

2019年11月1日  
メディブル株式会社

外国人介護人材受入れ施設のための専用 E ラーニング  
『ねこの手+』学習プログラム

**清拭** 配信開始

身体介護である「清拭」は単純に身体を清潔に保つだけでなくご利用者の自立を支援することにもつながります。清拭の基礎から役割、ご利用者の皮膚の注意点、介護の手順では実際の実技を見ながら勉強しましょう。

**1 身体を清潔にする意義**

身体を清潔に保つことは、自立支援につながります  
皮膚には様々な役割があります

**2 清拭の基礎知識**

清拭とは  
清拭の効果  
主な手順  
タオルの使い方  
高齢者の皮膚に対する注意点

**3 介助の手順**

事前準備  
顔を拭く  
布団⇒バスタオルに換えて、パジャマを脱いで頂く  
腕を拭く  
胸を拭く  
腹部を拭く  
側臥位になり背部を拭く  
下肢を拭く  
パジャマを着る

介護の目標は、ご利用者の自立支援です。ご利用者が自立した生活を送るためには、ご利用者に主体性を持っていただける関わり方をすることがとても大切です。今回の講義は身体介護のポイントと排泄介助の基本とポイントを詳しく説明いたします。

## **1 身体介護のポイント介護技術と身体介護**

自立支援を目指す介護技術  
個別性の尊重  
自己決定の尊重  
全ての身体介護に共通するポイント  
安全に  
快適に  
効率よく  
自立を促す声かけを  
ボディメカニクスを実践

## **2 排泄介助の基本**

排尿のケア  
尿失禁の種類  
排便のケア  
排便に適した姿勢  
排便に適したタイミング  
座って排便することの重要性  
便秘予防のケア 8 原則

## **3 排泄介助のポイント**

排泄介助を行うときの注意点  
ご利用者の負担を理解する  
羞恥心（恥ずかしさ）に配慮する  
できるだけトイレでの排泄を促す ベットからトイレへ  
オムツは漏れないように当てる  
陰部洗浄をしっかりと

## 4 介助の手順

ご利用者にケア内容をお伝えし、準備する  
ベット上でオムツ交換  
物品準備  
脱衣  
陰部の洗浄  
臀部の洗浄（介助者側に向いた側臥位）  
臀部の洗浄（4の逆側臥位）  
オムツ装着  
着衣  
片付け  
手洗い、ご利用者に挨拶し、終了・退室する

### **入浴介助** 配信開始

入浴の目的は「身体の清潔保持」や「気分転換」だけでなく、入浴中は、現有能力＝残存機能を活かした「ご自分で洗える部分は洗って頂く」、「ご自分で洗える部分を増やす」ことが大切です。入浴前の衣服を選ぶ楽しみや入浴してリフレッシュしていただき、意欲の引き出しや外出したいと思うきっかけとなる自立支援には効果的です。入浴介助の基礎からご利用者の身体状況観察方法、入浴前の確認から丁寧に指導しております。実技を見て、声替え、注意点などを学びましょう。

#### 1 入浴介助の大前提

お客様の安全・安心を第一に考えましょう  
A D L や環境に配慮しましょう。

#### 2 介助の方法

事前準備  
ご利用者の身体状況を観察  
入浴環境の確認  
身体を洗う  
頭を洗う  
浴槽をまたぐ  
入浴する  
浴槽からでる

シャワーをかける  
身体を拭く  
入浴後は、身体状況を確認しよう

## **身体介護【衣類着脱】** 12月公開予定

衣類を交換するという事は、ご利用者の清潔を保つためにとっても大切なことです。身体の状態で介護職員のサポートがないと着替えができないご利用者がいます。寝たきりでなく、身体を動かす重要な衣類の3つの役割、着脱のポイント、右方麻痺のご利用者のトレーナーからバジャマへの着替え介助の実技とともにお声替え、準備、注意ポイントを学びましょう。

### **1 衣類を交換することの意義**

衣類の3つの役割  
適した衣類を選びましょう

### **2 衣類着脱のポイント**

部屋の環境を整える  
無理な姿勢を取らない  
現有能力を活用していただく  
気分によって衣類を工夫する

### **3 介助の手順**

## **接遇マナーと利用者満足** 12月公開予定

サービス業として意識の原点は「ご利用者（ご家族）の立場だったら、どのようなサービスをうけたいか？」というご利用者（ご家族）本位の考え方をすることから始まります。

接遇マナーと利用者満足についてマナーと身だしなみからビジネスマナーの基本、クレーム対応など「おもてなしのこころ」を学びましょう。

### **1 質を高めるためのマナーと身だしなみ**

身だしなみとおしゃれは異なります  
身だしなみのポイント  
CS（お客様満足）の仕組み

## 2 介護職に必要なマナーの基本

「挨拶」は非常に大切なマナーの基本です  
あいさつの基本

## 3 ビジネスマナーの基本

呼称（こしよ）  
敬語  
職場の10大基本用語  
「感謝」と「謝罪」の言葉を区別する  
「ご苦労様です」という言葉は目上の人に使わない  
お辞儀  
会釈  
敬礼  
最敬礼  
電話対応  
電話対応の基本  
基本フレーズ  
取り次ぐことができない場合  
伝言メモ作成  
事業所（施設）にクレームの電話がかかってきた場合  
携帯電話のマナー  
携帯電話の基本原則  
外出先の相手に電話をかける時  
外出先で、電話を受ける時

### **口腔ケア** 2020年1月配信開始

口腔ケアとは、お口の健康を維持・向上させるために必要とされている、お口の健康管理です。口がさっぱりし噛む力が増すことで、食事がおいしく食べられ体力もつき、生活意欲がでてきます。生活への意欲が出てくると、QOL（Quality of Life）の向上にもつながります。口腔ケアの基礎、唾液の重要性、口腔ケアの事前準備から基礎を学びましょう。

## 1 口腔ケアとは

お口の健康がもたらす『好循環』  
高齢者の口腔内の特徴・障がい  
唾液の減少により起こる障がい  
歯の減少による起こる障がい  
嚥下力の低下により起こる障がい  
高齢者の肺炎の原因は「口腔内細菌」がほとんど！  
脱水による細菌の繁殖  
誤嚥性肺炎  
むせや嚥下障がいをなくしましょう！

## 2 唾液の重要性と口腔ケアの関係

口の中は菌でいっぱいです  
唾液には重要な役割があります

## 3 口腔ケアの事前準備

お客様のお口の状態をチェック！  
口腔ケア成功に向けて  
お客様・ご家族への説明  
お客様の姿勢  
雰囲気作り

### **食事介助と専門的調理** 2020年2月配信開始

食事介助を行うときのポイントは、食べる機能障がいを補えるような食事介助を行うことです。本来楽しみである食事が苦しみにならないように、誤嚥（食べ物が入って気管に入る事）を起こさず、安全でたべやすく、おいしい食事になるよう環境作りから、安全に食べるための工夫、身体状況に合わせた介助方法を学びましょう。

## 1 食事介助の基本

食事は口から食べることが基本  
口腔内の衛生状態がよくなる

運動・感覚をつかさどる部分が活発になる  
内臓が活発に動き出す  
口から食べる条件  
食べ物が適当な大きさであること  
唾液が十分に分泌されていること  
呼吸が一瞬止まること  
安全で楽しい食事環境を作る  
口腔内をチェックする  
食べる行為のメカニズム  
正しい姿勢とは

## 2 食事介助で使用する自助具

自助具  
自助具を選ぶ時のポイント

## 3 食事介助を行うときのポイント

食事に集中しやすい環境を作る  
目が覚めているかを確認する  
おいしく、安全に食べるための工夫  
「おいしく」・「楽しく」  
お客様と目線の高さをそろえて！  
お客様に合わせた調理形態、一口摂取量を調整する  
のどの動きに注目！  
声がかすれたり、痰がからんだような声には要注意  
バランスよく食べて頂けるように声かけを！  
食後、すぐに横にならないようにしましょう。  
食物残渣がないかを確認しましょう。  
身体状況に合わせた介助  
摂食動作が困難な場合  
唇を閉じることが困難な場合  
舌を動かすことが困難な場合

口腔ケアの講義はお口の健康を維持・向上させるために必要とされている、お口の健康管理。口がさっぱりし噛む力が増す事で、食事がおいしく食べられ、体力もつき生活の意欲が出てくる効果と生活への意欲がでてくるとQOL（Quality of Life）の向上につながるとご説明しました。今回は「口腔ケア」をする上で必要な「歯磨きとうがい・口腔内清拭と義歯の掃除についてご説明します。実際に歯ブラシなどのツールを用いながら実践で活用していきましょう。

## **1 歯磨き・うがい**

歯ブラシの選び方

歯磨き 食事後

舌も磨きましょう！

口腔ケア用具

磨き残しを確認しましょう

うがいについて

目的別のうがい

うがいの前にチェックしましょう！

お客様にうがいをしていただく時の注意点

## **2 口腔内清拭**

義歯の清掃

義歯の種類

入れ方・外し方

洗浄

保管