

令和6年度 高専連携事業

栗山高校2年生

「栗山と福祉」授業概要資料

【タイトル】 栗山と福祉（第1回）

～高齢者疑似体験～

【授業概要】

日	時	令和6年5月9日（木） 10：45～12：35
場	所	北海道介護福祉学校 205 教室
対	象	北海道栗山高等学校2年生（49名）
担	当	北海道介護福祉学校専任教員および高専連携支援員
テ	ー	マ
スケジュール		老化に伴う身体的特徴と生活の影響について疑似体験を通して理解する
		10：50 全体講義：高齢者の身体的変化について
		11：15 体験演習：①視覚体験（2組）
		②聴覚体験（2組）
		③歩行体験（1組）
		11：10 休憩
		11：50 体験演習：①視覚体験（1組）
		②聴覚体験（1組）
		③歩行体験（2組）
		12：10 全体のまとめ：感想、意見交換
		12：30 終了

※体験演習に関しては、文末の備考欄参照

使 用 物 品

【北海道介護福祉学校備品等】

視覚障がい体験ゴーグル5セット、可動域制限5セット、重りベスト5セット、イヤーマフ2セット、スロープ1台、段差1台、お箸2膳、お皿4枚、スプーン2個、瓶（大・小）1個、ビーズ、丸椅子50脚、椅子4脚、机3台、軍手2セット

【授業の様子】



講義



視覚体験



聴覚体験



歩行体験



関節可動域制限



感想・まとめ

【備考】

1 視覚体験 (10分)

- ①視覚障がい体験ゴーグルを装着し、軍手（2枚履き）を履き手首に重りをつけた状態で箸を使ってビーズをつかむ
- ②視覚障がい体験ゴーグルを装着し、軍手（2枚履き）を履きコインをつかむ
- ③視覚障がい体験ゴーグルを装着し、軍手（2枚履き）を履き瓶の蓋を開ける

2 聴覚体験 (10分)

- ①聞く側・話す側に分かれて、聞く側はイヤーマフを付ける。話す側はマスクを着けてお題に沿って話をする。遠い所からはじめ、聞く側が聞こえるところまで少しずつ近づく。

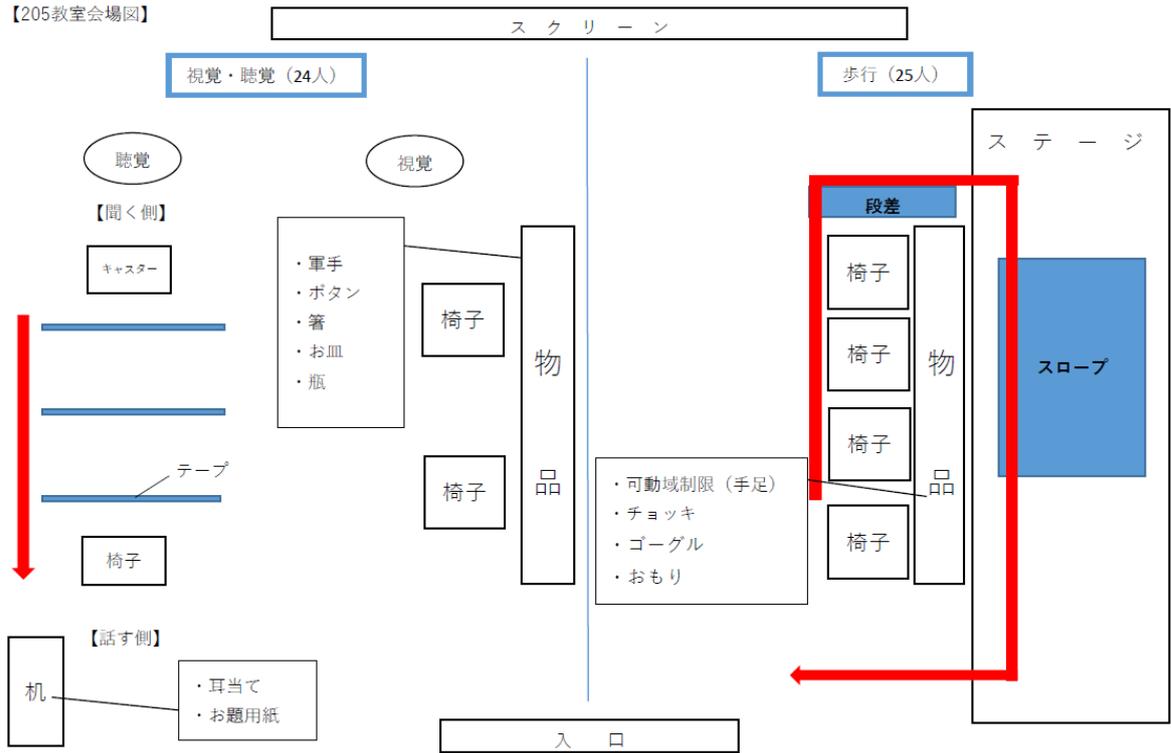
3 歩行体験 (20分)

- ①2人1組になり、介護者役、利用者役両方を体験。高齢者疑似セット（ゴーグル・可動域制限・重り・重りベスト）を付けて段差越え、スロープ越えを体験。

<p>視覚障がい体験</p>  <p>白内障や緑内障の方の物の見え方が体験出来るもの。</p>	<p>聴覚体験</p>  <p>高齢者の耳の聞こえにくさが体験できるもの。つけることで音が小さくこもって聞こえる。</p>
<p>関節可動域制限</p>  <p>高齢者の手足の動きにくさが体験できるもの。膝と肘につけることで関節の動きにくさが生じる。</p>	<p>重り・ベスト</p>  <p>重りを入れたベストを着ることで腰が曲がった腰が曲がった高齢者の体験ができるもの。</p>

【会場図】

【205教室会場図】



【タイトル】 栗山と福祉（第2回）
～ベッドメイキング～

【授業概要】

日	時	令和6年5月10日（金） 10:45～12:35
場	所	北海道介護福祉学校 205 教室
対 象 者		北海道栗山高等学校2年生（46名）
担 当 者		北海道介護福祉学校専任教員および高専連携支援員
テ ー マ		安全安楽なベッドメイキングに向けて
スケジュール		10:50 全体講義：安全安楽なベッドメイキングに向けて 11:10 デモンストレーション 11:20 体験演習Ⅰ：ベッドメイキング 11:40 休憩 11:50 体験演習Ⅰ：ベッドメイキング 12:10 全体まとめ・感想 12:30 終了

※体験演習Ⅰに関しては、文末の備考欄参照

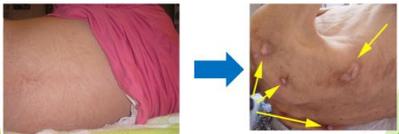
使 用 物 品 【北海道介護福祉学校備品等】
ベッド11台、シーツ11枚、枕11個、枕カバー11枚、ドラムコード3個
ワゴン11台

【留意点】

- この授業を通して考えるテーマ
①居住環境整備の目的が理解できる
②ベッドメイキングの方法を知ることができる
③体の向きが適切に動くことができる

【使用資料（パワーポイント一部抜粋）】



<p>ベッドメイキングの5つの原則</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 安全・安楽 2. 効率性 3. 耐久性 4. 外観美 5. 清潔と管理 <p>具体的な内容 としては何か？ 考えてよう。</p>	<p>シーツのしわによる褥瘡 (床ずれ)</p> 
--	--

【授業の様子】



講義



ベッドメイキング (シーツ)



ベッドメイキング (枕)

【備考】

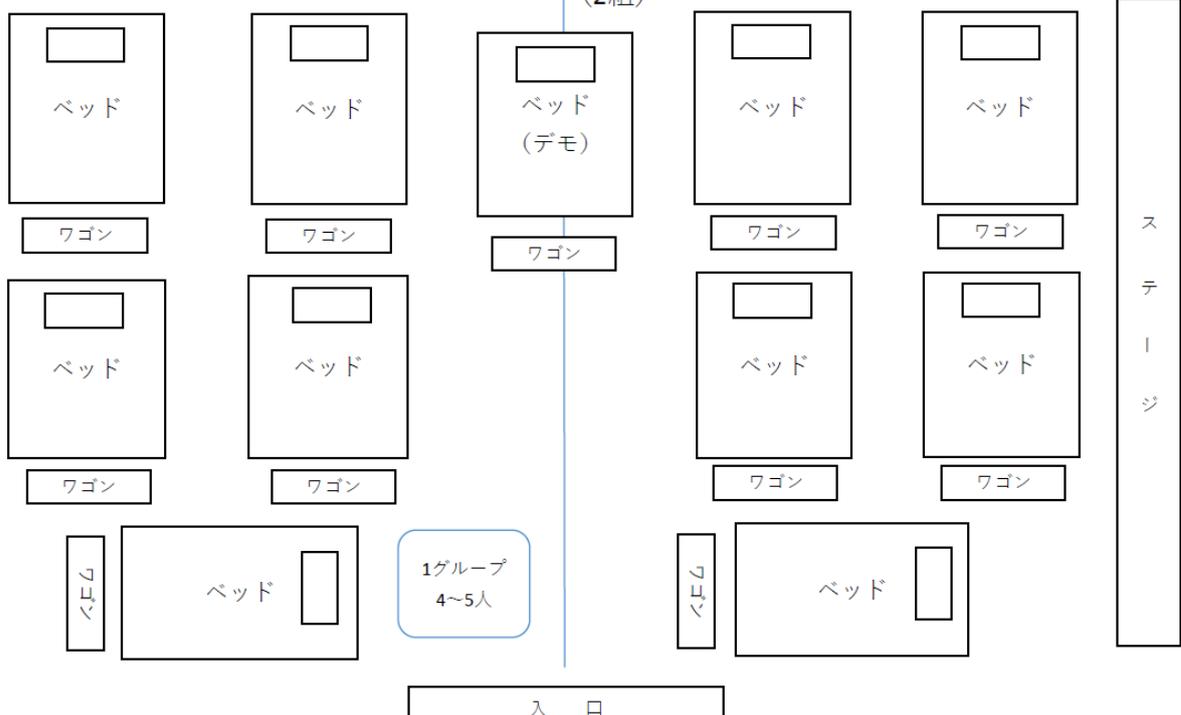
- 4~5人1グループ×10ベッドに分かれてベッドメイキングを体験
(シーツ、枕、シーツの畳方)

【会場図】

【205教室会場図】

(1組)

(2組)



【タイトル】 栗山と福祉（第3回）

～体位変換～

【授業概要】

日	時	令和6年5月13日（月） 10:45～12:35
場	所	北海道介護福祉学校 205 教室
対	象	北海道栗山高等学校2年生（46名）
担	当	北海道介護福祉学校専任教員および高専連携支援員
テ	ー	マ
スケジュール		10:50 全体講義：日常生活の姿勢と動作 11:00 デモンストレーションⅠ：自力での自然な動作 11:05 体験演習Ⅰ：自力での自然な動作 11:15 デモンストレーションⅡ：介助方法 11:20 体験演習Ⅱ：介助方法 11:40 休憩 11:50 体験演習Ⅱ：介助方法 12:15 全体まとめ 12:30 終了

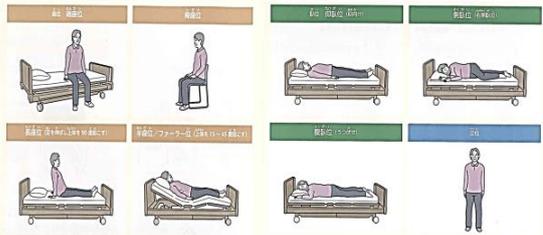
※体験演習Ⅰ・Ⅱに関しては、文末の備考欄参照

使用物品

【北海道介護福祉学校備品等】

ベッド11台、シーツ11枚、枕11個、枕カバー11枚、ドラムコード3個
ワゴン11台

【使用資料（パワーポイント一部抜粋）】

<h3>本日の目標</h3> <ul style="list-style-type: none">・姿勢と動作の基本を学び、日常動作と照らし合わせてみる・介護の3つの原則を知る・言葉掛けを行い、※協力動作を促すことができる<ul style="list-style-type: none">▫ 「できること」は、具体的に促す▫ 「困難」や「支障」のあることをサポート・相手を尊重する態度を養うことができる	<h3>姿勢(体位)の種類</h3> 
<h3>介護の3つの原則 ～ 思考から実践へ</h3> <ul style="list-style-type: none">安全・安楽<ul style="list-style-type: none">・利用者本人、介護者双方に通じ、危険防止の視点に立つ・転倒、転落、強打に注意し、麻痺例を保護する自立支援<ul style="list-style-type: none">・介護を受けながらも、生活の自立を継続する・もっている機能や本人の強みを活用した自律へ向かう個人の尊厳<ul style="list-style-type: none">・その人の意向と個性が尊重され、人権が守られる・介護を受ける人の立場に立ち、プライバシーを守る	<h3>本日のまとめ</h3> <p>・演習を通じた感想は？</p> <p>生活支援では自然な動作に沿って介助を行うことが基本！</p> <ul style="list-style-type: none">・介護者：からだの構えと動作を促す言葉かけ・利用者：行って欲しいことを伝えることができる <p style="text-align: center;"></p> <p>双方の体験を通して、介護の重要性、専門性を学ぶきっかけへ</p>

【授業の様子】



起き上がり介助



起き上がり介助



まとめ・感想

【備考】

1. 自力での自然な動作

- ①自力での自然な動作をやってもらう（普通のベッドから起き上がる動作）
- ②1人がベッドに座り、もう1人が座っている人のおでこをおさえ、その状態で真上に立ち上がることができるのかをやってもらう
→改めて立ち上がり時に必要な動作を確認する（人間の自然な動作）

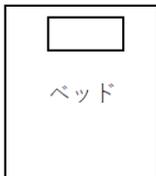
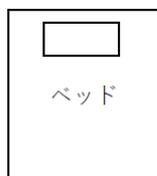
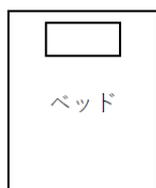
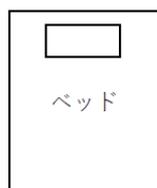
2. 介助方法

- ①仰臥位→右側臥位→端座位→立ち上がりの動作を行う

【会場図】

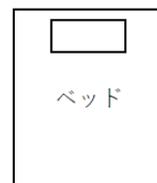
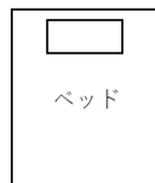
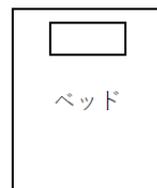
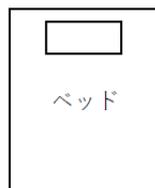
【205教室会場図】

(1組)



1グループ
4~5人

(2組)



ス
テ
ー
ジ

入 口

【タイトル】 栗山と福祉（第4回）
 ～衣服着脱・食事等～

【授業概要】

日	時	令和6年5月14日（火） 10:45～12:35
場	所	北海道介護福祉学校 学生ホール
対	象	北海道栗山高等学校2年生（46名）
担	当	北海道介護福祉学校専任教員および高専連携支援員
テ	ー	マ
ス	ケ	ジュール
		10:50 全体講義：自立に向けた上衣の着衣介護
		11:05 デモンストレーションⅠ：上衣の着衣
		11:15 体験演習Ⅰ：上衣の着衣
		11:25 全体講義：安全な食事の介護
		11:40 休憩
		11:50 体験演習Ⅱ：自力での食事の際の咀嚼・嚥下
		12:00 デモンストレーションⅡ：ヨーグルトの食事介助
		12:05 体験演習Ⅲ：ヨーグルトの食事介助
		12:15 全体まとめ・感想
		12:30 終了

※体験演習Ⅰ・Ⅱ・Ⅲに関しては、文末の備考欄参照

使用物品 【北海道介護福祉学校備品等】
 ビスケット100枚（1人2枚）、ヨーグルト50個、スプーン50個

【使用資料（パワーポイント一部抜粋）】

<p>テーマ「自立に向けた着衣介護」</p> <p>本日の目標</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身支度の目的、基本動作（自然な動作）を理解する ・介護の原則 安全・安楽、自立支援（言葉掛け）、相手を尊重する態度で支援することができる。 ・着衣介護の原則（※着患脱健＝脱健着患）を知る →着る時は患側から、脱く時は健側から 	<p>2. 衣服（身支度）の4つの目的</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) からだの保護 2) 体温調整 3) 清潔保持 4) 精神的な満足感（自分らしさを表現できる）
<p>3. 自立に向けた着衣介護の留意点</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 好みの衣服を準備（選択） 2) 羞恥心に配慮しプライバシーを保護する。 3) 室温を適切に保つ。 4) 脱健着患（脱く時は健側から、着る時は患側から！！） 5) 安全・安楽、自立支援（介護は必要な所を手伝い、自力のできる所は見守る） 	<p>脱ぐとき</p> <p>患側から脱ぐと → 患側</p> <p>健側から脱ぐと → 健側</p> <p>着るとき</p> <p>健側から着ると → 患側</p> <p>患側から着ると → 患側</p>

【使用資料（パワーポイント一部抜）】

<p>摂食・嚥下の5分類</p> <p>先行期 準備期 口腔期 咽頭期 食道期</p> <p>食べ物を認識 食べ物を噛み食塊を作る 食塊をのどの奥に運ぶ (嚥下反射) 喉頭蓋、気管、食道 食道から胃に入る</p>	<p>嚥下機能が低下すると・・・</p> <ul style="list-style-type: none">よくむせたり、せき込んだりするよく痰が絡むのどや胸のつかえ感がある食事に時間がかかるようになる途中で疲れ、食事を残すようになる飲み込みづらい物を残すようになるやせてくる
<p>正しい食事の姿勢</p> <p>姿勢のチェック</p> <p>テーブルとお腹の間に握りこぶし一つ分の余裕 テーブルが高すぎないよう調節 股関節とひざは直角に 踵をしっかりと床につける</p> <p>前かがみになって頭を引く 背もたれのある椅子に深く腰掛ける</p>	<p>食事の観察</p> <ul style="list-style-type: none">のど仏の動き（嚥下の確認）口腔内に食べ物が残っていないか？むせ込みや咳はないか？姿勢は崩れていないか？

【備考】

1. 上衣の着衣

- ①まずは普段自分が衣服を着る際の動作をやってもらう
- ②片麻痺の設定で自力で着てもらう

2. 自力での食事

- ①ビスケットを食べ、そのあと口に残った状態でもう1枚を口に入れて食べる
→その際飲み込みにくさを体験（咀嚼・嚥下の大切さを知る）

3. 食事介助

- ①2人1組のペアになり、介護者役、利用者役の両方を体験

【会場図】

【学生ホール会場図】

(1組)

スクリーン

(2組)

入
口

男子

1グループ
4~5人

荷物置き

荷物置き

男子

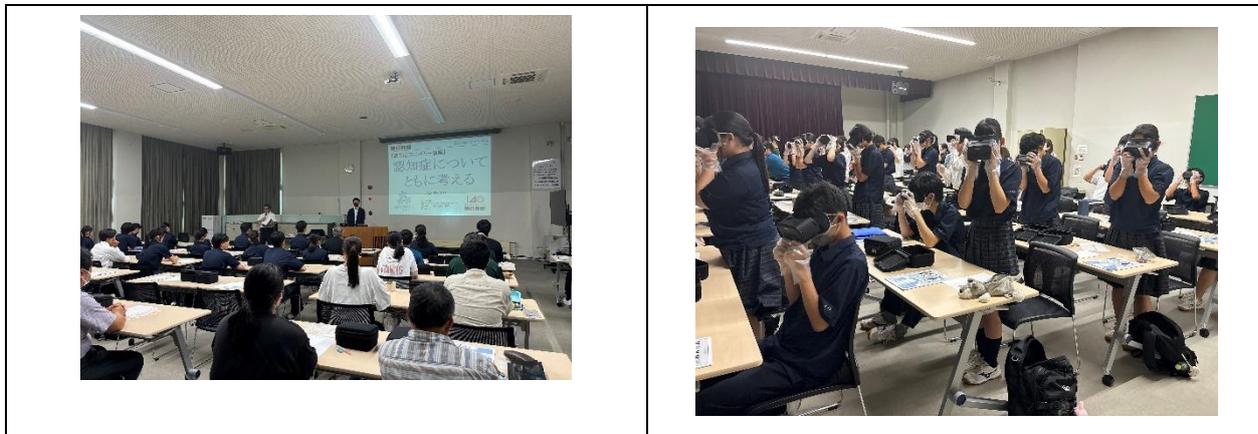
【タイトル】 栗山と福祉（第5回）

～認知症 VR 体験～

【授業概要】

日	時	令和6年8月27日（火） 10:45～12:35				
場	所	北海道介護福祉学校 205 教室				
対	象	北海道栗山高等学校2年生（46名）、北海道介護福祉学校1年生（22名）				
担	当	認知症フレンドリー講座講師 坂田一裕氏				
テ	ー	マ	認知症についてともに考える			
ス	ケ	ジ	ュ	ー	ル	10:45 全体講義
						11:30 体験Ⅰ：認知症 VR 体験
						12:00 まとめ
						12:35 終了
						※体験演習Ⅰに関しては、文末の備考欄参照
使	用	物	品			【北海道介護福祉学校備品等】
						プロジェクター1台、マイク2本
						【認知症フレンドリー社】
						VR 機器 70 台、手袋 70 セット

【授業の様子】



【備考】

・ 認知症 VR 体験

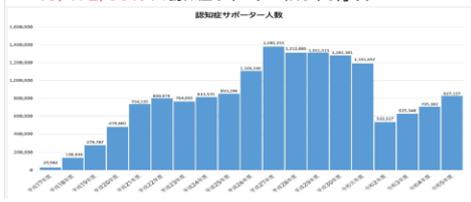
- ①バスに乗車した際、料金を支払う際に認知症の方が見えている景色を体験
- ②階段を降りる際の認知症の方が見えている景色を体験
- ③歩いている際認知症の方が見えている景色を体験（床の見え方）

【タイトル】 栗山と福祉（第6回）
 認知症サポーター講座

【授業概要】

日 時 令和6年8月28日（水） 10:35～12:15
 場 所 栗山高等学校 視聴覚室
 対 象 者 北海道栗山高等学校2年生（48名）
 担 当 者 北海道介護福祉学校専任教員1名および栗山町地域包括支援センター職員1名
 テー マ 認知症を学び地域で支えよう
 スケジュール 10:40 全体講義：発達障害の困りごと
 12:15 終了
 使用物品 【栗山高等学校備品等】
 マイク、モニター

【使用資料（パワーポイント一部抜粋）】

<p>認知症サポーター養成講座とは</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 痴呆から認知症へ用語変更したことを契機に「認知症を知り、地域をつくる」キャンペーンとして平成17年度(2005年)より実施。 ▶ 当初は100万人の養成を目指していたが、年々増加して現在、15,492,067人の認知症サポーター(R6年6月末) 	<p>成年後見制度</p> 
<p>【オレンジカフェ】</p> <p>平成27年度は社会福祉法人 愛安全会の自主事業（地域貢献）として開催 平成28年度からは栗山町の認知症地域支援・ケア向上事業にて実施（委託）</p> 	<p>本日のまとめ</p> <p>○認知症の方にやさしい地域の実現は、国を挙げた取り組みが必要ですが、行政だけではなく、民間企業や地域住民などそれぞれの役割を果たすことが求められています。</p> <p>○認知症の方にやさしい地域は、認知症の人だけにやさしい地域ではない。</p> <p>⇒地域の繋がりが基盤となります。認知症の方にやさしい地域づくりにご協力ください。</p>

【タイトル】 栗山と福祉（第7回）

～施設訪問事前指導（出張講義）～

【授業概要】

日	時	令和6年9月13日（金）	11：45～12：35
場	所	栗山高等学校	視聴覚室
対	象	者	北海道栗山高等学校2年生（46名）
担	当	者	北海道介護福祉学校専任教員
テ	ー	マ	高齢者とのコミュニケーション
ス	ケ	ジ	ュ
エ	ー	ル	11：45 講義：年を取ると変わる体の動き 演習Ⅰ：快い挨拶 演習Ⅱ：話の聞き方 12：35 終了 ※体験演習Ⅰ、Ⅱに関しては、文末の備考欄参照
使	用	物	品
			【栗山高等学校学校備品等】 プロジェクター1台

【備考】

1 演習Ⅰ

快い挨拶の練習

2 演習Ⅱ

姿勢が悪い話の聞き方と姿勢が良い話の聞き方の練習

(非言語的コミュニケーションの大切さを体験から学ぶ)

【タイトル】 栗山と福祉（第8回）

～認知症高齢者徘徊模擬訓練～

【授業概要】

日 時	令和6年10月4日（金） 10:45～12:35
場 所	北海道介護福祉学校 205 教室
対 象 者	北海道栗山高等学校2年生（46名）
担 当 者	北海道介護福祉学校専任教員、事務局員および高専連携支援員
テ ー マ	認知症の状態にある方への具体的な関わり
スケジュール	09:00 挨拶・タイムスケジュール説明 09:10 認知症対応のデモンストレーション（良い例・悪い例） 09:30 休憩 09:40 徘徊模擬訓練 10:10 全体まとめ・感想 10:35 終了 ※徘徊模擬訓練に関しては、文末の備考欄参照
使 用 物 品	【北海道介護福祉学校備品等】 杖4本、寝巻2セット、サンダル3個、新聞

【目的】

- ①認知症高齢者への理解を深める（徘徊者の早期発見と対応の大切さ）
- ②徘徊高齢者の気持ちに配慮した声掛けや見守りの方法を学ぶ
- ③徘徊高齢者を地域でどのように見守っていくかを考える機会とする

【授業の様子】



【備考】

1. 認知症対応のデモンストレーション

- ・ 認知症の方が困った様子でうろうろしている（一部抜粋）

<悪い例>

- ① 後ろから近づき「どうしたんですか？」と声を掛ける
- ② 「うわ！びっくりした」と認知症の方が驚く

<良い例>

- ① 少し様子を伺い違和感に気づく。正面からさりげなく近づき目線を合わせて笑顔で挨拶する

※後ろから急に声を掛けると驚いてしまう。驚いたことにより体のバランスを崩し転倒に繋がる危険性もある。そのため、声を掛けるときは相手の視界に入りなるべく正面に行く

2. 徘徊模擬訓練

- ① 下記の配置に認知症役の地域の方に待機していただく
- ② 介護学生 2～3 名、栗山高校生 5～6 名の計 7～9 名を 8 グループ作り、カルチャープラザ内を歩き困っている様子の高齢者に声を掛ける
- ③ 事前に認知症高齢者役の方の状態像が記載されたものを配っているの、それを基にその方の特徴を観察しながらコミュニケーションを図る
例：散歩に出かけて休憩していたらここがどこだか分からなくなっている
特徴→靴が片方だけサンダル、パジャマの上を着ている

【会場図】



【タイトル】 栗山と福祉（第9回）
～パラスポーツ体験～

【授業概要】

日 時	令和6年11月8日（金） 13:20～15:10
場 所	栗山スポーツセンター
対 象 者	北海道栗山高等学校1年生（49名）北海道栗山高等学校2年生（48名） 北海道介護福祉学校1年生（19名）、2年生（22名） 計 138名
担 当 者	ラグビーチーム silverbacks 関係者
テ ー マ	地域共生社会におけるパラスポーツ等を体験する
スケジュール	13:30 講話：①障害に関する理解、中途障害と生活、パラスポーツ等について ②介護用車いすとスポーツ用車椅子の違いの説明 14:10 体験演習 I ①車椅子体験 ②ミニゲーム 15:10 終了（介護学生は16時10分まで参加） ※体験演習 I に関しては、文末の備考欄参照
使 用 物 品	【北海道介護福祉学校備品等】 標準型車椅子4台、最新型モジュール型車椅子2台 【栗山スポーツセンター備品等】 プロジェクター1台、マイク、スクリーン、ビブス10着、コーン10個

【授業の様子】



講話



車椅子体験



車椅子体験

【備考】

1 目的

- ①共生社会を目指す視点でパラスポーツを実際に体験し、障害者スポーツの実際を学ぶ

2 体験

①車椅子体験

- ・ラグビー用車椅子に1人ずつ乗り、ラグビー選手とタックルをする体験を実施

スポーツ用車椅子

	<p style="text-align: center;">ラグビー用車椅子</p> <p>車いすに乗って戦うラグビーで、四肢麻痺者など比較的思い障がいのある人が競技できるスポーツとして考案された。</p> <p>攻撃型→細かい動きが出来るようにコンパクトな作りが特徴</p> <p>守備型→相手の動きを止める為に突き出したバンパーが特徴</p>
---	--

②ミニゲームは時間の都合上実施せず

【タイトル】 栗山と福祉（第10回）

～「発達障害について」当事者の話を聞いて考える～

【授業概要】

日	時	令和6年12月10日（火） 10:35～12:15
場	所	北海道介護福祉学校 205 教室
対	象	者 北海道栗山高等学校2年生（48名）
担	当	者 蛭子あゆみ氏および学校長
テ	ー	マ 発達障害について当事者の話を聞いて考える
ス	ケ	ジ
ュ	ー	ル
		10:40 全体講義：発達障害の困りごと
		11:00 グループ討議
		①関わるうえで配慮すべきこと
		②どのようなサポートが必要なのか
		③発達障害の方を理解するために、どのような取組が必要か
		④グループのまとめ
		11:30 休憩
		11:40 全体発表（グループごと）
		12:05 まとめと感想：蛭子氏から
		12:15 終了
使	用	物
品		【北海道介護福祉学校備品等】
		マイク、モニター

【授業の様子】



講義



グループ討議



全体発表

【グループ討議内容（一部抜粋）】

- ①関わるうえで配慮すべきこと
 - ・聴覚に頼りすぎる会話をしない
 - ・障害の有無に関わらず接する
 - ・長い文章を区切って伝える
 - ・自分の気持ちを言葉にして伝える

②どのようなサポートが必要なのか

- ・自分たちよりも音を感じやすいから、静かな場所で話す
- ・大事なことはメモにして本人に渡す
- ・その人の特性に合わせ、絵や写真を用いる
- ・端的に分かりやすく説明する

③発達障害の方を理解するために、どのような取組が必要か

- ・一人ひとり性格等は違うため、偏見とかでみるのではなくその個人を理解し、尊重する
- ・当事者の話を聞く
- ・発達障害の方に何に困っているのかを聞く
- ・特徴を知り、関わっていく

④グループのまとめ

- ・まずは発達障害の方と地域のボランティアや学校等で積極的に関わり、障害について理解を深める
- ・困っていることを知らないと配慮もサポートもできないと思った
- ・差別をせず1人の人間であることを尊重して接する
- ・発達障害者に対する理解をこちら側がすることも重要だけど、当事者も「自分がこういう特性がある」と話すことも大切

【タイトル】 栗山と福祉（第11回）
～地域活動研究報告会聴講～

【授業概要】

日 時	令和7年2月26日（水） 13:30～15:30
場 所	栗山町カルチャープラザ EKI 多目的ホール
対 象 者	北海道介護福祉学校2年生（19名）、1年生（22名） 北海道栗山高等学校2年生（48名）、施設関係者、一般住民等
担 当 者	学校長、専任教員4名、北海道介護福祉学校2年生（19名）
テ ー マ	地域活動研究報告会聴講
スケジュール	13:30 開会 13:40 生活支援グループ発表 14:10 地域問題解決グループ発表 14:40 休憩 14:50 ヘルスケアグループ発表 15:20 全体発表終了・質疑応答 15:30 閉会
使 用 物 品	【栗山町カルチャープラザ EKI 等】 マイク、スクリーン

【報告会の様子】



1. 地域活動研究とは

地域には様々な人が生活し、誰にでも暮らしや課題、希望があります。「地域活動研究」では、地域に暮らす人の生活実態に触れ、個別または地域固有の課題を知ることにより、幅広い視点と次世代の専門職に求められる資質を持った介護福祉士を育成する本校の独自カリキュラムです。学びのフィールドを地域に求め、そこにある社会資源を活用し、かつ少人数で授業を展開します。学生は所属するゼミを決め、介護の専門職を目指す学生という立場で社会資源の調査、地域住民へのアンケート、ヒアリング調査、実証などを行います。

2. ①生活支援グループ（介護系教員が担当）

介護場面での身体的な負荷を軽減し、利用者の自立を促すことができるツールの制作を検討。栗山町にあるものづくり工房「ファブラボ栗山」ご協力のもと“ものづくり”を通して考えた介護力の可能性について発表。

②地域問題解決グループ（社会福祉系教員が担当）

障がいのある人と、その周囲にいる人、家族や支援者等にインタビューすることで、障がいという視点からみた共生社会について考えた。出会いの中で学んだこと、気づいたことなどを発表。

③ヘルスケアグループ（看護系教員が担当）

地域との交流の機会をもつことを継続し、町民とのふれ合いやアンケート調査から知り得た暮らしの現状、健康に対する意識や行動について調査結果をもとに、より良い生活の継続に向け考察した内容を発表。

【タイトル】 栗山と福祉（第12回）

～キャリア形成支援講座～

【授業概要】

日 時	令和7年2月27日（木） 10:45～12:35
場 所	北海道介護福祉学校 205 教室
対 象 者	北海道介護福祉学校1年生（22名）、北海道栗山高等学校2年生（48名）
担 当 者	学校長、専任教員および北海道介護福祉学校2年生3名
テ ー マ	2年間の学びと国家試験対策・進路について
スケジュール	10:45 挨拶 10:50 授業開始 10:55 介護学生の体験談（3名） ①就職と国家試験について ②フィンランド交換留学、大学編入、国家試験について ③フィンランド交換留学、就職、国家試験について 11:25 質疑応答 11:30 専任教員の体験談 ①看護領域から福祉領域へ、そして介護福祉士養成に携わって 12:00 校長 ①キャリア形成について 12:30 終了
使用物品	【北海道介護福祉学校備品等】 マイク、モニター

【使用資料（パワーポイント一部抜粋）】

<h4>国家試験に向けて私が意識したこと</h4> <ul style="list-style-type: none">①自身に合った学習環境を用意し、時間を効率的に活用する。②モチベーションを一定に保つようにする。③分からないことをそのままにしない。	<h4>大学編入までの流れ</h4> <p>先生に相談資料請求 (4月) → 実習 (5月中旬) → フィンランド学生来校 (8月下旬) → 学校祭 (9月) → フィンランド留学 (9月)</p> <p>帰国 (9月末) → 必要書類の準備 志望理由書の作成 (10月) → 書類郵送 面接 (11月)</p>
<h4>沢山悩んで・・・</h4> <p>美瑛町にある美瑛慈光会 美瑛慈光園に就職したいと思い、無事採用もいただきました！！</p> <p>就職も進学も絶対に自分の行きたい所、したいことができるような所に行った方がいい！後悔のない選択を！</p>	<h4>看護と介護の共通点</h4> <ul style="list-style-type: none">▶ 看護は「病気やケガなどの治癒や療養のサポート」▶ 介護は「その者が日常生活を安全かつ快適に営むためのサポート」 <p>※療養とは病気やケガの手当てをし、からだを休めて健康の回復を図ること</p> <ul style="list-style-type: none">▶ 日常生活を送る上での身の回りのお世話をする点は共通。

たった1度の人生だからこそ！

- ・これまでの看護師や介護支援専門員の仕事に従事し様々な人との出会いと別れを経験。
- ・沢山の人の出会いの中で教えてもらったこと。人の死に関わることで自分がどう生きるかを考える機会となった。

自分のたった1度の人生だからこそ、自分が何を指したいのかを考え、先を見据えた中でのキャリアアップが必要。

【職業準備性】

職業生活の準備性

社会生活の準備性

知識・技術

専門性・適正

専門知識・専門技・業務処理能力・作業速度・持続力・正確性・クオリティ・創意工夫等

労働能力

労働の習慣・条件

ビジネスマナー・職場のルール遵守・出勤状況・報連相・指示理解や従事・安全管理等

社会生活能力

対人技能・適応能力

身だしなみ・会話・意思表示・協調性・感情コントロール・環境変化への適応等

日常生活管理能力

基本的な生活リズム

金銭管理・生活リズムの安定・食事管理・衛生管理等

心と身体の健康管理

健康状態・病状の把握・体調管理

健康管理・体調管理・自身の特性の理解等

公立の介護福祉士養成校だからできること

北海道介護福祉学校

【学びの行動目標】（能動的学習）

行動目標の精度を上げて、より実行しやすくするためには、行動目標を「**期日行動**」と「**ルーティン行動**」の2つに分ける必要がある。

- ・「**期日行動**」とは、「いつまでにやる」と**期日指定の具体的な行動目標**

例：目標までのロードマップを作る

- ・「**ルーティン行動**」とは、「毎日繰り返しやる」**行動目標**

目標を達成するための能力を高める行動がルーティン行動。期日行動と違い、期限がなく効性はない。しかし、適切なルーティン行動を設定し実行すると、目標達成に驚くほどのパワー発揮する。

【自分を客観視】

- ・「**変えることができる**」のは、「**自分**」と「**自分の未来**」
- ・「**変えることができない**」のは、「**他者**」と「**過去**」
- ・自分の強みは何か
- ・自分の課題は何か
- ・どのような人生を送りたいのか → そのためには何が必要か？
- ・自らのキャリアを考えるために必要な資格と投資は何か？
(時間、お金、場所、関係、環境…)