



7月・8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

- 障害児・障害者施設職員階層研修(主に初任者～3年) R6.7.1(月)～8.30(金) 【動画】 講師：狩野晴子氏
- 対人援助技術研修 「利用者・家族とのコミュニケーション」第2回 R6.7.3(水) 14:00～16:00 【集合】 講師：諏訪茂樹氏
- ケアマネジャー研修(共通) 「家族支援で困ったときの対処法」 R6.7.10(水) 13:30～16:30 【集合】 講師：山川誠司氏
- 介護技術研修(現任1) 「再点検！移乗介助 我流介護になっていませんか？」 R6.7.12(金) 18:00～20:00 【集合】 講師：堀口将氏
- ケアマネジャー研修(共通) 「ケアマネジャーに求められるファシリテーション力」 R6.7.16(火) 13:30～16:30 【集合】 講師：福島喜代子氏
- 信頼関係を築くための接遇・マナー向上研修 「ワークで学ぶ スピーチロックを防ぐための介護の接遇・マナーと実践」 R6.7.17(水) 14:00～16:00 【ライブ】 講師：蜂谷英津子氏
- 認知症ケア研修「認知症の人と家族への支援」 R6.7.24(水)～8.23(金) 【動画】 講師：佐賀勝之氏
- 福祉職が学ぶリーダーシップ研修(第1回) R6.7.25(木) 14:00～16:00 【集合】 講師：諏訪茂樹氏
- メンタルヘルス研修「グリーンサポートに関する基礎知識」 R6.8.1(木)～9.2(月) 【動画】 講師：林哲也氏
- 福祉職が学ぶリーダーシップ研修(第2回) R6.8.27(火) 14:00～16:00 【集合】 講師：諏訪茂樹氏
- 認知症ケア研修 「認知症ケアにおける多職種連携によるチームケア」 R6.8.28(水) 14:00～17:00 【集合】 講師：村島久美子氏
- 経営力向上セミナー 「持続可能な経営につながる介護事業者の事業・経営戦略」 R6.8.30(金)～9.30(月) 【動画】 講師：紀伊信之氏

※詳細は研修センターホームページ、公式X、Fax情報便等でお知らせします。



せたがや福祉区民学会第16回大会 発表事例募集

令和6年11月9日(土)日本女子体育大学で開催されます。日頃の実践や研究等に関する発表事例を募集します。この機会に、発表してみませんか。

第16回大会 発表事例募集

- 【申込期間】 令和6年7月1日(月)～令和6年7月31日(水)
 - 【募集内容】 世田谷区内で行う福祉活動に関する研究、実践、調査等に関すること
 - 【応募資格】 せたがや福祉区民学会会員(会員募集中)
 - 【申込方法】 せたがや福祉区民学会事務局までメール・Fax・郵送
- ※詳細は、まちづくりセンター等に備え付けの発表事例募集または事務局ホームページ等をご覧ください。(URL: <https://www.setagaya-jinzai.jp/society>)



皆さまのお申込お待ちしております

せたがや福祉区民学会

学びあい 広げよう せたがや福祉の輪
「多様な人々をつなぐ運動・スポーツの可能性」

発行日誌 令和6年7月1日(月)～令和6年7月31日(水)

募集内容：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. 多様な人々をつなぐまちづくり 4. クラブにおける活動・連携

応募資格：①募集内容：世田谷区内で行う福祉活動に関する研究、実践、調査等に関すること ②発表形式：口頭発表・ポスター発表 ③応募対象：せたがや福祉区民学会会員(非会員も可) ④申込方法：せたがや福祉区民学会事務局までメール・Fax・郵送してください。 ⑤お問い合わせ先：せたがや福祉区民学会事務局(〒156-0043 世田谷区松原6-3-7-10) <https://www.setagaya-jinzai.jp>

大会の開催案内

大会日時 令和6年11月9日(土) 12時～17時30分

会場 日本女子体育大学本館(世田谷区北烏山8-19-1)

主催 雨宮 由紀枝氏(日本女子体育大学 体育学部 特任教授)

協賛 世田谷区福祉人材育成・研修センター TEL: 03-6379-4280 FAX: 03-6379-4281 E-mail: fukushijinzai@setagaya-jinzai.jp

第16回大会 開催案内

- 【大会テーマ】 「多様な人々をつなぐ運動・スポーツの可能性」
- 【日時】 令和6年11月9日(土) 12時～17時30分(開場 11時30分)
- 【会場】 日本女子体育大学本館(世田谷区北烏山8-19-1)
- 【基調講演】 「運動・スポーツでつながる地域の輪っかは！」 雨宮 由紀枝氏(日本女子体育大学 体育学部 特任教授)



お知らせ

夏休み 福祉体験 2024

申込制(先着順) 参加無料

～誰もが「幸せ」にくらせるまちをめざして～
みんなが「福祉」について考えよう!

日時：7月29日、8月3日・5日・12日、15日・17日・21日(午前・午後2回実施、1回2時間程度)

場所：世田谷区福祉人材育成・研修センター

募集：7月初旬に図書館等でチラシ配布。教育委員会情報配信サービス「すくーる」、区のお知らせで募集。

研修センター 公式 X

フォローしてください! @SetagayaKenshuC

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6-3-7-10 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 H P： <https://www.setagaya-jinzai.jp/>

世田谷区福祉人材育成・研修センター

じんざいくん便り

だよ

令和6年6月 第25号



研修センター ホームページ 「公開講座(トピック研修)」

ちょこっとリニューアルしました!

<https://www.setagaya-jinzai.jp/>

世田谷区内の福祉関係者や区民など、どなたでも自由に閲覧いただける研修動画を複数掲載しています。だれでも気軽に福祉について学べますので、人材育成や日頃の業務のヒント、福祉の理解のきっかけ作りとして、ぜひご活用ください!

公開講座のメニューは?

公開講座の特徴

- ・ホームページから手軽にアクセスできます。
- ・申し込みは必要ありません。
- ・24時間いつでも視聴できます。

医療・福祉

- 「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」
- 「誰もが住みやすい地域づくりに向けて～介護予防・重度化防止に今から取り組むこと～」
- 「誰もが住みやすい地域づくりに向けて～世田谷区で目指す これからの福祉～」
- 「在宅療養講演会・シンポジウム 住み慣れた地域で最期まで安心して暮らし続けるために」
- 「福祉サービス従事者に必要な感染対策」

介護・ケア

- 「介護のワンポイントレッスン」
 - 「事例MANGAで学ぶよりよいケアの実現」
 - 「安心して在宅生活を送るために…」
- 「福祉用具活用のスメリーフレットのご案内」 在宅療養講演会より

SNS

- 「Zoom初めてレッスン～Zoomの基本的な使い方のご説明～」

NEW 介護のワンポイントレッスン

車いす・介護ベットの基礎知識、移乗方法や腰痛予防体操等、日常生活にも役立つ介護の基本が短時間で学べます。初めての方にも分かりやすい内容になっています!

レッスンメニュー 今後も新しいメニューが追加されます!

- ① 介護ベットの操作
- ② 車いすの操作
- ③ 便利な移動・移乗方法
- ④ 腰痛予防体操

NEW 動画作成のワンポイントレッスン

自法人の事業所の「魅力」発信を目的に、スマートフォン等でメッセージ動画を作成するためのポイントが学べます!

撮影の段取りやコツをナレーションでお伝えします!

事業所の「魅力」発信! 動画作成のワンポイントレッスン

動画作成の流れ

1. ストーリーを考える(下記は一例)
 - ご利用者の様子や職員の様子を撮影し、集めているイメージを持ってもらう。それをもとに1～2分程度。
 - (ワン1) 建物や設備、広さ、雰囲気などをパノラマに事業所概要などの説明
 - (ワン2) 事業所内の様子
 - (ワン3) ご利用者や職員の様子
 - (ワン4) コミュニケーションをとっている様子
 - (ワン5) 事業所の魅力を説明
2. 撮影構図を決める
 - シーンに合わせて、人物にフォーカスするか、風景にフォーカスするか、大きめに決めます。(メモなどにしておくと便利です)

公開講座は研修センターホームページから視聴できます。

世田谷区 研修センター

検索

<https://www.setagaya-jinzai.jp/>



介護のワンポイントレッスン

車いすの操作編

レッスンの様子

Point

NEW 事例MANGA方式を活用した高齢者虐待予防

多職種協働技法について、「事例漫画」を活用して理解を深めることができます。

第一部 サイン

梅雨に入り、静かなオルゴールのBGMにあわせて、お話は展開していきます…。

研修ピックアップ

認知症ケア研修
認知症の理解 「認知症ケアの理念と視点」【動画研修】 視聴期間
 令和6年5月1日(水)～6月3日(月)

様々な視点からの学習をとおして、認知症の人に対する理解を深め、多職種協働により根拠をもって適切なケアを実践できる専門性の向上を図ることを目的としています。



講師：市川 裕太氏
 東京都認知症介護指導者
 世田谷区認知症介護指導者会

1. 理念と視点

- ①「理念」とは・・・物事の根底にある根本的な考え方や判断基準。つまり、認知症ケアの理念を「**どう踏まえて考えるか**」「**どう活かすか**」が大切
- ②「視点」とは・・・物事を観察する立場、観点つまり、認知症ケアに必要な視点を「**どう身に付けていくか**」が大切



3. 「ケア」とは

- ケア=支援 ※お世話ではない
- 認知症の方が「生き活きと生きる」ためのサポート
- 介護保険の理念は「**尊厳を保持する**」「**有する能力に応じる**」(自立支援)
- 認知症ケアの基本的な考え方
有する能力に応じ、自立した日常生活が営めるように、「**本人らしさ**」が出せるように取り組む。



5. 視点

●ケアをする側の「認知症の人」に対する考え方、持つべき視点、関わり方次第で「**認知症の人の姿**」は変わってくる。

支援者として持つべき視点 (介護者本位から本人本位へ)

介護者主体の視点	本人主体の視点
先入観	発想を豊かにやわらかく
決めつけ	幅広い見方・他の人の意見を参考に
固定的	生きている限り変化する姿
表面的	本人の言動の背景の意味を探る ・場面での意味 ・生活史の中の意味
あきらめ	可能性やその人らしさを最期まで見つける
してあげる	本人がどうしたいか問いつける
専門用語でわかったつもり	自分がそのように解釈されたら？

受講者アンケートから

- 改めて、認知症のご利用者に対して真のパーソンセンタードケアを行うことができているかを振り返るよい機会となった。ご自身の自立と自律を目指す視点を確認できた。
- 「本人本位」に考えることや「認知症」ではなく「人」を支援することを再度確認できました。認知症であっても生き活きと生きるために必要なことは正にその通りだと思えます。
- 『認知症』の人ではなく、認知症の『人』という捉え方を常に忘れずにいなければいけないと再認識する事ができました。

2. 認知症の理解

●認知症は「**病気**」ではなく、「**病気により引き起こされている状態**」
 ※原因となる病気(原因疾患)の種類によって脳の状態が異なり、症状の出方や進行具合が異なる。
知っていれば行動の予測が立てられることもある。
 診断の有無に関わらず、認知症ケアの理念と視点は変わらない。

4. 認知症ケアにおける「理念」

●ある物事についての、こうあるべきという根本の考え。理念は私達介護者側が行うべきケアの道筋とならなければならない。
 そして理念を考える際には、「**本人本位のケアの実践**」がポイント。「こうあるべき」は介護者本位になる可能性も。「**決めつけ**」「**先入観**」ではなく、「**本人本位**」への視点の転換が必要

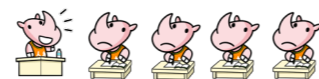
6. 視点の整理

- どんな視点を持って関わるべきか
 - 認知症の原因疾患の特徴はどうか
 - 基礎疾患や薬剤による影響はどうか
 - どんな心理的影響があるか
 - 人的環境による影響はどうか
 - 物理的環境による影響はどうか など
- ◇**どんな好み(多角度)があるか**
- ◇**どんな願いや希望があるか**
- ◇**どんな可能性を秘めているのか**
- ◇**他の人から認められる分野はなにか** など



7. 認知症ケアの理念と視点

・認知症について正しく理解することはとても大事
 ・**認知症の疾病や症状の部分にばかり焦点をあてるのではなく、「一人の人」として理解する視点が最も重要**
 ◆認知症があっても人として生き活きと生きられる姿を目指す。
 ◆その為に必要な視点を持って支援することが専門職の第一歩
 ◆様々な症状は認知症の方からの「メッセージ」。「問題行動」ではなく私たちへの「メッセージ」。本人に目を向け「本人本位」で、「病気」ではなく「人」への支援を
 ◆**人として当たり前の事が、認知症があっても当たり前に出るように。どうしたらいいか、考え続けましょう!**



食支援研修(栄養・調理)
「時短・非常時にも役立つ パッククッキング」【集合研修】
 開催日時 令和6年5月17日(金) 【1回】10時～12時30分 【2回】14時30分～17時

登録ヘルパー助成対象研修



食支援研修(栄養・調理)は、一人ひとりが、最後まで口からおいしく食事をするために、高齢者の特徴や栄養などの基礎知識を学び、専門性の向上をめざして実施しています。
 設備が充実した研修センターの調理実習室で、訪問介護事業所、医療・福祉従事者の方26名の参加で開催しました。
 パッククッキングは、少ない調味料で栄養分やうまみを逃がさない調理方法で、非常時にも役立ちます。時短や生活習慣病予防のためのポイントなどを講義と調理実習を通して学びました。



機能強化型認定栄養ケア・
 ステーション eatcoco
 米山 久美子氏



世田谷区社会福祉事業団
 竹内 洋子氏

1. 講義

【パッククッキングとは】

ポリ袋に食材と調味料を入れ、鍋で湯煎する調理法
 ※炊飯ジャーや電気ポットなどでも応用ができる

【ポリ袋の品質】

素材：高密度ポリエチレン
 耐熱温度：130℃
 厚さ：0.01mm以上



【パッククッキングの利点】

- ・様々な料理を同じ鍋で作ることができる
- ・鍋に入れたらほったらかしでOK
- ・食器を汚さず食べることができる(食器に袋ごとのせ、袋を開けて食べる)
- ・温かいものが食べられる
- ・水を再利用することができる
- ・普段食べているものの備蓄品の利用ができる
- ・日頃からの時短調理や調味料の節約調理として活用できる

【パッククッキングのポイント】

- ・複数の料理をする場合は、大きな鍋で加熱する。
- ・袋を縛る時は、できるだけ空気を抜き先端の方でしっかり縛る。
- ・火加減は小さな泡が出るぐらいで最後までそのまま
- ・蒸発しないので袋の中の水分は少なめでOK
- ・調味料は普通の1/3～1/2
- ・煮物、蒸し物に向く。
- ・骨のあるものや先のとがったものは袋が破れないように注意!
- ・菜箸で穴をあけないように注意!

2. 調理実演

講師によるデモンストレーションでは、袋を縛る時のポイントや「切り干しナポリタン風」など7品の実演

エネルギー・たんぱく質
 ビタミン・食物繊維

切り干しナポリタン風

【材料】(4人分)

- ・切り干し大根 20g
- ・大豆水煮缶 50g
- ・ウィンナー 4本
- ・ピーマン 1個
- ・コンソメ 小さじ1
- ・ケチャップ 大さじ3
- ・チューブにんにく 小さじ1
- ・水 50cc

【作り方】

- ①ビニール袋に切り干し大根を入れて、10分程度水に浸けておく。
- ②ウィンナーと、種を取ったピーマンをハサミで食べやすい大きさに切る。
- ③①の水を捨ててよく絞る。②と大豆の水煮缶と調味料を全て袋に入れ、袋の上からよく揉みこみ、空気を抜いて袋の口を閉じる。
- ④鍋に③を入れて30分加熱する。

▶ケチャップの酸味で食欲UP♪

3. 調理実習

各班に配られている食材を使い、パッククッキングのポイントを確認し、調理実習スタート!!

メニュー

- ・ツナ缶ときのこのシチュー
- ・コーヒー蒸しパン
- ・牛乳パックプリンなど

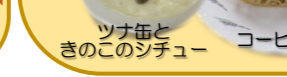


4. 発表・試食



「工程も少なく、年代問わず行える調理法なので、普段から取り入れられます」「ポリ袋で均一に混ぜたり、袋の縛り方や火加減など少しコツは必要ですが、事業所で伝達します」など各班より発表がありました。

湯せん調理とは思えない仕上がりとおいしさ



試食後は、各班楽しく交流タイム

5. 感想

- ・ポリ袋を使用した調理法をはじめて体験し、おいしく手軽にでき、「目からうろこ」でした。
- ・複数のメニューを一つの鍋ででき、ご利用者様と一緒に調理するときに活用します。
- ・牛乳パックを活用した調理は、応用できそうです。
- ・集合で実習を交えた研修は、とても良かったです。同じグループの方と意見交換を行いながら、とても楽しく学びました。

もしもの備えに

非常時もいつもと変わらない、栄養バランスのとれた温かい食事があると、心と体も満たされます。もしもの時のために日頃から、食品を備蓄してみませんか?
 ローリングストックのススメ：蓄える→食べる→補充するを繰り返し、一定量の食品が備蓄されている状態を保つ方法です。

