

## きょうと福祉倶楽部 ヘルパー研修レポート



この2年、コロナ渦でヘルパー研修が思うようにできず、きょうと福祉倶楽部では、月に1度のレポートを提出してもらう形で、研修をしています。

その研修の一部ですが、ヘルパーの「研修レポート」を紹介します。今回の研修は、以前おたよりでも紹介した、書籍『家族のためのユマニチュード』を参考に研修としました。ヘルパーのレポートを紹介します。

- ・その人の気持ちに寄り添って介護するという視点が大事であり、相手との意思疎通を図ることで良い介助が出来ると思いました。 N.T
- ・今までできていると思っていたことが、なかなかできていなかったことがありました。一度に何個もお願いするのではなく、1つ1つできてからの声かけが大事だと改めて感じました。 M.M
- ・『支援時間内で』と思うと、あれもやって、これもやって…と支援が作業になりがちですが、利用者さんはヘルパーが到着すると「あーよかった。」「ちょうどいいところに来てくれた。」と言って下さるので、どんなに大変でも作業にはせず、少しでも不安な気持ちを和らげるような声かけが必要だと、改めて思いました。『相手に安心してもらえるように、落ち着いたペースに戻ってもらえるように』そんな声かけをしていきたいと思いました。 O.C
- ・介護を通じて相手とよい関係（信頼関係）を結ぶことが大切だと思いました。その為には、そう思っていることを相手が理解できる形で表現し、受け取ってもらうことが必要で介護をするときには、その人が持つ能力を奪わないことが大切だと思いました。また、「良い感情」の記憶はずっと残るので、不安感をなるべく取り除き、その方が安心して生活できるように支援していきたいと思いました。 H.N
- ・認知症の進み方・対応の仕方・介護する側の心理や介護の仕方が具体的に書いてあり、改めて介護の現場で実践しようと思いました。そういえば認知症の方の目を見てゆっくり話した時は、こちらの言いたいことが伝わっている気がするな…と思い出しました。 N.Y
- ・介護の仕事について長くなり、分かっているつもりになっていた事を再確認できたと思います。無意識に行っていたことを意識的に行う点は実践していきたいと思えます。『動作で行う事だけでなく優しさを届けることや本人の楽しい思い出を知っておくことも技術である』という点は新しい発見でした。 H.W
- ・資格を取るために学んだことはあったが忘れていた部分もあり、再確認できました。「感情記憶」は最後の日まで残るとの事なので、今後、認知症の方と接していく上で『良い感情』の記憶を残していくように工夫する必要があると思いました。 T.C

- ・認知症の方の『視野が狭くなる』という事は覚えていませんでした。4つの柱を常に意識しながら支援にあたるという事は難しいかもしれませんが、何かうまくいかない時には思い出して活用できるようにしたいです。『私達の存在が薬となる』というのはすごい事だと思います。自分が利用者さんにとってそのような存在になれる自信はありませんが、少しでもそうあれるよう心がけていきたいです。 H.W
- ・ケース毎に具体的な対処法を出しているの読み込みやすく、自分自身が今までの対応を思い返し「この方法を取り入れてよかったかな」や「もう少し相手の反応を待ってあげたら違ったのかな」と思索することができました。 O.C
- ・高齢者の医療、介護などに関わるすべての人に読んでもらいたい本です。『目を合わせる』や『声をかける』など【当たり前のこと】と思うけどなかなか実践するのは難しい。日々の業務の中で時間もなくゆったりと介護できない環境にも問題があるのかもですが…実践してみると意外とスムーズに仕事（介護）が進むと思います。 N.Y
- ・介護の仕事をしている私達でも、大量便をしていたり、床に便が大量に落ちていたりするついでに「ワァー!」「キャァー!」と大声を出してしまいがちです。そんな時でも穏やかに優しく前向きな言葉を使わなければいけないと反省しました。又、耳の遠い方には、耳元でゆっくり話しますが、そのあと目を合わせる事をしていなかったのが今後の課題とします。何度も同じ事を聞かれる方もおられますが、急いでいたり、あまりにも回数が多いとつい声も大きくなってしまいう時もあります。その都度反省しますが、まだまだ修行が足りません。 H.N
- ・『1日20分立つことができれば寝たきりにならない』立てる能力があるのに介助する側がやり易いからという理由で寝たまの介助にはしないこと。利用者が持っている能力を奪わない介助方法を考えることが大切だと思えました。何度も同じ事を聞かれたり、どこかへ行ってしまおうとするときは、できるだけ不安な気持ちを取り除くように工夫しなければいけないと再確認できました。 T.C
- ・人と話すときは、近距離だとびっくりさせてしまうことや、相手の視野の正面に入り目を見て話すことが大切だと思いました。相手の視線をつかんで、相手の目の中に映る自分を見つけ、低い声で優しく（高い声は聞き取りにくいからダメ）、とぎれなく話すなど話し方に注意しながら日々心掛けて行きたいと思えます。 H.T
- ・4つの柱のうち特に『見る』が私は欠けていると思いました。つい業務で忙しい時は作業しながらなかなか見られていない事もあり、できるだけ意識して行動していきたいと思えました。何度も同じ事をされる利用者さんに対して、段々こちらがイライラするときもありますが『なにか不安に思っていることがある』ことを頭に置きながら、穏やかに接していきたいと思えます。 M.M