

在宅介護の基本的な考え方

～新しい介護観で寝たきりをつくらない～

【主旨】

少子高齢化の現代、平均寿命の延伸と超高齢社会から、85歳以上の高齢者の6割が日常生活に介護が必要な状況にあります。その主な介護者は同居の親族が約6割を占めており、その半分以上は子とその配偶者となっています。初めて在宅介護に遭遇した場合に、介護のしかた、考え方、制度のしくみなどを知っているか知らないかでは大違いです。高齢者は過度な安静では廃用症候群となり「寝たきり」になりかねません。寝たきりはQOL（生活の質）を低下させ、介護負担の増加となります。

本コースでは、初めての介護の不安解消に向け、介護の基本的な考え方と介護保険制度の活用法を学び“寝たきりにならない・させない介護”のためにベッドから離れるための基本動作、介助法を介護する側される側双方から体験実技で学びます。

在宅介護の基礎的な知識を踏まえた上で、要介護者・介護者双方にとって安全・安楽な実践法を身に着けることを目的としています。

【概要】

- ・参加対象：被保険者及びその家族（現在介護中の方もご参加可能です。）
- ・時間：10：00～16：00
- ・配布資料(予定)：専用教材、電話相談センターの案内
地域別保健福祉サービス情報「あなたの町の保健福祉サービス情報」

【はじめての介護コースのポイント】

・〈講義・体験実技〉寝たきりをつくらない介護の考え方と実践

在宅介護の基本的な考え方とベッドから起き上がり、日常生活の拡大を図る介護法に重点をおいています。また、QOL（生活の質）を加味し自立に向けた介護、無理のない在宅介護とするために介護保険制度の基本的な活用法も学びます。

【参加者名簿に記載していただきたい内容】

- ・参加者氏名、性別、年齢
- ・介護中か否か（講義内容に反映させるため、報告内容を集計し、担当講師に事前に伝えます。）
- ・参加者及び要介護者の居住市町村名（上記配布資料の地域別保健福祉サービス情報を配布するため）
※住所の番地までは必要ありません。市町村名までで結構です。
- ・講座の中で特に聞きたい点、事前の質問事項など（任意です。講義内容に反映できるように、報告内容は集計し、担当講師に伝えます。）

【受講案内時に告知していただきたい内容】

- ・実技体験があるため、動きやすい服装・靴でご参加されるようご案内願います。特に女性の方は、スカートでの参加は避け、アクセサリーはなるべく身につけないようご案内ください。