平成２９年度「介護講座」実施要綱

１．目　的

組合員及びその家族を対象に、病気の予防や高齢者の自立をめざした「介護講座」を実施し、家庭における家族介護を支援する。

２　主　催　 公立学校共済組合香川支部

３　対象者　 組合員及びその家族

４　定　員　 ３０名

５　講　師　　株式会社　ルネサンス

６　実施日･時間･会場

平成２９年８月４日（金）１０:００～１６：１５

綾歌総合文化会館アイレックス「小ホール」 丸亀市綾歌町栗熊西1680 電話0877-86-6800

７　日　程

|  |  |
| --- | --- |
| 時　間 | 内　　　　　　容 |
| ９：３０ | 受　　付 |
| １０：００ | あいさつ |
| １０：１０ | 【講義】本人と家族に合わせた生活づくり  ①その人らしい生活づくりと介護計画、介護技術について  ②家族に合わせた生活づくりのポイント  ③介護保険制度を使った住宅改修と福祉用具の活用 |
| １２：００ | 昼　食　・　休　憩 |  |
| １３：００ | 【実技Ⅰ】起床　　身体機能低下防止のために  ①ベッドからの起き上がり（自分で起き上がれない場合は介助）  ②「本人が出来る部分」を増やす工夫  【実技Ⅱ】移動　　身体機能低下防止のために  ①ボディメカニクスの活用　　②安全な歩行介助　　③車椅子使用時のポイント  【実技Ⅲ】排泄　　排泄の自立がやる気をつくる  ①気持ちいい排泄とは　　・元気な時から尿漏れ対策（骨盤底筋群体操）  ②排泄介助における自立支援とは  　　・自立に向けたおむつの選択　　・尿器、ポータブルトイレの使い方  　　・オムツのあて方　　・陰部洗浄  【実技Ⅳ】更衣　　着替えが生活のリズムをつくる  ①着衣の意義・衣服の工夫  ②座位での着替え　　・麻痺がある場合の更衣　　・寝たきりの場合の更衣  【実技Ⅴ】食事　　体調を整え、楽しみのある生活をつくる  ①口から食べることの大切さ  ②安全に食事をするためのポイント  　　　・とろみの体験　　・食事の種類　　・介助法　　・自助具の活用  【実技Ⅵ】口腔ケア　　口腔ケアがもたらす効果について  ①誤嚥・誤嚥性肺炎の予防  ②口腔ケアの方法　　・義歯の掃除  【実技Ⅶ】清潔保持　　爽快感が気持ちをやわらげる  ①全清拭と部分浴（足浴・手浴）の方法　　・顔の拭き方、全身の清拭方法  ②入浴、シャワー浴、入浴サービスの活用 |
| １５：３０ | まとめ  ①介護ストレスの軽減　　　　②介護保険制度の利用  ③レスパイトケア（家族の介護負担の軽減） |
| １６：００ | アンケート記入 |
| １６：１５ | 閉　　会 |

　　　※時間・内容が変更になる場合があります。

８　その他

(1)　実技は、動きやすい服装で参加してください。

(2)　昼食は、参加者各自でお願いします。