



# 5月・6月の主な研修

【動画】：開始日(10:00)終了日(17:00) 以外は、24時間視聴可

- 認知症ケア研修「認知症ケアの理念と視点」 R6.5.1(水)～6.3(月)【動画】講師：市川裕太氏
- 対人援助技術研修「多職種連携を促進するためのコミュニケーション技法」 R6.5.13(月) 13:30～16:30【集合】講師：土屋典子氏
- 食支援研修「時短・非常時にも役立つパッキング」 R6.5.17(金)①10:00～12:30【集合】講師：竹内洋子氏 ②14:30～17:00 米山久美子氏
- ケアマネジャー研修 実践力向上(新任)「事例演習」 ① R6.5.21(火)～6.20(木)【動画】講師：桑原典江氏 ② R6.7.13(木) 14:00～16:00【集合】
- ケアマネジャー研修(共通)「ケアマネジャーの役割理解」 R6.5.22(水)～6.28(金)【動画】講師：山田美代子氏
- 認知症ケア研修「世田谷区認知症とともに生きる希望条例及び認知症に関する制度と動向」 R6.5.24(金)～6.24(月)【動画】講師：大熊由紀子氏 永田久美子氏
- 認知症の緩和ケア研修「日本版BPSDケアプログラム」 ① R6.5.27(月)～6.21(金)【eラーニング】 ② R6.6.28(金)、R6.8.23(金)【ライブ】講師：西田淳志氏 他
- 介護技術研修(現任2)「介護職が学ぶフットケア」 R6.5.28(火)～6.27(木)【動画】講師：菊池守氏
- 高齢・障害支援力向上 Sofuku講座「車椅子の基礎」 R6.5.30(木) 14:00～17:00【集合】講師：世田谷区保健センター職員(理学療法士)
- 人権の理解促進研修「セクシュアルマイノリティの理解」 R6.6.13(木)～7.16(火)【動画】講師：永易至文氏・佐々木幸氏
- クレーム対応研修「福祉従事者が学ぶクレーム対応」 R6.6.19(水) 14:00～16:00【集合】講師：蜂谷英津子氏
- 認知症ケア研修「医学的視点からの理解と支援」 R6.6.21(金)～7.22(月)【動画】講師：遠矢純一郎氏
- サービス提供責任者研修(現任1)「自立支援につながる訪問介護計画」 R6.6.26(水)～7.25(木)【動画】講師：佐藤ちよみ氏

## 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6年4月 第24号

【シンポジウム】 令和6年3月21日 ライブ開催 令和6年4月1日～動画配信中!!  
住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる世田谷を目指して  
～これからの世田谷の福祉と事業所の取組み～

- 基調講演「これからの世田谷の福祉に求められるもの」 中村 秀一氏  
世田谷区地域保健福祉審議会会長 国際医療福祉大学大学院教授 一般社団法人医療介護福祉政策研究フォーラム理事長
- 調査報告 「世田谷区福祉事業所調査から見える現状と課題」 瓜生 律子 世田谷区福祉人材育成・研修センター長
- 事業所の実践報告
  - ①「特養から地域へ元気を発信 ～地域の方も職員も元気に！」 山口 晃弘氏 特別養護老人ホーム 千歳敬心苑
  - ②「外国人籍職員の育成と働きやすい職場環境づくり」 丸山 義晴氏 特別養護老人ホーム 世田谷希望丘ホーム
  - ③「どこでも保健室 ～地域の方の健康と暮らしを支える」 片岸 美佳氏 訪問看護ステーション三軒茶屋
  - ④「24時間の在宅ケア ～ICTの活用」 浜田 直幸氏 SOMPOケア成城



調査ご協力 ありがとうございます!

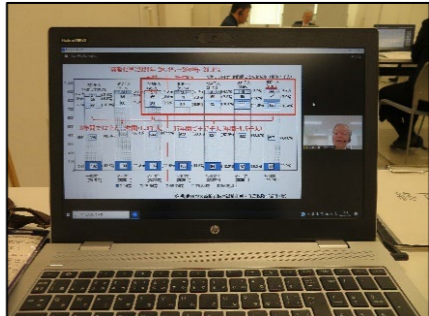
研修センター ホームページ > 先駆的な取組み シンポジウム ご覧ください

## 令和6年度 事業案内

- ・「世田谷区福祉人材育成・研修センター 令和6年度 事業案内」を、各事業所にお送りしました。事業所における計画的な研修受講にお役立てください。「令和6年度 事業案内※1」は、研修センターホームページからもダウンロードができます。  
※1 研修センターホームページ>センターのご案内>事業案内
- ・令和6年度は、「集合研修」「動画視聴研修」「Web会議システム(Zoom)を活用したライブ研修」を研修内容にあわせて実施します。
- ・研修履歴管理のため、「研修計画・受講記録 書式※2」をご活用ください。  
※2 研修センターホームページ>センターのご案内>研修計画・受講記録 書式
- ・「研修センターご意見箱※3」を設けています。福祉人材確保が厳しい中、福祉人材の確保・育成・定着支援にむけて、お気づきのこと、提案等、自由に、気軽にご記入ください。皆さまからいただいたご意見等は、よりよい福祉人材対策に活かしてまいります。皆さまの声をぜひ、お寄せください。  
※3 研修センターホームページ>お知らせ>研修センターご意見箱



【シンポジウムの様子】

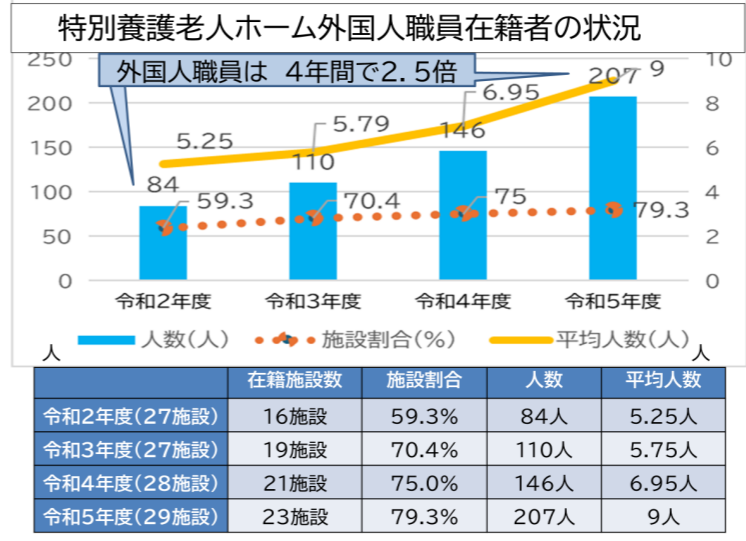


【ZOOM配信】



【シンポジスト】

## 特別養護老人ホーム外国人職員交流会 令和6年2月22日(木) 研修室C



【参加者の声】

・日本の介護技術を学ぶため来日した。・日本語のちょっとしたニュアンス、専門用語、漢字の音読みや訓読みの違いが難しい。・ご利用者の笑顔や、「ありがとう」と言われるとすごく嬉しい。・もっと上司に話を聞いて、思いを知っていただきたい。・一緒に働くことで日本人職員にも良い影響がある。・お互いの文化の交流がもっとできるといい。

福祉事業所調査から外国人職員の参入が進んでいることがわかります。特に特別養護老人ホームでの活躍はめざましいです。



【研修センターSNS】  
区内事業者・区民の皆さまに、研修センターの情報をXを通して、ご案内します。

- ・研修のご案内
- ・イベントのご案内
- ・広報誌
- ・お知らせ 等

研修センター職員一同 よろしくお願ひします。

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/

# 研修ピックアップ

## 令和5年度 医療・福祉連携研修 特集



医療と福祉の従事者が、テーマに沿って医療知識について学び、多職種によるチームケアにおけるそれぞれの役割や専門性に対する理解を深めることを目的に、4本の研修を実施しました。令和5年度は動画視聴、Zoomによるライブ研修や、その内容の録画視聴を組み合わせた形式を採用し、多くの方へ受講機会を提供しました。

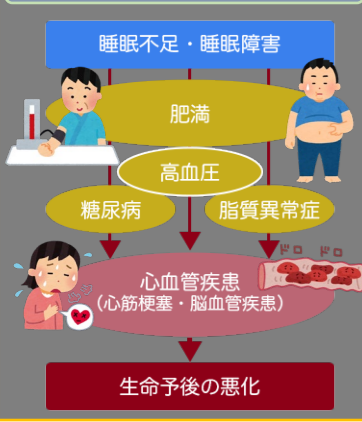
### 高齢者の眠りと睡眠

～高齢者の睡眠障害への理解と対処法について～ 【ライブ研修】開催日：令和6年1月24日（水）  
【動画視聴】視聴期間：令和6年2月7日（水）～3月6日（水）

年齢とともに身体だけではなく睡眠も変化します。また、睡眠を妨げるところやからだの病気に罹るとさまざまな睡眠障害が出現します。高齢者を取り巻く不眠の原因や生活への影響、睡眠薬についての理解とよく眠るための対処法などについて学びました。

医療法人社団創福会  
ふくろうクリニック等マカ  
院長 山口 潔氏

#### 睡眠不足は病気を引き起こす



#### 高齢者の睡眠障害

- ◇加齢変化
- ◇社会的同調因子が低い
- ◇RLS（レストレッグズ症候群/PMLD（周期性四肢運動障害）/RBD（レム睡眠行動異常症）/SAS（睡眠時無呼吸症候群）が多い
- ◇夜間頻尿など身体疾患による睡眠障害が多い
- ◇精神疾患による睡眠障害が多い

「夜眠れない・・・」と、言われたら  
睡眠薬を投与する前に問診すること

- 口入眠困難、中途覚醒、早朝覚醒の確認
- 口日中の障害（ねむけ・集中力低下・気分）の確認
- 口呼吸（いびき・無呼吸）・感覚・運動・行動の各症状の確認
- 口身体症状、精神疾患、薬物の確認
- 口生活環境・日常生活の活動度の確認

#### 睡眠薬について

1. ベンゾジアゼピン系睡眠薬  
→種類が多い。副作用が出やすく、やめにくい。
2. 非ベンゾジアゼピン系睡眠薬  
→不眠の改善薬に特化。ふらつきや転倒の危険性が緩和。
3. メラトニン受容体作動薬  
→夜型や睡眠時間のずれが治らない場合に効果が期待。
4. オレキシン受容体拮抗薬  
→目覚めを促す働きのあるホルモンの作用を遮断し、眠れるようにする。最も新しい睡眠薬。

3、4は従来の副作用が少ないため第1選択薬として用いられている。

年齢とともに睡眠は変化します。不眠対処の第一歩は**不眠の原因を診断し、取り除く**ことです。原因に合わせた対処や治療が必要です。睡眠薬などを使って不眠に対処することによって生活習慣病が改善することも明らかになっています。

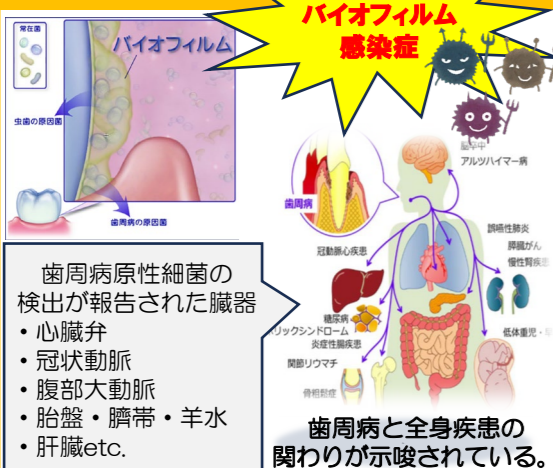
### 高齢者の口腔環境の維持と健康寿命について

【動画視聴】視聴期間：令和6年2月22日（木）～3月21日（木）

高齢者の口腔環境の悪化が及ぼす身体への影響と、口腔環境のより良い状態を維持するための日常的な管理や取り組み方法、訪問歯科診療の実践について学びました。

医療法人社団  
百瀬歯科医院  
理事長 百瀬 智彦氏

#### むし歯も歯周病も



歯が多く残っている人ほど年間医療費が少ない。

#### 事前アンケートによるQ&Aより

- Q1. 口腔ケアを行う上での観察ポイント、注意点は？  
A1. 口腔ケア後の発熱を避けるために、ブラッシング中にたまる**唾液や水分の処理**が非常に重要です。
- Q2. 入れ歯は入れ歯洗浄剤につけておけばよいですか？  
A2. **義歯にもバイオフィームが付着**しています。義歯ブラシでしっかり磨き、その上で細部の洗浄に義歯洗浄剤を使用してください。
- バイオフィームを飲み込まないようにしましょう。

健診事業等を活用して、ケアをする習慣を作り、要介護状態になる前に口腔環境を整えることも大切です。

### 在宅療養における薬の知識と薬剤師との連携

【ライブ研修】開催日：令和6年2月20日（火）  
【動画視聴】視聴期間：令和6年2月28日（水）～3月27日（水）

医療・福祉サービス従事者にとって必要な薬に関する知識や薬局との連携について学び、多職種連携の意義について理解を深めることで、薬局・薬剤師との円滑な連携を図ることを目的に研修を実施しました。

#### 基調講義 「高血圧の薬について」

玉川砧薬剤師会理事  
とんぼ薬局 水越 淳友氏

高血圧をそのままにしておくと動脈硬化が進行して・・・



#### 降圧薬の種類

Ca拮抗薬・アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬・アンジオテンシン変換酵素阻害薬・β遮断薬・利尿薬など。適応や禁忌、病態や合併症の有無に応じて適切な降圧薬を選択する。

「血圧の低い日は薬を飲まなくて良い？」

自己判断で内服を中止することは危険です。おやめください。血圧が低い状況と原因の把握をした上で薬の調整が必要となります。めまい、ふらつきなどの低血圧症状の有無を確認し、早めに主治医の先生にご相談ください。

#### パネルディスカッション 「利用者のために多職種連携をすすめる工夫」

進行 世田谷薬剤師会顧問 マルニ薬局 小林 哲男氏  
世田谷薬剤師会理事 中島薬局 原田 由美子氏

ケース1【パネリスト】太田恒子氏（下宿薬局）  
90代男性。末期腎不全。認知症の妻と二人暮らし。多量の処方薬と市販のサプリメントなどがあり、**管理できていない**。妻が自分で管理したい気持ちがあり介入拒否もある。

コメント 市販のサプリメントや健康食品など腎機能に影響を及ぼす可能性があり、薬剤師から指導できることもあるので、服薬管理の困りごとはぜひ相談を。

ケース2【パネリスト】上遠野理栄氏（訪問看護ステーションさぎそう）

80代女性。独居。要介護5。降圧剤の頓用薬が追加処方され、夕方に薬剤師による配薬がされていたが、翌朝入ったヘルパーに服薬方法が伝わっていなかった。居宅療養管理指導報告書のFAXの届くタイミングが合わず、**情報共有できていなかった**。

コメント 薬剤師がサービス担当者会議に出席することで生活状況の把握や他職種と顔が見える関係性を築くことができる。出席できなくても連携を取るための工夫や情報を得るためのアクションは必要。

ケース3【パネリスト】永嶋千秋氏（世田谷ホームヘルプサービス）

90代女性。独居。薬の飲み忘れ、飲み間違いや頓用薬を飲みすぎてしまうことが増えてきたため、**多職種間で相談をして**利用サービス中に服用できるように調整した。

コメント 多職種間のMCSの活用は情報共有にとっても良いシステム。生活状況をわかっているヘルパーからの情報提供は、医師への提案にも役に立っている。

アンケートより お互いの職能発揮のために日頃から顔の見える関係が大切。薬剤師も連携に加わることを望まれていることがわかった。

### 精神疾患をもつ方への関わり方について

【動画視聴】視聴期間：令和6年2月5日（月）～3月4日（月）

近年増加傾向にある精神疾患は、誰もがなりうる病気であり、特別な病気ではありません。精神障害をもつ方の特徴や特性を理解し、パーソナルリカバリーの達成に向けてどのようにコミュニケーションをとり、支援していくかを学びました。

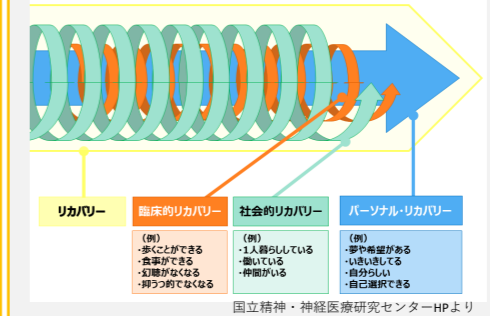
医療法人社団リカバリー  
こころのホームクリニック世田谷  
院長 高野 洋輔氏

#### 精神疾患・精神障害の特徴

- なんらかの**なりやすさ**（体質、脆弱性）や**幼児期のストレス**を背景に大きな**精神的・身体的ストレス**をきっかけに発症することが多い。
- 同じ病名であっても**個人差**が大きい。
- **再発**したり、一定の**症状が持続**することがあり、**生活のしづかさや人生のゆきづまり**を生じる。
- 元来の性格傾向と症状は影響しあいながら経過する。

「**症状だけを見ず、全体で一人の人として支援をしていく必要がある。**」

#### 精神障害からの回復過程 精神疾患・障害からのリカバリー



#### パーソナルリカバリー (Personal recovery)

「**病気による制限があったとしても、満たされ、希望に満ち、貢献する生活を送ること、精神疾患による壊滅的な影響を乗り越えて成長しながら、人生についての新たな意味と目的を見つけること**」  
(Anthony WA,1993)

#### 支援のポイント

- **アセスメント（評価）**
- 精神症状や障害が、どのように**生活に影響**するかを考える。
- 疾患別の特性がどのように**影響しているか**。
- **支援の目標設定**
- 症状や問題への対処ばかり目を向けすぎると上手く行かないことが多い。
- 本人が語る**夢や希望、願い**を常に意識する。
- パーソナルリカバリーの達成に伴走する。
- 制度ありきではなく、**ユーザー目線での支援体制**が重要。
- 支援者が必要だと思う支援ではなく本人のニーズを明らかにしていく。