

## 平成 30 年度「家事介護サービス向上セミナー」

### 1. テーマ

「家政婦の技術向上を目指した教育研修の実施」

～家政士の試験にも役立つ～

### 2. 趣旨

高齢化の進展とともに、ますます在宅介護が増加していく中で、お客様の生活全体のサポートという視点にたち、各家庭の事情に応じて柔軟にサービスを提供できる家政サービスに、介護の比重が高まっています。

家政婦（夫）としてのケアサポートには、お客様の考え方、お客様のところからだの理解、言葉づかいや態度への配慮が広く求められます。

本年度は、「家政婦（夫）の技術向上を目指した教育研修の実施」をテーマに、家政士検定制度にも役立つ内容として、家政婦（夫）としての「介護の基礎知識」を座学で行うとともに、杖歩行、車イスへの移乗を実技で行い、福祉用具の知識や介助の手順を習得します。

### 3. 研修カリキュラム

内容		時間配分
役員等の開催挨拶		5分
座学「介護の基礎知識」		10分
演習	福祉用具の説明	10分
	介助演習、確認事項の説明	10分
	DVD 視聴	10分
	実習「課題（杖）」 「課題（車イス）」	100分
質疑応答・アンケート・閉会挨拶等		5分
合計時間		2時間30分 (150分)

# 平成 30 年度

## 介護家政サービス向上セミナー

テーマ

「家政婦の技術向上を目指した教育研修の実施」  
～家政士の試験にも役立つ～

- (1) 座学「介護の基礎知識」
- (2) 演習「杖歩行、車イスへの移乗」
  - ・福祉用具の説明
  - ・介助演習、確認事項
  - ・DVD 視聴
  - ・実習（課題：杖、車イス）



# 介護の基礎知識

(ケアサポートの心がまえ…家政士養成テキスト第3巻より)

## ①お客様の指示に基づきケアサポートを行う。

家政婦はお客様の指示に基づきケアを行います。ただし、以下の点にも気を配る必要があります。

- ・ 介護を受けることが初めてのお客様、ご家族から、どうしたらよいか提案を求められることがあります。家事サポートと異なりケアサポートには型があり、そのお宅の流儀に左右されることが少ないために、家政婦が適切な差し出がましくないアドバイスを行うことも時には必要です。

※ お客様が介護保険を利用しており、ケアマネを中心にチームでサポートをしている場合は、チームの動きを乱さないことも肝要です。

- ・ お客様の指示がご自身の自立支援を損ねるおそれのある場合、折を見て、やわらかく、丁寧に自立支援の效能をお話することもお客様のためになります。お客様のなかには訪問介護の自立支援が受け入れられなくて家政婦をご利用になる方もいらっしゃいますので言い方にはくれぐれも注意が必要です。

※ 上記の「自立支援」とは、お客様のできることまで何でもかんでもして差し上げることによって、お客様のできないことが増えてしまうことを防ぐ支援を意味します。

## ②お客様の個別性を尊重する

対人援助技術の7原則（Biestek seven）で一番初めに唱えられるのが、個別化の原則です。サポートを受けるお客様のニーズは他の人のニーズと似ているように思えても、ニーズはそれぞれその人独自のものなのです。

経歴が長い家政婦ほど過去の自分の経験に自信を持ちお客様のニーズの個別性を見過ごすケースが散見されます。

ニーズには身体的、心理的、経済的、文化的などの個別性があることを十分に承知しておきながら、お客様に適した援助方法を考えてケアするようにしましょう。そのため、お客様の声に謙虚に耳を傾ける必要があります。

### ③お客様の生活習慣を尊重する

お客様のそれまでの生活習慣を急に变えるようなケアを提供してはなりません。たとえ時間がかかろうと、利用する本人やその家族のそれまでの生活習慣を尊重しながらケアを提供するよう心がけましょう。

本人のペースに合わせたケアは、家政婦の得意となるべき点で、時間に追われる訪問介護ではできにくいことです。ゆめゆめ家政婦の都合でお客様の生活習慣を乱さぬよう注意が必要です。

### ④守秘義務の厳守

家政婦のケアサポートは長時間のケースが多く、家族の一員としてサポートを行うため、お客様、家族の個人情報を深く知ってしまうことがあります。知りえた個人情報は、決して他人に漏らしてはいけません。

お客様に過去の事例で提案する際も、実名、住所は伏せどこのお宅の例か、分からないようにしてください。実名で説明すると、お客様は自分のことも他所で話されると感じ、不快な思いを抱いてしまいます。地域の名士、有名人宅でサポートをする場合、つい他人に話したくなる衝動にかられますが、絶対に慎んでください。SNSへのアップも、了解をとることも含めやめてください。

お客様やその家族との信頼関係を築くためにも、プライバシーを尊重し、プロとしての守秘義務を必ず守りましょう。

## ⑤ チームワークを守る

ひと昔前に比べると、家政婦の就業スタイルも変わり一人の家政婦がお客様宅に泊まり込むケースが減り何人かの家政婦で交代にサポートするケースが増えています。この場合、お客様の状態を共有することが求められます。回覧ノートを置くなど、お客様に提案をすることも必要です。同じお宅でサポートを行う家政婦のミスをあげつらっては良いチームワークは築けません。

すぐれた家政婦は自然にお客様に分かります。(囊中の錐を心がけましょう。)

## ⑥ ボディメカニクス

家政婦の中にはケアサポートについて体系的な教育を受けておらず、自己流のやり方で体を痛める方がいます。その場合、仕事に入れなくなるばかりでなく、急な交代で紹介所に迷惑をかけ、慣れない交代家政婦の訪問でお客様にも不便をかけます。自分の体に負担をかけない介護技術を学び、行うことが求められます。

## ⑦ 報告、連絡、記録

報告、連絡、記録は必要に応じて行います。簡潔を旨とし、結論を先に述べると相手に伝わりやすいです。

5W1H(いつ、どこで、誰が、何をした)を常に頭に描きながら話している間に論点がブレないように気をつけましょう。

# 福祉用具

## 1、杖



1本杖

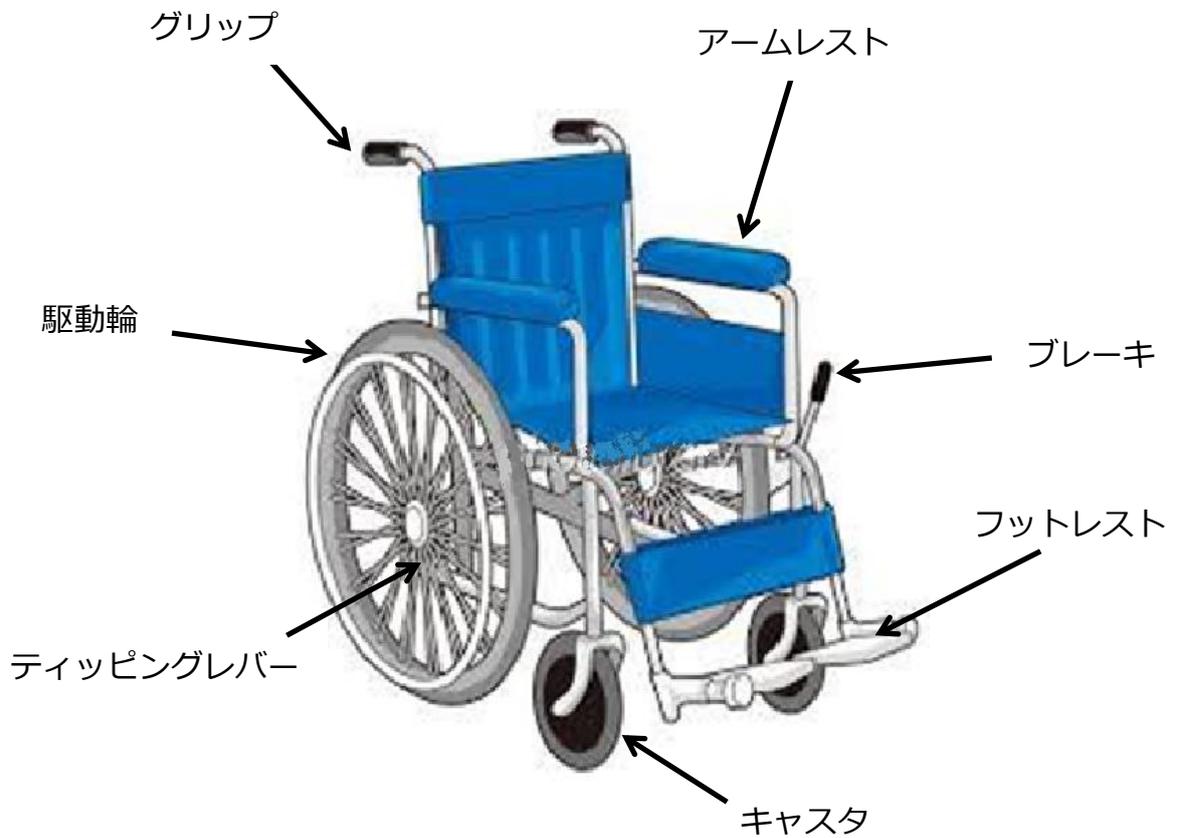


多点杖



ロフトランドクラッチ

## 2、車イス



# 介助演習、確認事項

## 1、介護する方の状況（麻痺、他）をよく理解する。

演習課題1：山田さん 男性 右麻痺 失語症

演習課題2：鈴木さん 女性 左麻痺 左空間無視、両側変形性膝関節症

※利用者の麻痺側で介助

※失語症の方には、Yes、No で答えられる「閉じた質問」を。

## 2、健康状況確認

- 1) あいさつ
- 2) 気分を尋ねる
- 3) トイレを済ませたか確認
- 4) 座り心地確認

## 3、介助内容を説明する

## 4、福祉用具が確認済みであることを伝える。

## 5、所持品の確認

## 6、介助

- 1) 浅座り
- 2) 立ち上がった後にも御気分の確認



### 杖歩行

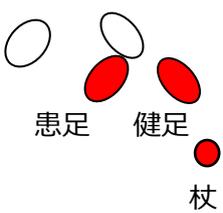
- ①介助者右後ろ
- ②杖、患、健

### 車いす移動

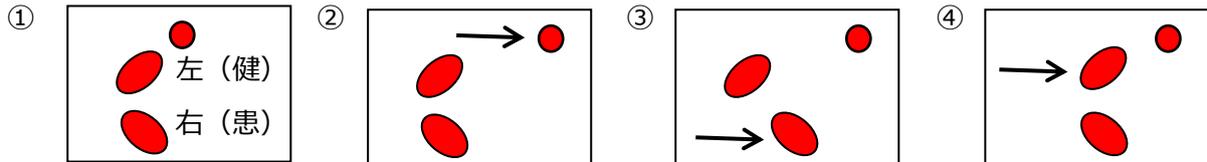
- ①移乗 イス→車いす
- ②フットレストに健足で患足を載せる
- ③手ブレーキの解除、施錠を健側の手で行ってもらう

## 演習課題 1 (杖)

山田太郎さんは、朝食を食べ終えて、いすに座っています。  
 毎朝の習慣で、これから洗面所に歯みがきのため移動します。  
 洗面所への移動の介助をしてください。  
 (右片麻痺、失語症)

介助ステップ	介助内容
1、健康状態確認	<p><b>(立位置：正面) (目の高さを合わせる)【図1】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「山田さん、おはようございます」</li> <li>・「ご気分はよろしいでしょうか？」</li> <li>・「トイレはすまされましたでしょうか？」</li> <li>・「いすの座りごこちは大丈夫でしょうか？」</li> </ul>
2、介助内容の説明	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「朝食はお済いですよね？美味しかったですか？」</li> <li>・「これから歯みがきの洗面所へご案内致しますがよろしいでしょうか？」</li> </ul>
3、所持品の確認	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「この杖は山田さんの物でよろしいでしょうか？」</li> <li>・「ではこちらに置いておきます。よろしいでしょうか？」</li> <li>・「杖は安全確認がすんでおりますので、安心してお使いください」</li> </ul>
4、浅く座り直す	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ <b>介助が始まったら、山田さんの右側に立つ【図2】</b></li> <li>・「それでは浅く座り直しますので、左手でいすの左端をつかんでください」</li> <li>・「左の腰を前へずらしてください」</li> <li>・「左の手で右足を掴んで、半歩前へ出してください」</li> <li>・「左手を元の位置へ戻してください」</li> <li>・「右側は私がお手伝いさせていただきます」</li> <li>・ <b>左手腰、右手ひざ、前へずらす (回転する感じで)【図3】</b></li> </ul>
<p>5、立ち上がる</p>  <p>患足 健足 杖</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「それでは立ち上がります。右側はお手伝いさせていただきます」</li> <li>・ <b>自分の左足を山田さんの右足の後ろに着ける【図4】</b></li> <li>・「左手を左ひざの上に置いて下さい」</li> <li>・ <b>自分の左手を腰の後ろに、右手をひざの上に置く【図5】</b></li> <li>・「それでは山田さんのペースで立ち上がって下さい」</li> <li>・ <b>立ち上がったら、右手肩、左手背中【図6】</b></li> <li>・「ご気分悪くないですか？」</li> <li>・ <b>安定したことを確認してから、手を放す</b></li> </ul>

介助ステップ	介助内容
6、歩いて洗面所へ行く	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「洗面所までは安全確認ができていますので、安心してお進みください」</li> <li>・「私は右後ろからついて参ります」</li> <li>・「杖、右足、左足の順に歩いて頂けますか？」</li> <li>・「杖、右足、左足」 2～3回繰り返す</li> <li>・「あとは山田さんのペースでお進みください」</li> </ul>



7、洗面所到着	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「洗面所との位置は大丈夫でしょうか？」</li> <li>・洗面所との位置関係を確認、隙間があいていたら</li> <li>・「もう一歩前へ出て頂けますでしょうか？」</li> <li>・「杖をここに置いて頂けますか？」</li> <li>・「ご気分は悪くありませんか？」</li> </ul>
---------	---



【図1】  
正面、目の高さを合わせる



【図2】  
介助は右側（麻痺側）



【図3】  
左手は腰、右手はひざ



【図4】  
自分の左足を右足後ろに着ける



【図5】  
左手は腰の後ろ、右手はひざ



【図6】  
右手肩、左手は背中

## 演習課題 2 (車イス)

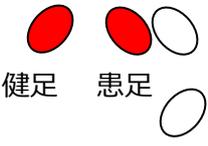
鈴木花子さんは、2週間ぶりに娘さんの家に外泊することになりました。

いま、更衣が終わり、居室の椅子に座っているところです。

これから車いすに移乗し、玄関まで送る介助をしてください。

(左片麻痺、左空間無視、両側変形性膝関節症)

介助ステップ	介助内容
1、健康状態確認	<p><b>(立位置：相手に向かって左側) (目の高さを合わせる)【図1】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「鈴木さん、こんにちは」</li> <li>・「ご気分はいかが？」</li> <li>・「トイレはすまされましたでしょうか？」</li> <li>・「座りごこちはいかがでしょうか？」</li> </ul>
2、介助内容の説明	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「今日は娘さんの家に外泊されるんですね？」</li> <li>・「車イスで玄関までお送りさせて頂いてよろしいでしょうか？」</li> <li>・「では車イスをお持ちしますので、しばらくお待ちください」</li> </ul>
3、車イスのセット	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>車イスのブレーキを外し椅子の脇に持ってくる</b></li> <li>・<b>車イスは椅子に対し、20～45度にセットする【図2】</b></li> <li>・「車イスの位置はこれくらいでよろしいでしょうか？」</li> <li>・<b>車イスのブレーキをかける</b></li> <li>・「車イスは安全確認がすんでおりますので、安心してお使い頂けます」</li> </ul>
4、浅く座り直す	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「それでは左側でお手伝いさせていただきます」 <b>顔が向くように注意を促す</b></li> <li>・「それでは浅く座り直しますので、右手で椅子の端をつかんでください」</li> <li>・「右の腰を前へずらしてください」</li> <li>・「右の手で左足を掴んで、半歩前へ出してください」</li> <li>・「右手を元の位置へ戻してください」</li> <li>・「左側は私がお手伝いさせていただきます」</li> <li>・<b>左手ひざ、右手腰、前へずらす (回転する感じで)【図3】</b></li> </ul>

介助ステップ	介助内容
5、車イスへ移る 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「それでは車イスに移りますので、右手で遠いほうのアームレストを親指を下にして掴んで頂けますか？」【図4】</li> <li>・自分の右足を鈴木さんの左足の外側に着ける【図5】</li> <li>・左手を脇の下、右手を腰に置く【図6】</li> <li>・「それでは鈴木さんのペースで立ち上がって下さい」</li> <li>・「ご気分悪くないですか？」</li> </ul>



【図1】  
相手に向かって左側、  
目の高さを合わせる



【図2】  
車イスは椅子に対し  
20~45度



【図3】  
介助は左側（麻痺側）  
左手はひざ、右手は腰



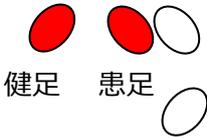
【図4】  
遠い方のアームレストを  
右手で掴む



【図5】  
自分の右足を左足後ろに  
着ける



【図6】  
左手は脇の下、右手は腰に置く

介助ステップ	介助内容
5、車イスへ移る  	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手を両腰に置く（鈴木さんの左手を介護者の右手で巻きこむ）【図7】</li> <li>・「右足を半歩前に出して頂けますか？」</li> <li>・「右足を軸に回転するようにゆっくり車イスに座って頂けますか？」</li> <li>・介護者もゆっくりと腰を落とす【図8】</li> <li>・「ひざは痛くありませんでしょうか？」</li> <li>・「フットレストを用意しますので、右足で左足を持ち上げて頂けますか？」</li> <li>・左足をフットレストに乗せる【図9】</li> <li>・「右足を上げて頂けますでしょうか？」</li> <li>・右足をフットレストに乗せる</li> <li>・「すわり心地はいかがでしょう？」</li> </ul>
6、ひざ掛けをかける	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「外は寒いと思いますので、上着かひざ掛けをご用意致しますがどちらがよろしいでしょうか？」</li> <li>・「ひざ掛けをかけるので、右手で左手を持ち上げてください」</li> <li>・ひざかけをタイヤに巻き込まれないようにかける</li> </ul>
7、車イスで玄関へ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「玄関までご案内しますがよろしいでしょうか？」</li> <li>・「右手で左側のブレーキを外して頂けますか？」</li> <li>・「右手で右側のブレーキを外して頂けますか？」</li> <li>・「では動きます」</li> <li>・「これ位の速さでよろしいでしょうか？」</li> <li>・「こちらが玄関です」</li> <li>・「右手で右側のブレーキをかけて頂けますか？」</li> <li>・「右手で左側のブレーキをかけて頂けますか？」</li> <li>・「ご気分は悪くありませんか？」</li> <li>・「娘さんがお見えになるまでこちらでお待ちください？」</li> </ul>



【図7】  
手を両腰に置く  
左手は介護者の右手で巻きこむ



【図8】  
介護者も腰を落とす



【図9】  
フットレストに  
左足(麻痺)に乗せる

◆◆◆ ヌモ ◆◆◆

◆◆◆ ヌモ ◆◆◆