

## 行田市主催の「介護に関する入門的研修」参加報告 2025.10



私は後期高齢者の2年目です。いまのところ元気な老人ですが、いずれは介護が必要になる時がきます。そんな心境の中、「介護に関する入門的研修」の案内を拝見。老老介護のいずれかの側になるにしても介護の知識がある方が良いと思い参加しました。

以下、印象的な研修についてご紹介（当センターから3名参加）。1日目は効率良く体を動かす方法で腰痛予防等。介護予防で悪化させない（認知症予防体操、筋トレ）。リスク予防（不正、情報等の倫理観、虐待等不適切ケア）。排泄介助等、福祉用具各種等。

2日目は障害者の在宅者が圧倒的、全人口の7%。認知症の2025年問題（高齢者人口約30%、5人に1人が認知症）と中核症状。認知症の方との接し方（褒め言葉「さしすせそ」、コミュニケーションをし易い言葉「かきくけこ」など）（Ex.か:過去の話や家族の話）

3日目は介護保険制度の全般を学び、サービス利用の流れの説明（市の保険制度のパンフレットの説明が判り易くなった）。認知症の方とのコミュニケーション。

4日目は移動等時のノーリフティングケア（持ち上げ、抱え上げなどの廃止）で腰痛予防。労働安全衛生マネジメント／腰痛・転倒予防（人力での抱え上げは行わせない）を組織レベルで行う。尚、行田市より修了証明書をいただきました。

行田市シルバー人材センター 西尾 三男

- 【7日】・基礎講座／介護の基本（ボディメカニクスって何だろう？・介護予防、認知症予防に使える体操とは？）
  - ・入門講座／介護における安全確保（リスクに対する予防や安全対策、起ってしまった場合 対応を知ろう）
  - ・入門講座／基本的な介護の方法（排泄、清潔維持、食事、口腔清潔、入浴、着脱、整容について知ろう）
- 【14日】・入門講座／障害の理解（障害の概念／障がいとは、福祉の基本理念／ノーマライゼーション、バリアフリー、ユニバーサルデザイン）
  - ・入門講座／認知症の理解 1（認知症の中核症状など、認知症の種類 原因疾患 症状 生活上の障害）
  - ・入門講座／認知症の理解 2（認知症を取り巻く状況、認知症の人及び家族に対する支援と関わり方）
- 【21日】・基礎講座／介護に関する基礎知識（介護保険制度について・入門講座／基本的な介護の方法（介護職員の専門性とは、コミュニケーションと接遇マナー、家事援助の基本）
- 【28日】・入門講座／基本的な介護の方法（移動 移乗、車いす操作の基本知識）
  - ・入門講座／介護における安全確保（老化の理解 心身機能の変化、健康管理 感染症対策）

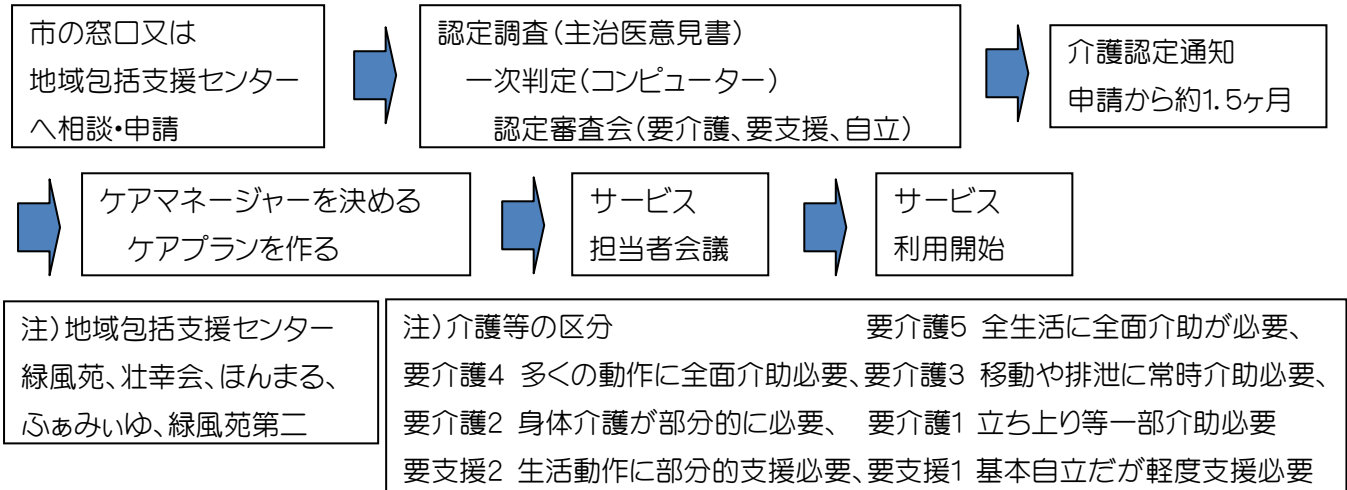
## ご参考(今回研修及び市の介護保険パンフレットより)

### 1. 介護保険サービス(介護保険の加入者が対象)

1号被保険者 65歳以上 サービスの対象者

2号被保険者 40～64歳 老化に起因の疾病(16種類)の介護認定者はサービスの対象

### 2. 介護保険サービス利用の流れ



### 3. 介護保険サービスの種類 (一部)

#### 居宅サービス

・訪問介護 ・訪問入浴介護 ・訪問看護 ・訪問リハビリテーション ・居宅療養管理指導 ・通所介護(デイサービス)  
・短期入所生活介護(ショートステイ) 他

#### 施設サービス

・介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム/通称 とくよう/要介護3以上の方)、介護老人保健施設(通称  
ろうけん/自宅復帰に向けてリハビリテーションなどを行う)

#### 地域密着型サービス

・認知症対応型共同生活介護(通称 グループホーム/認知症の方が5～9人で共同生活)  
・夜間対応型訪問介護(夜間、定期的な訪問介護と通報を受けての訪問介護を行う)  
・小規模多機能型居宅介護(通いを中心にし、随時、訪問や泊まり等を組み合わせる) 他

### 4. その他

#### ①ケアマネージャー

・要介護認定の通知を受けたら、介護支援専門員(ケアマネージャー)を決め、一緒にケアプランを作成する。  
・要介護に必要な介護サービスを総合的にコーディネートする役割の人  
尚、「要支援1又は2」の方が利用できる在宅サービスは「介護予防・日常生活支援総合事業」と言い、その利用にあたってのプラン作成は、主に地域包括支援センターの職員が担う。

②地域包括支援センター 介護保険法に基づく「地域包括支援センター」は保健師、看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員などの専門職が、互いに連携しながら「チーム」として活動し、高齢者の方が住みながら地域で暮らしていけるよう支援しています。

### ③介護の資格(厚生労働省)

・生活援助スタッフ研修(自治体により名称が違う): 各自治体が主催する(2~4日間)その自治体のみで有効な資格。主に要支援の高齢者を訪問し、掃除、買い物などの生活援助を行う。

・**介護に関する入門的研修**: 介護をする為の、基礎知識・介護技術(介護保険制度、食事・排泄・入浴・認知症など)を学ぶ研修(21時間)

介護職員初任者研修: 以前のホームヘルパー2級、介護業界で働くための初歩の資格。取得に1~3ヶ月程度かかる。(130時間)

・介護実務者研修: 以前のホームヘルパー1級に相当。介護福祉士受験の為の必須資格(450時間)

・介護福祉士: 介護現場のスタッフで唯一の国家資格、高齢者や障がい者の介護を行う。受験には介護の実務経験が3年必要

・介護支援専門員(ケアマネージャー): ケアプランの作成や要介護認定の申請代行、介護サービスの調整を行う。受験には介護福祉士として実務経験5年が必要

・社会福祉士: 高齢者、障がい者、児童福祉など福祉分野で相談や支援を行う国家資格。受験には大学等で単位を取得する必要がある。

無資格・未経験でも受講可能

↓ 介護職員初任者研修

↓ 初心者におすすめ

↓ 実務者研修 キャリア UP には必須

行田市は資格取得支援制度あり

65歳以上でも利用可能

(高齢者福祉課の情報)



実務経験3年+実務者研修修了

介護福祉士(合格率 70~80%)国家資格



介護福祉士取得後、実務経験5年

介護支援専門員(ケアマネージャー)(合格率 18~23%)

### ④介護職員初任者研修の取得方法

・研修内容: 職務の理解や介護における尊厳の保持・自立支援、介護の基本、介護・福祉サービスの理解と医療の連携、老化の理解、認知症の理解などで講義・実技の授業がある。また、修了後に学習効果を高めるために筆記試験が実施される。介護の基本的な内容なので、難易度はそれほど高くない。

・研修は都道府県ごとに指定された介護職員初任者研修事業者で受講する。

・費用は8~10数万円程度かかる。(自治体によっては費用を助成する制度あり)

### ⑤介護現場の年齢(今回の研修情報)

・20,30代~60,70代、80代の方もいる(元気なら働ける)

・平均年齢 66歳