

シニア生活・介護支援サポーターテキスト

目次

まえがき

第1章	日本の高齢化とシニア生活・介護支援サポーター創設の意義	1
第1節	超高齢社会と新しい公共への胎動	3
1.	世界トップクラスの長寿と低出生率	
2.	病気・要介護に陥らない生き方 —P. P. Kの生涯をめざす—	
3.	新しい公共への動き	
第2節	介護保険制度の現状と問題点	7
1.	介護保険制度の概括	
2.	介護保険の近未来 —どんな改革が予想されるか—	
第3節	ボランティア提供の基本と人権	9
1.	ボランティアにも責任が	
2.	社会創造性の原則でボランティアは何でもできるが …シニア生活・介護支援サポーター創設の意義	
3.	人間の尊厳を守るボランティア介護・介助を	

第2章	介護概論、在宅サービスの基本と心得	13
第1節	介護概論	14
1.	介護の歴史	
2.	介護の定義	
3.	介護と看護の分化とそれぞれの業務	
4.	介護の原則	
第2節	サービス活動の心得とマナー	18
1.	支援の心得	
2.	支援のマナー	
3.	家事援助の基本原則	

第3章	高齢者の特性の理解	21
第1節	加齢による生涯の理解（老化で体はどう変化するか）	22
1.	人のライフサイクルについて	
第2節	年齢と共に変わる心と体	24
第3節	老年期の病気の特徴、かかりやすい病気（心豊かで快適な生活を送るために）	25
1.	脳血管障がい	
2.	心臓の病気	
3.	認知症	
4.	悪性新生物（がん）	
5.	骨の疾患	
6.	火傷	

7. 褥瘡

第4節 ノーマライゼーションについて	32
1. いつまでも輝いて生きる	
2. ノーマライゼーションについて	
<hr/>	
第4章 認知症のある人の理解と傾聴	35
第1節 認知症の基本理解、医学的知識	36
1. 老化現象（老化と体の変化）	
2. 脳の働き（メカニズム）	
第2節 認知症のある人への対応	43
1. 精神の変化への対応	
2. コミュニケーションの持ち方	
3. 問題行動への対応	
第3節 傾聴と受容	47
お世話10カ条	
介護者（提供者）10カ条	
第4節 介護する人の心の健康	49
1. 介護する人の役割、条件	
2. 自分の健康は自分の責任、自分で守る	
薬物療法の対応	
アクティビティケア（生活活性化支援）	
身体ケア	
第5節 認知症の進行予防と対策	53
対策例	
1) 「回想法」	
2) 「音楽療法」	
事 例	
Aさん 75歳女性 要介護2	
C氏 89歳男性 要介護2（2年前に脳卒中で倒れる）	
E氏 84歳男性 認知症Ⅲ	
<hr/>	
第5章 感染症の知識と対応	59
第1節 感染症とは	60
1. 感染症の理解	
2. 高齢者に起こりやすい感染症	
第2節 在宅サービス提供者の注意事項	62
1. サービス提供時のチェックポイント	

2. 手洗い	
3. 手洗いと手荒れ	
第3節 代表的な感染症の知識（症状と予防）	65
1. MRSA	
2. 肝炎	
3. 疥癬	
4. 結核	
5. 食中毒	
(1) ノロウイルス	
(2) 病原性大腸菌 O-157	
付録 食中毒予防のポイント	
<hr/>	
第6章 日常生活の支援	75
第1節 具体的な事例	76
1. 望まれる生活環境	
2. 掃除	
3. 洗濯	
4. 調理	
5. 食事介助	
6. 口腔ケア	
7. 清潔	
<hr/>	
第7章 寝たきりにならないための実技（離床）	93
第1節 新しい介護の考え方	94
1. 「座る」介護	
2. 「合意による」介護	
第2節 寝たきりにならないための実技（離床）	96
1. 寝返り（横向きになる＝仰臥位から側臥位）	
2. 起き上がり	
3. 端座位	
4. ベッドからの立ち上がり	
5. ベッドから車椅子への移乗	
6. 衣服の着脱	
<hr/>	
第8章 車椅子介助の方法	105
第1節 車椅子に乗る人	106
第2節 車椅子介助の留意点と注意点	107

1. 留意点
2. 注意点
3. 車椅子を操作するのは“あなた”です

第3節 車椅子での移動の実際 110

1. 押し方とブレーキのかけ方
2. キャスター（前輪）上げと移動
3. 段差への上がり方
4. 段差からの下り方
5. 坂道の上り方と下り方
6. 砂利道やでこぼこ道の通過
7. 溝の越え方
8. エレベーターの乗り方・降り方
9. 電車の乗り方・降り方
10. エスカレーターでの使用方法
11. 階段での使用方法

第4節 新幹線・飛行機（国内線）での車椅子の利用方法 117

1. 新幹線
2. 在来線
3. 飛行機
4. 電動車椅子の飛行機（国内線）利用

第9章 緊急時の対応と応急手当 119

第1節 緊急時の対応 120

1. 緊急事態が発生した場合の連絡手順

第2節 応急手当 121

1. 応急手当と救急処置
2. 応急手当を身につける
3. 応急手当がなぜ必要なのか？
4. 応急手当の手順
 - 救命処置（A） 心肺蘇生の手順
 - 救命処置（B） AEDが到着
5. のどにものがかえたとき
6. 止血の方法
7. 症状の悪化を防ぐ応急手当
8. 傷病者の移動方法

第3節 覚えておきましょう！予防救急 134

あとがき