

介護基礎コース 「寝たきりゼロ作戦の介護講座」

< 参加者へのご連絡事項 >

- ・実技指導がありますのでスラックスなどの動きやすい服装・靴でご参加ください。
- ・筆記用具持参 (注) スカート・サンダルでの参加は避けてください。

時間	項目	内容	講師
10:00～10:15	はじめに	●開講あいさつ	
10:15～12:15	<講義> 寝たきりからの 脱出作戦 1 ■あなたの介護観は 間違っていないか？	●寝たきりからの脱出作戦 ・寝たきりはつくられてきた ・寝たきりはふせげるか(寝たきりの原因と予防) ・寝たきりをつくらない介護観 ●入院時から始まる介護準備 ・急性期入院から、退院後の生活の場の選択へ ・介護保険をはじめとする社会資源の積極活用	保健師または 看護師
	■介護経験者がホンネ で語るコーナー ～ある日突然家族が 倒れたら…～	●介護経験者が語る！ある日突然家族が倒れたら… だれにでもおこりうる突然の病、もし自分の家族に起 こってしまったらその時あなたは？そして生活はどう なるのでしょうか。男性が介護者になる場合は家事自立 が出来ずに更に深刻と言われます。経験談を通じて考え ます。	NPO 団体 介護経験者等
12:15～13:00	昼 食		
13:00～13:40	<講義> 寝たきりからの 脱出作戦 2 ■自立を助ける 福祉用具と環境整備	●介護保険を活用した住環境整備と福祉用具の活用 ・介護保険で活用できる介護用品とは ・介護用品で生活の自立と介護負担の軽減を ・住宅改修は高齢者のニーズに合わせて	保健師または 看護師
13:40～15:55	<体験実技> 寝たきりからの 脱出作戦 3 ■「ベッドから離れる」 が寝たきりを防ぐ	●「高齢者を元気にする介護方法」の実践 ・ベッドから離れることの意義 ・「力まかせの介護」からボディメカニクスを活用し た「新しい介護」へ ●寝たきりにならないための移動技術 (介助する側・される側に立って全身体験) ・ベッドからの起き上がりの方法 ・ベッドから車いすへの移乗方法 ・車いすでの移動の方法	理学療法士 保健師または 看護師
	<講義・実技> ■専門家があなたの悩 みにこたえる Q & A コーナー	●専門家があなたの悩みにこたえます 参加申込時にいただいた介護に対して抱いている不 安・悩み・疑問などに対し、専門家がおこたえます。	
15:55～16:00	まとめ	●閉講のあいさつ ●アンケート記入	