シラバス 9

科目番号・科目名	(9) こころとからだのしくみと生活支援技術			
指導目標	○介護技術の根拠となる人体の構造や機能に関する知識を習得し,安全な介護サービスの提供方法等を理解し，基礎的な一部または全介助等の介護が実施できる。 ○尊厳を保持し，その人の自立及び自律を尊重し，持てる力を発揮してもらいながらその人の在宅・地域等での生活を支える介護技術や知識を習得する。			
項目番号・項目名	時間数	うち 通学学習 時間数	うち 通信学習 時間数	講義内容・演習の実施方法・通信学習課題の概要等 (別紙でも可)
≪ア　基本知識の学習≫ ①　介護の基本的な考え方	3.0	2.0	1.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・理論にもとづく介護 ・法的根拠にもとづく介護 【学習のポイント】 ・「介護」が理論的にどのような変遷をたどってきたのかについて理解する。 ・「介護」が法的にどのような変遷をたどってきたのかについて理解する。 【演習】 ・グループワークにて「ボディメカニクス」について事例を用いて、考え意見を出し解説に繋げ理解を深める。 【通信課題】 ・近年の「介護に関する見方・考え方」についてまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
②　介護に関するこころのしくみの基礎的理解	4.0	3.0	1.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・学習と記憶に関する基礎知識 ・感情と意欲に関する基礎知識 ・自己概念と生きがい ・老化や障害を受け入れる適応行動とその阻害要因 【学習のポイント】 ・学習と記憶に関する基礎的な知識を理解する。 ・感情と意欲に関する基礎的な知識を理解する。 ・自己概念と生きがい，老化や障害の受容に関する基礎的知識を理解する 【演習】 ・個人ワーク又はグループワークにて「老化や障害を受入る適応行動とその阻害要因」について考え意見を出し解説に繋げ理解を深める。 【通信課題】 ・要介護状態になることによってみられる「高齢者の心理」についてまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
③　介護に関するからだのしくみの基礎的理解	5.0	4.0	1.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・生命の維持・恒常のしくみ ・人体の各部の名称と動きに関する基礎知識 ・骨・関節・筋に関する基礎知識とボディメカニクスの活用 ・中枢神経と体性神経に関する基礎知識 ・自律神経と内部器官に関する基礎知識 【学習のポイント】 ・生命の維持・恒常のしくみを理解する。 ・骨や関節など，からだの動きのメカニズムを理解する。 ・神経の種類と，そのはたらきを理解する。 ・眼や耳，心臓をはじめとするからだの器官のはたらきを理解する。 【演習】 ・グループワークにて「利用者の変化への気づき」を事例を用いて考え意見を出し解説に繋げ理解を深める。 【通信課題】 ・「ボディメカニクスの基本原理」についてまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
≪イ　生活支援技術の講義・演習≫	6.0	4.5	1.5	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・生活と家事の理解

④　生活と家事				・家事援助に関する基礎的知識と生活支援 【学習のポイント】 ・生活を継続していくための家事の重要性について学ぶ。 ・家事援助（調理，洗濯，掃除などの援助）は利用者にとってどのような意味があるのかを理解する。 ・家事援助とは何かについて具体的に理解する。 【演習】 ・個人ワーク又はグループワークにて「主体性とそれを引き出す方法について事例を用いて、考え意見を出し解説に繋げ理解を深める。 【通信課題】 ・「家事援助が単なるお手伝いでは無い理由」についてまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
⑤　快適な居住環境整備と介護	4.0	2.5	1.5	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・快適な居住環境に関する基礎知識 ・高齢者・障害者特有の居住環境整備と福祉用具の活用 【学習のポイント】 ・安心して快適に生活するために必要な環境の整備とは何かについて学ぶ。 ・住まいにおける安心・快適な室内環境の確保の仕方について学ぶ。 ・高齢者や障害のある人が生活するなかで，住宅改修や福祉用具を利用する意味や視点を学ぶ。 【演習】 ・個人ワーク又はグループワークにて「快適な住環境とは何か？」を考え意見を出し解説に繋げ理解を深める。 【通信課題】 ・「家庭内における不慮の事故を未然に防ぐ配慮」についてまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
⑥　整容に関連したこころとからだのしくみと自立に向けた介護	4.0	2.5	1.5	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・整容に関する基礎知識 ・整容の支援技術 【学習のポイント】 ・整容の必要性と，整容に関連するこころとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し，整容の介護を行うための技術を身につける。 【演習】 ・身支度、行為介助、整容行動をグループ又はペアで演習し、介助する側、される側両方を経験する（概ね 2.5 時間）。 【通信課題】 ・洗面介助を行う際の「自立に向けた留意点」をまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
⑦　移動・移乗に関連したこころとからだのしくみと自立に向けた介護	10.0	8.0	2.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・移動・移乗に関する基礎知識 ・移動・移乗に関する福祉用具とその活用方法 ・利用者・介助者にとって負担の少ない移動・移乗の支援 ・移動・移乗を阻害する要因の理解とその支援方法 ・移動と社会参加の留意点と支援 【学習のポイント】 ・移動・移乗の必要性と，移動・移乗に関連するこころとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し，移動・移乗の介護を行うための技術を身につける。 ・心身機能の低下が移動・移乗に及ぼす影響について理解する。 【演習】 ・ベッドからの移動、車椅子への移乗、トイレへの移動と移乗等、虚弱、麻痺あり、全介助等の身体状況別の設定を行い、一連の動作をグループ又はペアで演習し、介助する側、される側両方を経験する（概ね 8 時間）。
⑧　食事に関連したこころとからだのしくみと自立に	6.0	5.0	1.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・食事に関する基礎知識

向けた介護				・食事環境の整備と食事に関連する用具の活用方法 ・楽しい食事を阻害する要因の理解と支援方法 ・食事と社会参加の留意点と支援 【学習のポイント】 ・食事の必要性と，食事に関連するこころとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し，食事の介護を行うための技術を身につける。 ・心身機能の低下が食事に及ぼす影響について理解する。 【演習】 ・ベッド上での食事介助、座位での食事介助を虚弱、麻痺あり、全介助等の身体状況別の設定を行い、グループ又はペアで演習し、介助する側、される側両方を経験する（概ね 4 時間)。 【通信課題】 ・食事をおいしいく食べてもらうための「援助の留意点」をまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
⑨ 入浴、清潔保持に関連したこころとからだのしくみと自立に向けた介護	8.0	7.0	1.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・入浴・清潔保持に関連する基礎知識 ・入浴・清潔保持に関連する用具の活用方法 ・楽しい入浴を阻害する要因の理解と支援方法 【学習のポイント】 ・入浴・清潔保持がもたらす心身への効果と，入浴に関連するこころとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力をいかし，楽しい入浴の介護を行うための技術を身につける。 ・心身機能の低下が入浴・清潔保持に及ぼす影響について理解する。 【演習】 ・簡易浴槽を使用しての入浴介助、ケリーパッドを作成しベッド上での洗髪、タオルを使用しての洗顔、清拭を虚弱、麻痺あり、全介助等の身体状況別の設定を行い、グループ又はペアで演習し、介助する側、される側両方を経験する（概ね 5 時間)。 【通信課題】 ・からだを清潔にする方法として「入浴が最も効果的な理由」をまとめる。 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
⑩ 排泄に関連したこころとからだのしくみと自立に向けた介護	6.0	5.5	0.5	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・排泄に関する基礎知識 ・排泄環境の整備と関連する用具の活用方法 ・爽快な排泄を阻害する要因の理解と支援方法 【学習のポイント】 ・排泄の必要性と，排泄に関連するこころとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し，気持ちのよい排泄の介護を行うための技術を身につける。 ・心身機能の低下が排泄に及ぼす影響について理解する。 【演習】 ・ベッド上での排泄とオムツ交換、ポータブルトイレでの排泄と一連動作、トイレ移動での排泄介助を虚弱、麻痺あり、全介助等の身体状況別の設定を行い、グループ又はペアで演習し、介助する側、される側両方を経験する（概ね 4.5 時間)。 【通信課題】 ・「こころの問題が排泄に与える影響」または、「排泄に問題が生じたときのこころに与える影響」についてまとめる。等 ・関連正誤問題と穴埋め問題。等
⑪ 睡眠に関連したこころとからだのしくみと自立に向けた介護	4.0	4.0	0.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・睡眠に関する基礎知識 ・睡眠環境の整備と関連する用具の活用方法 ・快い睡眠を阻害する要因の理解と支援方法 【学習のポイント】 ・睡眠の必要性と，睡眠に関するこころとからだのしくみを理解する。 ・心地よい睡眠を支援するための知識と技術を身につける。

				・心身機能の低下が睡眠に及ぼす影響について理解する。 【演習】 ・ベッド上での安眠姿勢や環境整備等を虚弱、麻痺あり、全介助等の身体状況別の設定を行い、グループ又はペアで演習し、介助する側、される側両方を経験する（概ね 2 時間）。
⑫　死にゆく人に関連したこころとからだのしくみと終末期介護	3.0	3.0	0.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・終末期に関する基礎知識 ・生から死への過程 ・「死」に向き合うこころの理解 ・苦痛の少ない死への支援 【学習のポイント】 ・終末期のとらえ方を学ぶ。 ・終末期から死までの身体機能の変化について理解し，状況に合わせた対応を学ぶ。 ・死に直面したときの人の心理状況について理解し，こころの変化の受け止め方を学ぶ。 【演習】 ・事例を基に終末期の高齢者の心理と支援方法を虚弱、麻痺あり、全介助等の身体状況別の設定を行い、グループ又はペアで演習し、介助する側、される側両方を経験する（概ね 2 時間）。
≪ウ　生活支援技術演習≫ ⑬　介護過程の基礎的理解	4.0	4.0	0.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・介護過程の目的、意義、展開を一連の流れを理解する。 【学習のポイント】 ・現状の把握と希望する状態の把握 ・それに向けた展開を理解する。 ・チームアプローチを理解する。 【演習】 ・個人ワーク又はグループワークにて「分析→支援の検討」を行い「どの様な支援をしたら良いか？」を考え意見を出し解説に繋げ理解を深める。
⑭　総合生活支援技術演習	8.0	8.0	0.0	【目標・講義内容・学習課題の概要等】 ・生活支援技術の一連の流れを再確認し統合していく。 【学習のポイント】 ・各技術の要点やポイントの確認 ・落ち着き、丁寧な技術を心掛ける。 【演習】 ・今までの技術で行ってきた事例（2～3 事例）を基に、具体的な事例を詳細（要介護度、必要なケア、時間）に設定しグループ又はペアで介助する側、される側両方を演習する（概ね 6 時間）。
（合計時間数）	75.0	63.0	12.0	

使用する機器・備品等	・テキスト ・動画教材 ・PowerPoint 資料 ・介護用ベッド、車椅子、ポータブルトイレ、紙おむつ、リハビリパンツ、タオル類、食器、更衣介助用衣類、杖、アイマスク、電子体温計、電子血圧計　等