

木下福祉アカデミーでは、研修を通じて基礎知識・技術を習得することと同様に、習得後に維持することも重要と考えています。

しかしながら、大事な基礎知識・技術であっても忙しい日々の中で忘れていってしまうことも多々あります。そしてその自己流の介護は、往々にして事故やケガに繋がってしまうリスクを内包しています。

そこで、木下福祉アカデミーでは5分間研修という形で、継続的に基礎を確認できるツールをご用意致します。短時間で実施できるため、職員様の研修にご活用いただければ幸いです。

5分間研修とは…

5分間研修は、介護の基礎となる内容に関する学習を、「資料+ミニテスト」という形式で実施する研修です。事前に資料を読んで学習し、それをテスト形式で確認することで、身につけているかどうかをチェックすることができます。また、テスト形式として「結果」が分かりやすくなることで、学習した当人も自分が何を理解していて、何を理解していないのが明確になり、整理しやすくなります。

<5分間研修実施の流れ>

事前学習資料の配布…事前学習資料は隔月でご用意します。



ミニテストの実施…ミーティングなどの時間を活用し、5分間で実施してください。



答案用紙の回収・保管…答案には研修での学びを記入して保管してください。

また、5分間研修の学習項目は、「情報公表」において必要とされている研修項目を網羅したものとなっています。その為、5分間研修の結果を、事業所内研修として保管することで、情報公表の際に研修を実施しているという実績として残すこともできます。

職員様の継続的な研修とするとともに、事業所の研修に係る業務負担の軽減としてもご活用いただける内容となっています。是非ご活用いただければと存じます。

木下福祉アカデミー

【記入例】

5分間研修 ～ 8・9月 介護予防及び要介護度進行予防

得点
13 / 15

所属事業所名	特別養護老人ホーム キノの里	職種	介護職
氏名	木下 アカデ		
研修日	西暦 2018 年 〇 月 × 日 (△) 10 : 00 ~ 10 : 30 [0.5 時間]		
研修場所	1階 多目的室		
研修名	5分間研修		

研修報告書(議事録)として使用するため、研修日、研修場所

1 介護予防の理念に関する以下の文章を読み、空欄に該当する語句を回答欄に記入してください。

- 生活機能の低下した高齢者に対しては、リハビリテーションの理念を踏まえて、「**カ**」それぞれの要素にバランスよく働きかけることが重要であり、単に高齢者の運動機能や栄養状態といった心身機能の改善だけを目指すものではなく、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を促し、それによって一人ひとりの生きがいや(**イ**)のための取組を支援して、(**ウ**)の向上を目指すものである。
- ICFの考え方では、本人の身体機能だけでなく、「(**エ**)因子」や「(**オ**)因子」が本人の生活機能に相互に影響を与え合っているとされている。
- 自立支援とは、単に身体動作についてののみいうものではなく、選択の自由なども含めた生活行為全般において本人の(**カ**)や想い、希望が反映され、主体的な生活が送れるようにサービスを整えることである。

2 これからの介護予防に関する以下の文章を読み、空欄に該当する語句を回答欄に記入しなさい

- 高齢者本人へのアプローチだけではなく、高齢者本人を取り巻く(**キ**)へのアプローチも含めたバランスのとれたアプローチを行い、(**ク**)を持って生活できる地域を目指す
- 高齢者もサービスの担い手としての役割を持ち、地域の中で新たな(**ケ**)を持つことで、結果として介護予防につなげる
- 地域の中での人と人とのつながりを通じて参加者や通いの場が(**コ**)に拡大していくような地域づくりを推進する
- (**サ**)が主体的に取り組む

3 地域包括ケアシステムに関する以下の文章を読み、空欄に該当する語句を回答欄に記入しなさい

- 地域包括ケアシステムとは、住み慣れた地域の中で「医療」「介護」「(**シ**)」「生活支援・介護予防」といったサービスを一体的に提供する体制である。
- 地域包括ケアシステムは、(**ス**)に在籍するケアマネジャーが、利用者の地域での生活をコーディネートし、可能な限り(**セ**)での生活を継続させる。
- 地域で活動する介護事業所等は、ただ(**ソ**)で活動するのではなく、常に「介護予防・(**ソ**)」の視点を持つことが必要である。

問題文の空欄の記号に該当する解答欄に答案を記入してください

ア	参加	イ	自己実現	ウ	QOL
エ	環境	エ	性格	カ	意志
オ	生きがい	ク	生きがい	ケ	社会的役割
コ	継続的	サ	市町村	シ	住まい
ス	地域包括支援センター	セ	在宅		

採点終了後、テスト結果まで踏まえたうえで学びを記入すると効果的です。

4 今回の研修の学び (採点終了後に記入してください)

自立支援は日頃から意識しているつもりだったが、身体面にばかり目が行っていたことに気が付いた。また、テストをしてみると、覚えていたつもりが覚えていなかったものもあり、復習が必要だと思った。