

# ほほえみ



題字は横須賀市にお住まいの小川儀一さん（85歳）  
趣味は書道と切手収集です。

ともにほほえむ

## ファーストステップ研修 スタート（試行事業）

神奈川県介護福祉士会会長 野上 薫子

（社）日本介護福祉士の生涯研修制度に位置づけられた「ファーストステップ研修」が平成二十年一月二十六日（土）より三月二十二日（土）まで介護職員のキャリア開発支援シテム普及推進事業の試行事業として行われ、三十二名が受講、「領域Ⅰ」七十二時間が修了しました。科目毎に提出の事前・事後課題（レポート）の評価を評価基準に則して行い、修了者には四月中に修了証書を送付する予定です。一日目の「利用者の全人的理解、尊厳の実践的理解と展開」（講師 神奈川県立保健福祉大学教授澤田信子氏）の内容が全国社会福祉協議会出版の月刊誌「ふれあいケア」四月号に掲載されています。



れた「介護福祉士の資格取得後二年以上の実務経験者」を対象にした研修で、介護福祉士のキャリアパスの第一段階で、「介護福祉士は全員履修する事が望ましい」とされている研修です。本研修修了者には小規模チームのリーダー・初任者の指導係り等の役割が期待され、施設に常

ファーストステップ研修の領域および時間数

領域	総時間	科目名	時間数(課題・通信)
個別ケア	72 時間	(1)利用者の全人的理解、尊厳の理解とその展開	8 (4)
		(2)対人援助職の倫理の理解とその展開	8 (4)
		(3)コミュニケーション技術の応用的な展開	32 (16)
		(4)ケア場面での気づきと助言	24 (8)
チームケア・連携	48 時間	(5)家族や地域の支援力の活用と強化	16 (8)
		(6)職種間連携の実践的展開	16 (8)
		(7)的確な観察・記録とチームケアへの展開	16 (8)
チームの運営管理基礎	80 時間	(8)中堅職員としてのリーダーシップ	16 (8)
		(9)セーフティマネジメント	16 (8)
		(10)問題解決のための思考法	16 (8)
		(11)介護職員の健康・ストレスの管理	16 (8)
		(12)自職場の分析	16 (8)

勤配置・報酬上の評価等も提言されています。

「領域Ⅱ」・「領域Ⅲ」については引き続き本年六月より十二月にかけて、平成二十一年一月からは第二期「領域Ⅰ」を開催の予定です。改正介護福祉士の義務規定（本年四月施行）に「資質向上の責務」が明記されました。改正法とともに新たな心で自律した介護福祉のリーダーを目指しましょう。

## スキルアップ (介護技術) 研修会

第三回スキルアップ研修会が平成十九年十二月十六日(日)・平成二十年一月二十日(日)ウイリング横浜に於いて開催されました。

研修会では、ICFの基本概念と介護過程の展開・起き上がり・座位・立ち上がり・移乗移動・衣服の着脱・排泄の介護について、指導方法研究会のメンバーにより実践に役立つ適切な技術指導が行われ、多くの会員が熱心に介護技術を学んでいました。

また、二日間、実技が中心の研修なので参加者が打ちとけ、お互いに教え合い、とてもよい雰囲気でした。

- 第一回 八月二十五日  
九月一日
- 第二回 十月六日  
十一月二十四日

参加者合計 八十五名



## 赤十字救急法講習会

平成二十年二月十日(日)

於 神奈川県社会福祉会館

昨年度同様日本赤十字社神奈川県支部指導員による救急法基礎講習が行われました。講習会は学科(赤十字救急法について・一次救命処置・心肺蘇生法・AED・気道異物除去)、実技(観察・保温・気道異物除去・心肺蘇生法・AED)を行いました。最後に全体実技検定・学科検定が行われ、修了者には認定証がわたされました。

いざという時役立つように、救急法を身につけておくことは介護福祉士として非常に大切なことだと思えます。技術は、訓



AED



練を重ねることにより、より実践的なものになります。是非、会員の皆様には毎年参加し日頃から危機管理に備えて頂きたいと思えます。

# 平成十九年度セミナー

「高齢者の介護予防体操と介護従事者のリフレッシュ体操」  
〜運動で、いつも元気で、

介護予防

平成二十年二月十七日(日)  
ウイリング横浜体育館  
講師 二宮寿考園施設長

里山 樹氏

今回初めてウイリング横浜が企画・開催している「よこはま福祉・保健カレッジ」に参画し、非会員十三名の方の参加があり



ました。

講義の後、実際にウォーキング等を体験しました。八拍のリズムを基に拍子をずらしたりして両手をバラバラに動かす運動は頭を使いまし  
た。「ウォーキング」は有効に足の筋肉をまんべんなく動かせるよう、普段使われない筋肉も動かしました。最後に呼吸法を学びました。皆さん一生懸命ついていこうと真剣に取り組んでいました。介護予防のための学びでしたが、介護側の自分たちのリフレッシュにもなりました。

## 参加者の声

デイサービスセンター

オーシャンビュー湘南荒崎

神奈川県介護福祉士会会員 内田竹伸

コープケアサポートセンター港南

中野典子

私は、昨年から機能訓練を重視したデイサービスに勤務しています。介護予防の視点が重要視され、私のいる職場がよりそういったサービスを重視している中、少しでも多くのノウハウを身につけられれば、よりよいサービスの提供が出来るのではないかと思います。参加させて頂きました。他の参加者の皆さんと一緒に実際に身体を動かしながら、楽しく学ぶことが出来ました。また、介護予防の現場での実際の様子を知ることが出来、有意義な研修でした。ただ、少し時間が短かったような気がします。もっとゆっくりと学ぶことが出来ればなおよかったと思います。全てを現場に活かすことはできなくても、参加した翌日にその一部を実際にご利用者様にご紹介し、一緒に運動をしたところとても好評でした。

介護の現場において、「介護予防」の言葉が独り歩きしてしまっているような気がしてしまうのは私だけでしょうか。ご利用者様一人ひとりがよりその人らしい生活を送っていただけるように、本当の介護予防のケアやそのノウハウを私たちはもっと多く学んでいかななくてはならないと思いますし、そういった機会がもっと多くあって欲しいと思います。

私達の訪問介護事業所は毎月定例会を行い、学習会をします。よこはま福祉・保健カレッジ講座の「介護従事者のリフレッシュ体操」というテーマを見て、定例会の学習会に取り入れたいと思い受講しました。

講義では、「年齢に応じた(もちろん高齢者でも)運動が必要である事、抗重力が大切である事、また、女性は特に腹筋運動が苦手であるが、訓練すると驚くほど出来るようになる。それは筋力がついたのではなく、腹筋を使うことが無く、使い方が判らなかつただけ。」という話は興味深いものでした。実際の運動では、8拍のリズムを基本として、頭と身体に刺激を与えて、軽いストレッチと緊張を体感しました。「ウォーキング」では普段使わない筋肉を使い、痛みと筋が伸びる心地よさを味わいました。「連功」はついていくのが精一杯で、呼吸法がうまく使えませんでした。

もう少し時間があつたら・・・と残念に思いました。生きていく上で筋力は必要不可欠です。介護する側、受ける側、共に楽しみながら運動する意義を分かち合いたいと思います。次回はもう少し体操の方に時間をとって頂ければと思います。

## 地域部会活動報告”

## 横浜地区 担当理事 黒坂条子

平成 20 年 3 月 30 日 (日) 13:30~16:30  
於：神奈川県社会福祉会館

## 「レクリエーションの今昔」

これからのレクリエーション・自分・そして相手にと  
ってのレクリエーションとは～共にレクリエーション  
を楽しんでみませんか

講師：(社)横浜市レクリエーション協会会員

人材育成養成部活動部会・会員対象活動部会  
・地域活動部会ディレクター 荒井 克己氏

## 横須賀三浦地区 担当理事 久米田敬子

① 平成 19 年 7 月 1 日 (日)  
於：ヴェルク横須賀

## 「認知症の理解」

～ ICF の視点を活かした認知症ケア～

グループホーム 渋沢 施設長 石黒尚之氏

② 平成 20 年 2 月 17 日 (日)  
於：ヴェルク横須賀

## 「レクリエーションの今昔」

これからのレクリエーション・自分・そして相手にと  
ってのレクリエーションとは～共にレクリエーション  
を楽しんでみませんか

講師：(社)横浜市レクリエーション協会会員

人材育成養成部活動部会・会員対象活動部会  
・地域活動部会ディレクター 荒井 克己氏



## 川崎地区

担当理事 友野まち子

川崎地区では、この一年間、下記のように基本的な ICF の  
考え方を取り入れた介護技術研修を積み重ねてきました。

① H19.7/12：ICF の考え方・ボディメカニクスの原理・原  
則に沿った自立支援の安全・安楽な介護 ② H19.9/18：自  
立支援の普及・啓発・最近の制度の流れ・訪問介護サービ  
スの課題について ③ H19.11/22：ボディメカニクス、自然な  
動作、トランスファーの基本動作 ④ H20.1/24：基本的な知  
識を習得する「生活を援助する視点」「ボディメカニクスの理解」

介護福祉士としての介護技術の提供は「ICF の考え方によって、  
その心身状況、身体の一部、骨格と各関節の動き・範囲等を理  
解し、チームの一員として根拠に基いた専門的介護技術の提供  
が必要ではないか、との思いから丸山タエ子介護技術講習主任指  
導者を中心に基本を繰り返し研修しました。残念ながら会員の  
参加が少なく、周知の不足を反省しました。最終回は、新年度  
に向けて更に積み重ねができるようにと願いながら ⑤ H20/3  
/18：中原福祉パルにて：介護福祉士としての基本的理解・  
新年度の計画について話し合いました。

## 湘南西地区

担当理事 井上康子

① 平成 19 年 7 月 6 日 (金) 於：鶴巻温泉病院

レク王に学ぶ「レクリエーションの理解と実践」

講師：ライフプラザ新緑

レクリエーショントレーナー主任 三瓶あずさ氏

※紙コップや新聞を利用して簡単なゲームを行いました

② 平成 20 年 3 月 9 日 (日)  
ケアタウン あじさいの丘 施設見学会

## 県西地区

担当理事 平野浩子

平成 19 年 9 月 1 日 (土)

潤生園在宅介護総合センター「れんげの里」見学と  
理事長 時田純氏の講演

参加者 18 名

# 平成19年度 “地

湘南東地区 担当理事 熊谷真理子

平成20年2月23日、藤沢市労働会館の会議室にて、今年度5回目の「ブロック研修検討会」を行いました。参加者は地区の代議員、会員、担当理事で、9名の参加がありました。

湘南東地区ブロックでは、19年度、この「検討会」を通して地区研修会を企画してきました。よちよち歩きの「検討会」で、会員の皆様の期待に応えきれてはいないと思いますが、7月の事例検討会、11月の介護技術研修会、そして3月の認知症研修会の3回の研修会と、9月には藤沢市民まつりの協賛ブースとして介護相談会を行いました。

2月の「検討会」では、この1年の反省を含め、平成20年度の地区ブロックの活動を検討いたしました。地区研修会の開催数やその内容、講師は誰?等々を話し合い、日程の詳細までは未定ですが、20年度は5回の研修会を実施することが決まりました。医療、認知症、介護技術、会員間の懇親会、介護職の健康管理などのテーマを取り上げる予定で、多くの地区会員の皆様の参加を期待しております。

具体的な内容は20年度も、「検討会」で担当者を中心に煮詰め、会員の皆様にご案内していきます。この「検討会」は地区会員の方であればどなたでも参加が自由です。

本当に気軽な集まりで、途中からの参加も歓迎致します。

ご協力いただける方は、ぜひぜひ担当の熊谷、梅田まで

お知らせ下さい。

連絡先 (事務所) 045-311-8776

相模原地区 担当理事 藤田美子

①平成19年6月17日(日) 13:00~16:00

キネステティックギジュツ応用編 (ベッド・車イス等使用し、利用者介護者に負担の少ない介護技術 “キネステティック”)

講師：東海大学 下西潤子氏

②平成19年12月2日(日) 10:30~12:00

介護福祉施設における人材育成について (介護職の人材不足、離職率の高い現在において、施設内でどのように人材育成を行うか)

講師：東海大学 下西潤子氏

③平成20年2月9日(土) 10:30~14:20

介護福祉士のメンタルヘルスについて

講師：和泉福祉専門学校非常勤 鈴木啓三氏

(会場：第1回~3回 和泉福祉専門学校)



## 平成二十年度 総会のお知らせ

平成二十年度神奈川県介護福祉士会総会を左記の通り開催致しますので、ご案内申し上げます。尚、総会の審議・議決は会則に基づき代議員により行われますが、出席は自由です。当日は記念講演会も行われますので、代議員以外の方も是非ご出席下さい。

### 総会及び記念講演会

日時 平成二十年五月十一日(日)

場所 神奈川県社会福祉会館

総会 十三時~十四時五十分

議題①平成十九年度事業報告・

収支決算報告

②平成十九年度会計監査報告

③平成二十年度事業計画

(案)・収支予算(案)

④役員改選案

⑤その他

記念講演会 十五時~十七時

テーマ「改正介護福祉士法と

介護福祉士の役割」(仮題)

講師

上智大学大学院総合人間科学研究科教授

栃木 一三郎氏

## 地域部会の研修会に参加して

### 基本的介護技術「ボディメカニクスを使った介護」 ～身体の自然な動きを取り入れる介護～

湘南東地区 蓮池弘子

研修にあたって“本当に自分の介護技術が正しい動きになっているのか？”ふと思い、今回の研修に参加しました。内容はベッド上での介助が主になっており、ベッドメイキングから始まり、車イスへの移乗動作と、日常よく使う介護場面の技術だった為、研修を通して、自分の介護技術を振り返ることができました。はじめに、少人数のグループを作り、その中で介護者役・利用者役をお互いやり、第三者の視点からグループ内での評価・意見交換をしたり、講師の方に直接指導を受けたりと、参加者同士初対面ではありましたが、楽しく介護技術を学ぶことができました。中でも身近なもの

(バスタオル・ビニール袋等)を使用し、ベッド上での平行移動や左右への移動と、あまり力を入れずに摩擦を少なくした方法で、移動ができる介助方法に感動しました。今まで、無駄に力を使っていた事を知ることができ、また、介護者の負担軽減に役立つ便利グッズの紹介・介護予防と多彩な内容で、現場ですぐに活かせる内容が良かったです。研修に参加して、他の参加者との交流の場となり、自分の介護技術の見直し・新たな発見ができて参加して良かったと思いました。

### 「川崎ブロック研修会」に参加して思うこと

川崎地区 堀川紀子

2000年の介護保険導入時からケアマネ業務主任となり、介護の現場から遠ざかってしまった。

利用者宅でヘルパーさんの対応を見るにつけ、自分の視点がケアマネでの視点であって、介護実技のスキルを判断できなくなっていた。そのため再度実技を勉強したいと考え始めていた。

折しも、かわさきブロックの研修会で諸先輩により、実技指導を行ってもらえることになり、すっかり忘れていたシーツ交換からボディメカニクスを応用した移動、移乗等を繰り返し指導して頂いた。まだ2～3回しか参加できていないが、毎回楽しみである。また、研修会後の懇親会も楽しみのひとつです。

食事をしながら、様々な職種の方々のお話を聞くことで、毎回新鮮な刺激とやる気もらっている。残念なことに参加者が少ない。このせつかくの研修に参加しないのは「もったいない」と私は思う。



## 指導方法研究会

担当理事 齋藤 美貴

介護技術講習指導者の有資格者で、介護技術の基礎及び指導方法の研究を三年あまり行ってきました。生活をする方の視点に立った介護とは、その方法とはどのようなことなのか考え、毎月一回実技演習を行ってきました。その内容を平成二十年度は、神奈川県内の各地域において、出前講習会という形で伝えたいこうと考えております。職場の方たちと、ぜひご参加下さい。神奈川県介護福祉士の仲間と介護技術を考え・磨き、「私は国家資格をもつ専門職介護福祉士」と自信を持って働いていきたいと思います。

## 生涯研修手帳

平成十九年度より、(社)日本介護福祉士会・県支部研修会・各地区ブロック研修会参加者には生涯研修手帳に受講の記録を行っています。まだお持ちでない方には300円で販売致します。研修会申込の際に手帳の購入申込みも同時に行ってください。すでにお持ちの方は必ず研修会の時にお持ち下さい。なお、生涯研修制度の詳細につきましては、日介二ユース八十二号(十月十五日号)をご覧ください。

### 介護支援専門員部会

担当理事 梅田 滋

介護支援専門員部会では、平成十九年度に四回の研修会を開催しました。研修会のテーマは、前年度に行った介護支援専門員の方へのアンケートで希望の多かったテーマを選び、開催にあたっては少人数で、グループワ

ークを中心に進められるよう企画しました。振り返ってみると、外部講師があまり確保できなかったことや、介護支援専門員の経験年数がまちまちで経験別の研修会が必要なこと等、課題も多く残りました。

十九年度の反省点や研修会で実施したアンケートの結果をもとに、二十年度の研修内容を決

定したいと思えます。引き続き多くの方々の参加をお待ちします。

第一回「ケアプラン作成研修」

～日本介護福祉士会方式を理論する

第二回「気づきの事例検討会」

～困難事例から

第三回「ICFの視点を取り

入れたケアマネジメント」

～利用者の自己実現のために

### 第四回介護支援専門員研修会

平成二十年二月九日「介護支援専門員に必要なコミュニケーション技術」をテーマとして研修会が開催されました。

参加者が五、六名のグループに分かれ、利用者役、ケアマネ役を決めロールプレイを行い、意見交換しました。ケアマネは面接の現場で指導を受けるといふ経験がないと思えますので、緊張されたようですが、ごなとも利用者役、ケアマネ役に誠実に一生懸命取り組んでいました。講師のまとめの講義もわかりやすく大変好評でした。

### 参加者の声(ケアマネ研修会)

◇初回面接の実習はすごく緊張しました。(ケアマネで働いていません)先輩ケアマネの話し方、受け答え、話の持って生き方などすごく勉強になりました。普段自分の話し方等に対し、感想や指導を伺うことはないのですが、自分の欠点もあえて指摘していただくことができ、今日参加してよかったと思います。いつかケアマネとして現場で働いてみたい。いろんな人と関わってみたい…と思っはいますが、自分にマイナス面がすごく多いのもっといろいろ勉強したいと思いました。

◇これでよいというマニュアルを作ることのできないコミュニケーションを技術として身につけたいと思っはいます。何度でも参加したい研修でした。

◇日常業務に追われ、基本姿勢を忘れていることも多い。今回の研修で原点に戻ることができた。一人で孤独に仕事をする人が多いので、他のケアマネと意見交換できたことがよかった。講師の方々の指導内容が大変参考になった。

◇施設のケアマネをしているので、初めて面接を体験でき、とても参考にさせていただきました。利用者さんとの信頼関係を築く大切な機会と感じました。実際に行ってみると聞き方の難しさも体験できました。利用者さんの立場に立って最もしなければならぬケアをするためにこの研修が役立ちそうです。

### ケアマネジメント研究会

担当理事 平野浩子

ケアマネジメント研究会は、十九年まで神奈川県「介護支援専門員実務研修四・五日目」のカリキュラムが各団体のアセスメント方式を採用していたため、県からの依頼により「日本介護福祉士会方式自立支援アセスメント・ケアプラン」を受講生に理解していただくために事例の検討・様式・指導方法等の研究を目的に活動して来ました。残念ながら県の方針変更により本年度で当初の目的は終了致しました。後半は「第十五回関東・甲信越ブロック研修会(平成二十年六月二十一日・大妻女子大学)の第二分科会ケアマネジャー部門」で発表する「生活支援のためのケアプランの立て方(日本介護福祉士会方式改訂版)」として発表するための検討会(十回)を行っています。



社団法人日本介護福祉士会  
 会員専用福利厚生制度  
**「安心三重奏」**

●業務中の利用者・他人への賠償  
 事故を補償

「専門職業人」としての個人責任が問われる傾向へ！

「安心三重奏」は会員個人の賠償責任をしっかりとガードするための補償です。

☆お問い合わせは事務局まで

●三つの補償が1セットになった  
 日本介護福祉士会会員専用の  
 オリジナル制度商品です。

●介護福祉士の業務に係わる  
 賠償事故補償

●ケガや携行品等の補償（24時間補償）

●ケガや病気による休業時の所得補償

●日本介護福祉士会が契約者の団体契約で団体割引15%が適用されており、割安な保険料でご加入いただけます。

●個々に加入される場合と比較して、保険料が割安です。

●当制度へのご加入は随時受け付けておりますので、いつでもご加入いただけます。

●加入時に面倒な医師の診断は不要です！

●加入依頼書の必要箇所に「記入」ご捺印のうえ、ご返送いただくだけです。

神奈川県介護福祉士会  
**“介護職110番”（電話相談）**

日 時：毎金曜日 午後6：00～8：00  
 電 話：045-317-5966  
 相談員：神奈川県介護福祉士会 理事

※ FAX 及びメールでのご相談にも応じます。但し返信は後日となります。  
 ※職種・資格・会員の有無を必ず明記して下さい。

F A X : 0 4 5 - 3 1 7 - 5 9 3 0  
 メールアドレス  
 info@kanagawa-accw.org

介護福祉士  
 有資格者  
 の皆様へ  
**会員大募集 !!**

- ◆会員になると…
- ・各種研修会に会員価格にて優先的に受講が可能です。
  - ・介護技術や福祉の最新情報を提供します。
  - ・(社)日本介護福祉士会生涯研修制度の認証が受けられます。
  - ・福利厚生各種特典が有ります。

入会金	(社)日本介護福祉士会	¥5,000
年会費	(社)日本介護福祉士会	¥6,000
	神奈川県介護福祉士会	¥2,000

お申込みは事務局まで  
 T E L 0 4 5 - 3 1 1 - 8 7 7 6  
 F A X 0 4 5 - 3 1 7 - 5 9 3 0

**事務所からのお願い**  
 会員登録内容に変更がある方は必ず事務局にご連絡ください。

**編集後記**

読みやすさ、編集のしやすさから、横書きも取り入れ、文字の大きさにも変化をつけ、読みやすい紙面を工夫してみました。会員の皆様には少しは読みやすさを感じていただけましたでしょうか。

今年度は、「ほほえみ検討委員会（仮称）」を設置し、紙面を刷新したいと考えています。ご意見をお寄せ下さい。

編集委員 岩田・佐藤・星

**ほほえみ 二十八号**

発行 神奈川県介護福祉士会  
 会長 野上 薫子  
 横浜市神奈川区沢渡四一二  
 県社会福祉会館内  
 電話 045(311)8776  
 FAX 045(317)5930  
 E-mail : info@kanagawa-accw.org

印刷 有限会社 金港堂  
 電話 045(322)0234