ったり、朝顔の
花がいつ咲くかと心待ちにしているなど実感として植物と触れ合うことを体験できた。

最近精神障害や痴呆防止の治療に園芸療法、音楽療法、アニマルセラピー等を取り入れ
る試みがされているが、そうした要素についても可能な限り取り入れてみるのも良いの
ではないかと考える。

3種類の朝顔の苗を訓練生そ
れぞれに与え、世話をさせてど
れが一番成長が良いかを競わせ
てみた。



はつか大根の種を蒔くところ
から初めて、芽が出てくる様子
や間引きの必要性などを学びな
がら、最後には自分達で調理を
して味わった。



修了試験

<実技試験問題 例>

訪問介護員3級 実技試験

平成 年 月 日()

<試験内容>

ベッドメイク

食堂で身支度を済ませ、必要品をそろえてワゴンで運んでください。
ベッドメイクをして下さい（窓側）。
終わったら、食堂に行ってエプロン・マスクを外して下さい。

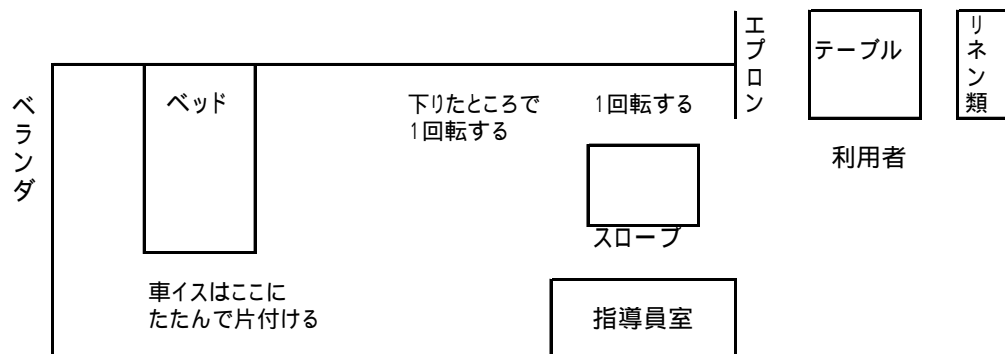
車イス操作

スロープをのぼり、台の上で1回転して後ろ向きで段を下りてください。
ベッドまでお連れして下さい。

移乗

利用者さんを車イスからベッドに移乗して下さい。
仰臥位にして掛け布団をかけ、車イスをベッドの足元に片付けて下さい。

ここまで全部終わったら、「終わりました」と言って下さい。



<採点表 例>

採点方法

採点は下記のチェックリストを用いた。1項目を5点とし、20項目×5点＝100点から問題ありと判断した(ex.換気を忘れる等)項目の得点を引いていく減点方式とした。

なお、合格点は60点以上とし、制限時間は30分とした。(被験者には告げていない)

区分		問題点	特記事項(主な減点対象)
準備	身支度(手洗い含む)	有・無	忘れる、時間がかかる
	必要物品の用意	有・無	全部揃えられない
	環境整備(換気、ベッド調節)	有・無	忘れる
手順	ベッドメイク	有・無	手順を間違える、シワが残る
	ベッドメイク後の身支度	有・無	忘れる、時間がかかる
	車イス操作	有・無	スロープ・段の昇降時ガタンとさせる
	移乗	有・無	ベッドと車イスが遠い、姿勢が悪い
	後片付け	有・無	忘れる
技能	手順の理解	有・無	手順を間違える
	巧緻性	有・無	ぎこちない
	安定性	有・無	ムラがある、確実さが無い
	スピード	有・無	遅い、テンポが悪い
	相手との協調	有・無	相手を見ない、声をかけない
	見極め	有・無	微調整が長い、長いことこだわる
	次の作業への取り掛かり	有・無	切り替えが遅い
	観察	有・無	対象を見ていない、見ても対処しない
配慮	姿勢	有・無	腰に負担がかかる、バランスがとれない
	声かけ	有・無	声が小さい、内容が不適切
	安全	有・無	利用者を支えない
	衛生	有・無	リネン類が床につく

訪問介護員3級の認定基準に到達しているかどうか、訓練及び実習を通じてどの程度身につけることが出来ているか、最後に確認する意味と、試験があるという緊張感で覚えようという意欲を喚起する意味から試験を実施した。

試験をするということで、試験の前からどのような内容が出るか不安でいっぱいになりかなりのプレッシャーがあったようで、指導側の意図が効きすぎるくらいであったため、不安を解消する意味で実技に関しても学科に関しても練習期間を取ってあらかじめ大筋の内容で予習をさせた。これまで訓練で学んだことの総復習も兼ねて行ったが、極度に緊張すると今まで出来ていたことも全く出来なくなってしまうなどの状態になることから、徐々に慣れさせていくことで本来身につけた力が出せるようになってきた。

試験当日もかなり緊張はあったものの、割合落ち着いて出来たようである。個々の差はあるものの概ね目標としていたレベルには何とか到達することが出来た。

試験内容説明



身支度



リネン類準備



換気



シーツ交換



ベッドメイク 三角折り



車椅子移動 声かけ



段差越え 回転



ベッドへの移乗



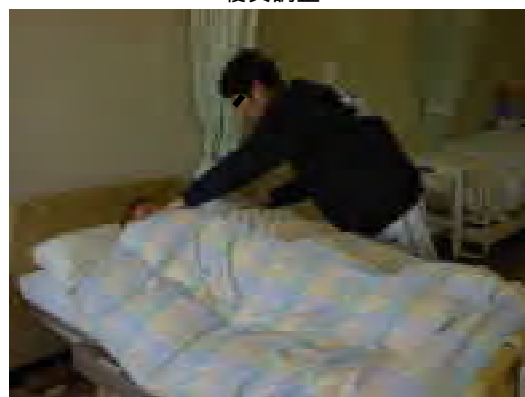
体位変換 座位から横臥位



体位変換



寝具調整



終了の声かけ



車椅子片付け



試験終了挨拶



訪問介護員 3 級 学科試験問題 (例)

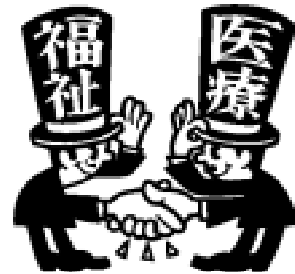
平成 年 月 日

受験者氏名

/ 120 点

【注意事項】

問題と呼んで () の中に正しいと思うものには、
間違っていると思うものには×をつけなさい。どちらもかか
れてない場合は×としますので出来るだけ書き込んでくださ
い



[福祉の制度とサービス]

1. 一般的に高齢者とは、65歳以上を言う。 ()
2. これからの日本はますますお年寄りが増えて子供の数が減ってくる ()
3. 介護保険は年齢に関係なくサービスを受ける事が出来る制度である。 ()
4. 介護保険では、デイサービスやショートステイなどの施設でのサービスは受けられない。 ()
5. デイサービスとは、施設に長期間入って受けられるサービスである。 ()

[障害者福祉の制度とサービス]

6. ペースメーカーを使用している人は心臓に障害のある人である。 ()
7. 電車の中や人のたくさん集まる場所で携帯電話を使用すると、ペースメーカーが狂って生命に危険な事がある。 ()
8. バリアフリーとは、主に階段・段差を無くしたり、スロープをつけたり、トイレを広くしたりして動きやすくしてあげること。 ()

[サービス提供の基本視点]

9. クオリティ オブ ライフ(Q・O・L)とは、お年寄りや障害者により良い生活の質を提供しようとする福祉の基本的な考え方である。 ()
10. 介護者がお年寄りのお世話をすべてしてあげることが良い介護である。 ()

11. お年寄りとしよと親したしくなるために、「おじいちゃん！」「おばあちゃん！」
と声こえかけをしてあげた。()
12. お年寄りとしよは自分じぶんでは何も決きめられないから、介護者かいごしやがすべて
決きめてあげなければいけない。()
13. 買い物かいもので雪印牛ゆきじるしぎゅう 乳にゅうを買かって来くるように頼たのまれた。行く前い前に、もし雪印ゆきじるしが
無なかったら農協牛のうきょうぎゅう 乳にゅうでも良よいかどうか確たしかめた。()
14. 在宅介護ざいたくかいごに行いって、今日きょうは食事介助しょくじかいじょの仕事しごとだったが、
冷蔵庫れいぞうこに賞味期限切しょうみきげんきれのものがあつたのでお年寄りとしよに言いわないで捨すてた。()

[医学の基礎知識]

15. 痴呆ちほうとは、自分じぶんの名前なまえや家族かぞくのこと、今食いまたべたものも分わからなく
なつたりするお年寄りとしよの病気びょうきである。()
16. 徘徊はいかいとは、レクレーションで外そとに散歩さんぽに出でることである。()
17. 脳梗塞のうこうそくとは、心臓しんぞうが止とまって脳のうに血液けつえきが行いかなくなる病気びょうきである。()
18. レクレーションは、ゲームや運動うんどう、趣味しゅみの活動かつどうなどを楽たのしく行おこなって
痴呆ちほうの予防よぼうをする大切たいせつなりハピリの役割やくわりがある。()
19. お年寄りとしよは骨粗鬆症こつそしょうじょうと言いって、身体からだの骨ほねが弱よわくなる病気びょうきのため
骨折こつせつしやすい人ひとが居いるので、介護かいごする時ときにも注意ちゅういが必要ひつようである。()
20. お年寄りとしよの骨折こつせつは、足の付け根あしつけね（大腿骨頸部骨折だいたいこつけいぶこつせつ）や腰こし（脊椎圧迫骨折せきついあつぱくこつせつ）
に多い。ちよつと転ころんだくらいで折おれる事こともある。()
21. 心臓しんぞうは血液けつえきを身体全部からだぜんぶに送おくるポンプやくわりの役割やくわりをしていて
通つうじょう常きそくは規則正ただしく動うごいている。()
22. 脈みやくを計はかるのは、肺はいの動きうごが正せいじょう常じょうかどうかを知しるために行おこなう。()
23. お年寄りとしよが、風邪かぜを引ひくと死亡しぼうすることもあるので、
特とくに冬ふゆは風邪かぜをうつうつさないように注意ちゅういする必要ひつようがある。()
24. お年寄りとしよに、せきやタンが多おほく微熱びねつがあるときは、肺炎はいえんか肺結核はいけっかく
疑うたがいがあるので、早はやく看護婦かんごふさんやお医者いしやさんに報告ほうこくする必要ひつようがある。()

25. 心不全・狭心症・心筋梗塞は心臓の病気で、急に苦しんだり倒れるなど、命の危険性が高い病気である。()
26. 誤嚥(ごえん)とは、食べたり飲んだりしたものが間違っ^{まちが}て食^{しょく}道^{どう}ではなく気管支にはいってしまい呼吸が出来なくなったりむせることを言う。()
27. 何日も便が出ない(便秘)が続くと、腸閉塞になる恐れがあるので毎日規則正しく排便するよう心がける必要がある。()
28. 身体がむくんでいたり、尿の色が変わったりすると、肝臓や腎臓の病気の恐れがあるので、お年寄りの身体や尿・便の状態をよく観察する。()
29. 毎日介護をしながら、お年寄りの様子をよく観察していつもと違うことがあつたら早めに看護婦さんや他の職員に報告する必要がある。()
30. お年寄りに何か異常があつた時は、自分で判断するのではなく、必ず、近くの職員さんや看護婦さんに正しく、起こつたことを伝える。()

かいごがいろん
【介護概論】



MPC



31. 部屋の掃除、洗濯、食事の支度などの仕事は、身体介護である。()
32. いつも訪問しているお宅なので大丈夫だと思ひ、いきなり玄関を開けて大きな声で元気よくご挨拶した。()
33. 痴呆のお年寄りは、話しかけても意味が分からないので声かけは必要ない。()
34. お年寄りとコミュニケーションを取るときには、お年寄りも安心だし、楽に話が出るので立つたままの方がよい。()
35. お年寄りになると、暑いとか寒い、痛いなどの感覚がにぶつてくるので知らない間にけがや骨折をしていることがあるので注意する必要がある。()
36. お年寄りは水分が不足しやすく、不足すると脱水状態になり血液の流れも悪くなるなど、身体に悪いことが多いので、水分補給を充分するよう心がける。()
37. ヘルパーはたとえお年寄りの言うことが間違っていると思つても、自分の考えを押しつけるような態度をとつてはいけない。相手の生活観を大切にする。()

かいごじつぎ
[介護実技]
 しょくじかいじょ
 食事介助

38. 視覚障害者への食事介助は、食事の内容や見た目、配置などを出来るだけ正確に伝える必要がある。()
39. スプーンで口に食べ物を入れる場合に、飲み込みやすいように、出来るだけ少ない量にする方がお年寄りにも食べやすい。()
40. 介助者は基本的にはお年寄りのマヒのある側に立つか座って介助する。()
41. お年寄りが食べものを飲み込んだかどうかをよく見て、タイミングを合わせながら口に運んであげる。のどの動きなどの観察が大切である。()
42. 嚥下困難なお年寄りには、飲み物や汁ものなどにとろみ剤を加えて飲み込みやすくしてあげないと誤嚥が起こりやすく危険である。()

かいごじつぎ
[介護実技]

- せいしき にゆうよくかいじょ
 清拭・入浴介助
43. 清拭は、お年寄りの身体を清潔にするだけでなく、マッサージの効果もある。()
44. お年寄りが風邪気味で何日もお風呂に入れないので足浴だけでもしてあげて、身体を暖め、さっぱりした気分にしてあげた。()
45. 全身清拭をしているときに、背中に赤くはれているところがあったが、あまり気にならなかったのもそのまま拭いて、服を着せた。()
46. 清拭をするときには、お年寄りの身体を観察する良い機会なので褥瘡や皮膚病などが無いかどうかをよく調べることが大切。()
47. 清拭用のタオルやおしぼりのすそがペタペタ肌にあたるような拭き方はとても気持ちよいのでどンドンやった方がよい。()
48. お年寄りにとってはゆっくりとしたペースがよいので、清拭の時もゆっくり丁寧に時間をかけてやるように心がける。()

