

# 介護について学びませんか？

超高齢社会でも住み慣れた地域で支えあい、自分らしく安心して暮らし続けられる地域社会を実現するために、役立つ知識・技術を学ぶことができます。  
家族介護やボランティア、介護の仕事へ向けて一緒に学び資格を取得しましょう！



## 1. 介護の入門的研修 (5日間 21時間)

介護未経験者向けの基本的な知識・スキルを身に付けるための研修です。  
世田谷区は毎年1回開催しています。

**参加費無料！**

※今年度の募集は終了しています

### 科目

- ・介護に関する基礎知識
- ・基本的な介護方法
- ・障害の理解
- ・認知症の理解など



初心者研修の一部免除 (実施事業所によって異なります)

## 2. 介護職員初任者研修 (22日間 130時間)

専門的な資格の第1歩です。介護に必要な不可欠な知識と技術が習得できます。これから介護の仕事を始めたい方や、ご家族の介護のためにしっかり学びたい方にお勧めです。キャリアを積むことで、介護福祉士 (国家資格) の資格取得も目指せます。

●研修修了者は一定の要件で世田谷区の助成制度が利用できます。  
※詳細は世田谷区のホームページをご覧ください。

# せたがや福社区民学会 第13回大会発表事例募集

### <募集内容>

世田谷区内で行う福祉活動に関する研究、実践、調査等に関する発表事例を募集します。

### <発表テーマ>

- ①子ども・若者が輝くまち 世田谷
- ②地域をつなぐネットワーク
- ③多様性を認めあう共生社会づくり
- ④ケアにおける協働・連携
- ⑤福祉の魅力向上・発信
- ⑥一人ひとりに向きあった実践
- ⑦新しい生活様式における取組み



### <発表方法>

- ・発表事例集 (要旨)、動画。
- ・動画発表の時間は、15分以内です。
- ・要旨のみの発表も可能です。

### <応募資格>

せたがや福社区民学会会員

### <申込方法>

- ・所定の申込書にご記入のうえ、Eメール ([fukushijinzei@setagaya-jinzai.jp](mailto:fukushijinzei@setagaya-jinzai.jp)) または以下までFAX、郵送でお送りください。
- ・ホームページから申込書をダウンロードできます。 (<https://www.setagaya-jinzai.jp/society>)



### <申込期間>

令和3年8月2日 (月) ~ 8月31日 (火)

※新型コロナウイルス感染拡大防止を踏まえ、Web等を活用し開催します。

### 編集後記

毎年楽しみにしていたプールは今年も自粛。プールに行けなかわりに出していたビニールプールは今年から自粛。  
毎年プールに行くために敢行していたダイエットは昨年から自粛。でもビールだけは継続……。少しへこんだ気持ちで過ごしていたら、お腹周りがでっぱり気味に！？  
コロナ禍でもなにか楽しみを見つけてチャレンジしよう！「ダイエットでも……」とっております。

発行：世田谷区福祉人材育成・研修センター  
〒156-0043世田谷区松原6-37-10  
世田谷区立保健医療福祉総合プラザ1階  
電話：03-6379-4280  
FAX：03-6379-4281  
HP：https://www.setagaya-jinzai.jp/



世田谷区福祉人材育成・研修センター

# だよ じんざいくん便り

令和3年8月 第8号



## KAiGO PRiDE in Setagaya 写真展

期間：令和3年9月6日~10月5日

会場：世田谷区保健医療福祉総合プラザ1階 ふれあいカフェ

最終日：10月6日12時~16時 北沢タウンホール ホワイエ



介護の仕事は、専門知識・技術、経験に基づき、一人ひとりの人生に寄り添い、尊厳を支える大変重要な仕事です。  
介護の仕事は、尊く、相手を思いやる気持ちが強く、優しく、クリエイティブ。  
日々、介護の仕事に取り組んでいらっしゃる介護職の皆様への敬意と感謝を表し、介護へのパッション、魅力を自らの言葉で発信する「KAIGO PRIDE in Setagaya 写真展」を開催します。ぜひ、お立ち寄りください。

介護職の皆様への感謝の気持ち、  
介護に携わる皆様の声を  
研修センターまでお寄せください

クリエイティブを通して  
KAIGOの本当の価値・新しい魅力を見出す  
KAIGO PRIDEプロジェクトをトータルプロデュース



プロデューサー  
クリエイティブ・ディレクター  
カメラマン

マンジョット・ペディ氏

## 新型コロナウイルス調査結果がまとまりました。

新型コロナウイルス調査にご協力いただき、ありがとうございました。

- 調査方法…調査票を郵送し、Fax・ホームページの入力フォームで回収
- 調査対象…高齢・障害福祉サービス事業所 1,481事業所
- 調査期間…令和3年3月25日~5月31日
- 回答数…543事業所 (Fax243、ホームページ300) / 回答率36.7%  
(高齢分野313事業所、障害分野185事業所、訪問看護35事業所、その他10事業所)
- 調査項目…介護労働安定センター調査 (令和2年12月7日~令和3年1月6日) と比較するため、同センターの調査項目を参考とした。
- 調査比較…介護労働安定センター調査のうち感染者が多い5都道府県調査 (北海道、東京、愛知、大阪、福岡) と比較  
…回収582 (53.9%) / 配布1,080
- 調査結果…調査結果は、研修センターホームページをご覧ください。

ご報告  
します！



Twitter  
を始めます。  
詳しくはホーム  
ページをご覧ください。



# 研修ピックアップ

## ケアマネジャー研修体系

ケアマネジャー研修はケアマネジャーとしての基本理念や専門性の理解を学ぶ「基礎研修」、世田谷区ケアマネジメントの基礎知識や事例検討を通して学ぶ「実践力向上研修」、ケアマネジメントに必要な専門知識を学ぶ「専門性向上研修」となっています。

**基礎研修** 1. ケアマネジャーの役割理解 2. 世田谷区の組織と社会資源（ともに動画視聴）

### 実践力向上研修

#### 新任研修

※「世田谷区のケアマネジメントの基礎知識」(動画) 3研修(新任・現任・リーダー養成)共通

※講義(動画視聴) 2時間

事例検討(Zoom) 3時間

1日目

2日目

#### ●事例検討

- ①共通事例でグループワーク
- ②各グループ発表(気づき・学んだことなど)
- ③講師コメント

同内容を時期をずらして、年2回実施。

#### 現任研修

※「基礎知識」を再確認したい方は事前に動画を視聴

ケアマネジメントの基礎知識(講義)

事例検討(Zoom) 3時間 ※2回実施

#### ●事例検討

- 1日目
  - ①受講者の提出した事例を共有、検討
  - ②全体で各グループ発表
  - ③グループの中で次回話し合う事例を選択する
  - ④講師コメント(21ニーズの観点から)
- 2日目 選択した事例でグループワーク

同内容を時期をずらして、年2回実施。

#### リーダー養成研修

スーパービジョン(動画2時間)

ケアマネジメントの基礎知識(動画2時間)

事例検討(Zoom) 3時間 ※3回実施

勉強会(現任研修)

現任研修ファシリテーター(Zoom) 3時間 ※2回実施

#### ●事例検討

事前に受講者が提出した事例をグループごとに検討、発表。持ち回りで進行役を行う。

※1回につき3事例を検討、受講者全員の事例で演習を行う。

ファシリテーターを意識して受講する。事前に勉強会を行い、現任研修のファシリテーターを担う。

### 専門性向上研修

- 家族支援
- ファシリテーション
- 【主マネ・リーダー養成研修修了者向け】
- 世田谷区主任介護支援専門員
- スーパービジョン
- コンプライアンス
- その根拠は



#### 主任介護支援専門員研修の推薦要件等に該当する研修センターの研修

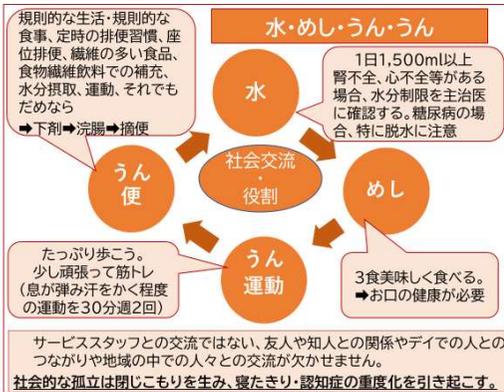
##### <主任介護支援専門員研修(新規)>

世田谷区推薦要件(イ)に該当する場合の必須条件③として、ケアマネジャー対象研修で、講師、グループ演習の指導を勤めた経験があること、又は、世田谷区ケアマネジャー養成研修を修了していること。

##### <主任介護支援専門員研修(更新)>

受講要件(2)ウ 資質向上要件(ア)に該当する研修: 「人権の理解促進」「医療福祉連携」「障害福祉の理解」「認知症ケア(応用)」等、9種20本の研修があります。詳しくは「**事業案内P14**」をご確認ください。

(世田谷区ケアマネジメントの基礎知識より)



研修受講事業所名を公表します。令和3年度からケアマネジャー研修に自立支援・重度化防止に資する研修が加わりました。

※研修の受講履歴管理はご自身でお願いします。



# 研修ピックアップ [Web研修]

人材確保・人事管理セミナー 【動画視聴研修】  
 「働きやすい職場環境づくりに向けて  
 ～感情マネジメントについて学ぶ～」

視聴期間: 令和3年7月23日～8月23日  
 藤野 和良氏  
 ・藤野経営労務管理事務所副所長  
 ・特定社会保険労務士 等



人材確保や定着支援につながる働きやすい職場環境づくりに向けて、感情マネジメントについて学びました。録画視聴研修ですが、双方向となるよう事前にいただいた質問(104)にも丁寧にご回答いただきました。

#### 怒りをはじめとする感情の上手な扱い方を習得し、働きやすい職場をつくる

##### ○「叱る」ことと「怒る」ことの区別

叱る: 不適切な態度・言動を矯正するための躰け。  
 怒る: 自分にとって不合理・許せないと感じたことで沸き起こる心のエネルギー。  
 自分にとっての不合理「へき思考」が隠れている。

##### ○怒りをはじめとした感情のコントロール方法

後悔しないために、その怒りの程度と怒りを発動することに意味があるのかどうか、日頃から怒りの程度を数値化(人生最大の怒り10から0)することが大切。  
 0～3: 怒りをあらわにするともとで後悔するかも?  
 4以上: 怒れば相手が変わりそうなら、できる限りアサーティブに伝える。

##### ○アサーティブとは、相手を認めつつ、自分の言うべきことも言うこと。(自己尊重)

自己尊重は、自己肯定・他者肯定の考え方。人間観として「みんな違って、みんないい」をどれだけの場面で強く保持できるかどうにかかっている。

第2回セミナー『働きがいのある職場づくり』～人材確保につながる定着支援策～ 12月開催予定!!

### メンタルヘルス研修「グリーフサポートに関する基礎知識」

視聴期間: 令和3年6月29日～7月28日 【動画視聴研修】

「グリーフ」とは死別や離別等によって、大切な人やものを失って感じる大きな哀しみや傷つき、心理的・身体的・人間関係等に見られるさまざまな反応のことです。生きていく上でだれにでも起こりうることです。支援者自身も、公私の喪失を経験しながら業務にあたっていることと思います。子どもから大人までを対象にしたグリーフの概念と、支援に役立つ基礎知識について学びました。



世田谷保健所 健康推進課 小田和子氏  
 世田谷区グリーフサポート 検討委員会 石井千賀子氏

#### <世田谷区グリーフサポート事業>

- ◎平成26年12月～世田谷区グリーフケアモデル事業 グリーフ「ケア」からグリーフ「サポート」へ
- ◎平成28年 4月～世田谷区グリーフサポート事業

#### 世田谷区グリーフサポート検討会

グリーフサポートの課題の整理等を行うために設置

- ・グリーフを抱えた方への支援の必要性の理解促進のための継続的な普及啓発
- ・相談様式を多様化するため、予約制 対面個別相談に加え、電話相談の導入
- ・グリーフの視点を持って必要な相談窓口につなげる、**区職員の意識啓発**
- ・こころの面のみならず生活面等への支援として、関係機関等との円滑な連携を図るソーシャルサポートのための仕組みづくり(ネットワーク)

◎世田谷区自殺対策基本方針(令和元年10月)策定

#### <まとめ>

- ・「つなぐ」と「つながる」、区民の生きる力が強まる
- ・家族の視点からグリーフサポートを考える
- ・支援者が体験する喪失とグリーフに目をむけ、セルフケアをする

#### ○ストレスと上手に付き合う方法

問題焦点型: ストレスの原因の問題解決を図る。  
 情動焦点型: ストレスから距離を置き気分転換を図る。  
 →どちらも程よく実施するのが良い。

#### ○撞着(どうちゃく)語法とは…

論理的に矛盾と考えられる複数の表現を含む表現。自分自身と職務上の役割をはっきり分けること。  
 A ご利用者に対して暖かく、共感性を持って接する能力  
 B 冷静で客観的な態度を堅持できる能力  
 →Aだけで接すると「燃え尽き症候群」になる恐れがある。

#### チームの生産性向上、コミュニケーションの活性化

##### ○考え方の相違を解決するためには

・中立的な立場で、集まるすべての人の英知を結集して目標達成に何が重要か、チームの成果が最大となる役割を担うファシリテーターを置く。

##### ○生産性を向上するために

・物だけでなく業務の整理整頓も重要。  
 ・標準作業手順と標準時間を設定し、過重労働防止の観点からも過度に時間配分が異なる者には管理が必要。

#### 定着率向上に向けた職場づくり、モチベーションの高め方

モチベーション維持・向上には、決定権の範囲の拡張等「進歩しているという手応え」「好奇心の高まり」が必要。

#### <グリーフサポート>

- ・グリーフサポート 喪失を体験して、グリーフを発信している人々に気づき、その人が安全に歩みを進めるように支える
- ・世田谷区の歩み 焦点をしばった非専門的な支援: 個別、グループ 地域社会および家族の支援力強化 気づき、声かけつなく、支え合う

#### <支援者のセルフケア>

- ・支援をするなかで、支援者自身が喪失体験をする、あるいは以前の喪失体験が思い出される場合もあります。どこまで支援したら良いのか不安になる時には、セルフケアをしましょう。
- 1) 気づく: 自分の喪失とグリーフに気づく 相手との距離をとり、自分のための時間を作る
- 2) 安心して話し合える関係をもつ
- 3) 支援に圧倒されそうに感じる時には、専門家の援助を求める

