

令和5年度 埼玉県ケアラー支援関係機関向け研修 オンライン研修

主催：埼玉県地域包括ケア課

運営：認定NPO法人さいたまNPOセンター

オンライン研修

日常業務から始まる“ケアラー支援”

講師：

渡辺道代 東洋大学ライフデザイン学部准教授

NPO法人介護者サポートネットワークセンターアラジン副理事長

田中悠美子 立教大学コミュニティ福祉学部助教・社会福祉士

進行予定(午前) 150分

- 9:30 講座の目的及び留意事項 (10分)
- 9:40 ①滑川町家族介護者教室 事例発表(動画)(10分)
- 9:50 グループワーク① (15分) 自己紹介、気づき、感想など
- 10:05 ②介護者サロン「福」 事例発表(動画)(10分)
- 10:15 グループワーク② 気づき、感想を述べあい、①②の事例の課題と解決方法について話し合う(20分)
- 10:35 休憩(10分間)
- 10:45 ③「虐待情報」をきっかけとする多機関連携によるケアラー支援(動画)(10分)
- 11:55 グループワーク③
気づき、感想を述べあい、課題及び連携支援の在り方を話し合う(25分)
- 11:20 各グループ発表(15分)
- 11:35 講師のまとめ (10分)
- 11:45 閉講 アンケートのお願い、県からの連絡など(5分)
- 12:00 終了、解散

進行予定(午後) 150分

- 13:30 本講座の目的及び留意事項 (10分)
- 13:40 ①滑川町家族介護者教室 事例発表(動画)(10分)
- 13:50 グループワーク① (15分) 自己紹介、気づき、感想など
- 14:05 ②介護者サロン「福」 事例発表(動画)(10分)
- 14:20 グループワーク②
気づき、感想を述べあい、①②の事例の課題と解決方法について話し合う(20分)
- 14:40 休憩(10分間)
- 14:50 ③「虐待情報」をきっかけとする多機関連携によるケアラー支援(動画)(10分)
- 15:00 グループワーク③
気づき、感想を述べあい、課題及び連携支援の在り方を話し合う(25分)
- 13:30 各グループ発表(15分)
- 15:45 講師のまとめ (10分)
- 15:55 閉講 アンケートのお願い、県からの連絡など(5分)
- 16:00 終了、解散

演習(グループワーク)の進め方

1.研修について(10分)

- ・研修の目的、進行について説明します。
- ・各グループには研修サポーターがいます。

(研修サポーターはタイムキーパー・事務局との連絡が主な役割です。

グループ毎の司会進行や記録はグループメンバーが行ってください。)

【演習の目的】

- ケアラー支援について、実践的な方法や支援事例を学ぶ。
- ケアラー支援における家族介護教室(教育的手法)やピアサポート(ケアラーサロン)の実際について学ぶ。
- 多機関・多職種連携によるケアラー支援を実施できるように事例を通して学びを深める。
- ケアラー支援における留意点(ケアラーの権利、ケアラーの心理や配慮点など)を踏まえた、効果的なケアラー支援のあり方を学ぶ。
- ケアラーとケア対象者を取り巻く、家族関係や社会関係の理解、さまざまな社会資源等を活用し、地域の事情に即した支援のあり方を検討する。

自己紹介・グループワーク①

3.自己紹介 (3+4 15分)

- ・自分の所属と名前を紹介します。
- ・グループの司会者(発表者兼任)を決めます。
- ・司会者は苗字があいうえお順で早い人を選んでください。(他の方法でも結構です)

4.グループワーク① 滑川町 家族介護教室 動画を視聴した感想

- ・動画を視聴した気づき、感想など(フリートーク)
- ・ケアラーを支援するための方法について意見を出しましょう。

ヒント！

4. グループワーク①

【気づきの視点① ケアラー支援からの視点】 例をあげると…

- ・ 私の市(町村)では、～のような取り組みや工夫がされている。
- ・ 家族介護講座はケアラーにとって、自分自身を見直すことになるのではないか。
- ・ ケアラーが欲している知識やケアラーに理解して欲しいことには違いがあるのでは。

【気づきの視点② ケアラー支援の課題】 たとえば…どのような課題があるの？

- ・ 講座の広報や講師の確保にはいろいろな工夫が必要だと思った。
- ・ 参加できないケアラーに特に支援が必要だと思う。

グループワーク②

5.グループワーク② 介護者サロン「福」動画を視聴した感想 20分

- ・動画を視聴した気づき、感想など(フリートーク)
- ・②の事例の課題と解決方法について話し合しましょう
(時間があれば、①についてもご意見を出していただいてもよいかと思います。)
- ・ケアラーを支援するための方法について意見を出しましょう。

ヒント！

5. グループワーク②

【気づきの視点① ケアラー支援からの視点】 例をあげると…

- ・ケアラーサロンの開設は、大変だが、ケアラー支援には有効だと思う。
- ・ケアラーサロンは、先輩ケアラーの体験が聞けたり、相談できることがよい。
- ・ケアラーサロンは、関わるスタッフの傾聴の姿勢が重要だと思う。

【気づきの視点② ケアラー支援の課題】 たとえば……どのような課題があるの？

- ・ケアラーサロンがあっても、時間や場所、心理的なバリア等から参加できないケアラーがいる。
- ・継続して運営するのは、中心となるボランティアスタッフが必要だと思う。
- ・サロンの場所の確保や広報の課題、開催機関の関係スタッフの理解が必要。
- ・参加者の継続的な確保が課題だと思う。

グループワーク③

6.グループワーク③（25分）

「虐待情報」をきっかけとする多機関連携によるケアラー支援（動画）（10分）

- 気づき、感想を述べあい、課題及び連携支援のあり方を話し合しましょう。
- 連携するにはどうしたらよいか、意見を出しましょう。
- 事例に沿って具体的に議論を進めてください。

グループワーク②

6.グループワーク③ 事例の課題・支援(25分)

- ・事例にはどのような問題や課題あるのか、またどのような支援ができるか、話し合しましょう。

(1) Aさんの母、Aさんの次男の課題

(2) ケアラーAさんを取り巻く課題・支援

(3) ネットワークや連携の課題

- ・現段階でできないのであれば、どうしたらできるようになるのか、意見を出しましょう。

6.グループワーク③

ヒント！

(1) Aさんの母、Aさんの次男の課題

・Aさんの母は、半年程前から認知症悪化（暴言あり）、屋内つたい歩き、尿取りパット利用 着替え等、ADL面の介助が必要となっている。

⇒認知症がある ADL面での介護が必要

・Aさんの次男は、精神障害の疑いがあり、病院受診するもやめており、服薬の継続はできていない。3年ほど前から無職だが、就労意欲はある。

⇒精神障害の疑い、服薬や病院受診をしていない、就労の希望がある

ヒント！

6.グループワーク③ (2)ケアラーAさんを取り巻く課題

・Aさんの母への介護の課題

母に「完璧な介護」をしようとしている様子が見受けられる。毎日散歩に行かせたり、何度も手を洗わせたり、自分の子どものように扱っている。ショートステイ利用をすすめても、1度利用したが、「母がいないと心配で気が休まらなかった」と言い、以後の利用にはあまり積極的ではない。半日デイサービスを週4回利用している。

⇒Aさんの母への介護を抱え込みがち。介護を休めない。

・Aさんの次男へのケアの課題

次男はパニック障害、躁鬱症状がある。「母親の介護に手がかかれば、もっと次男に手をかけられる」という発言があった。精神科を受診したことがあるが継続治療とならなかった。障がい者相談支援センターを紹介したが、まだ連絡をとっていない。

⇒Aさんの次男について、医療機関や障がい者支援センターの連携が必要。

・Aさん自身の課題

腰痛、慢性的な足のしびれあり(原因不明)。話好きだが、友人等の交流はない様子

⇒Aさんの体調管理や生活状況の課題がある。

6.グループワーク③ (3)ネットワークや連携の課題

【Aさんの母や次男に関する連携】

- ・Aさんの母を中心とした高齢者支援サービス関連の連携 …
- ・Aさんの次男を中心とした障がい者支援サービスの連携 …

【ケアラーAさんの連携】

- ・ケアラーAさんに向けた支援体制・連携 …

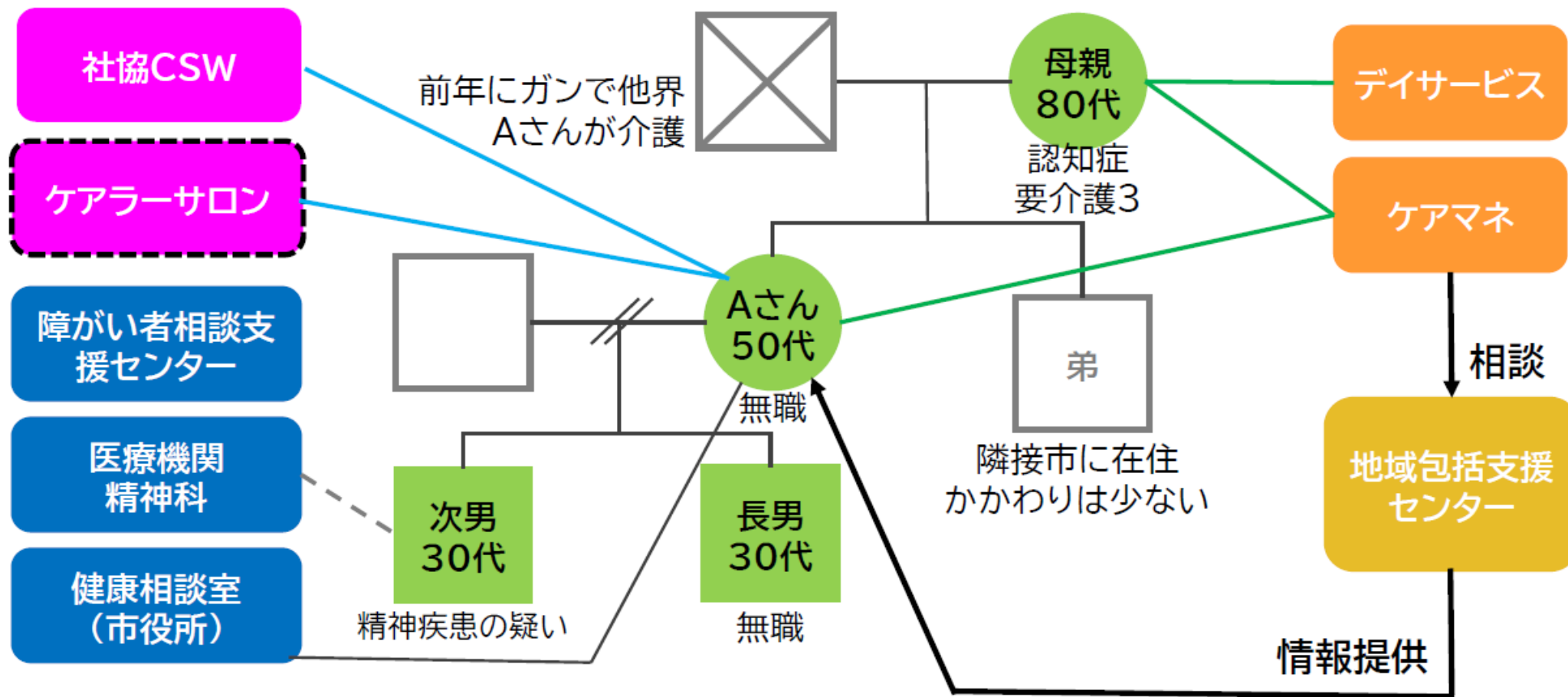
【諸機関の連携の構築 継続的な相談支援機能】

- ・支援の軸となる機関や連携のあり方…

ヒント！

- ・ケアラー支援においては、傷病や障がい、高齢等を抱える当事者への連携だけでなく、ケアラーやヤングケアラーに対しての連携体制の構築も必要。また、全体を俯瞰し、調整させる支援機関も必要となる。
- ・情報の共有（個人情報保護や守秘義務配慮）も必要。

参考：関係機関の連携の課題



グループ発表・演習まとめ

7.グループ発表 各グループの報告(15分)

- ・各グループからの報告を行います。
- ・各グループの報告時間は 3～5分以内 です。
- ・二番目からのグループは、前のグループと内容が共通することは短縮して、付け加えることを中心に報告してください。

8.演習まとめ (10分)

- ・研修講師より質疑応答、および研修のまとめを行います。

8.演習まとめ

1 ケアラーへの支援に求められていること

○ケアラー支援の基本的な視点

(ケアラーの人権・尊厳の尊重、ケアラーの生活・ライフコースの理解、ケアラーの多様性、ケアラー自身の否認や無自覚性、ケアラーへ支援のあり方など)

○介護等への知識・支援スキルだけでなく、ケアラーを理解し、支援できる知識やスキルがある。

○家族全体への支援(ホールファミリー)の視点や地域包括ケアの視点を理解し、活用できる。

8.演習まとめ

2 ケアラーの支援の方法への理解

○ケアラー支援の支援方法への理解を深める。

(家族教室や介護者サロン、多職種連携などの具体的な方法をバリエーションを理解する)

○ピアサポートの活用やケアラーを理解し、支援できる知識やスキルがある。

○表面に現れにくいニーズや課題、人や資源などに気づき、柔軟に対応する。

○新たなケアラー支援の方法やあり方を模索・構築し、努力することができる。

気づく

- ・ ケアラーの課題に気づくこと
- ・ 家族全体の負担や困り感への気づき 等

つなぐ

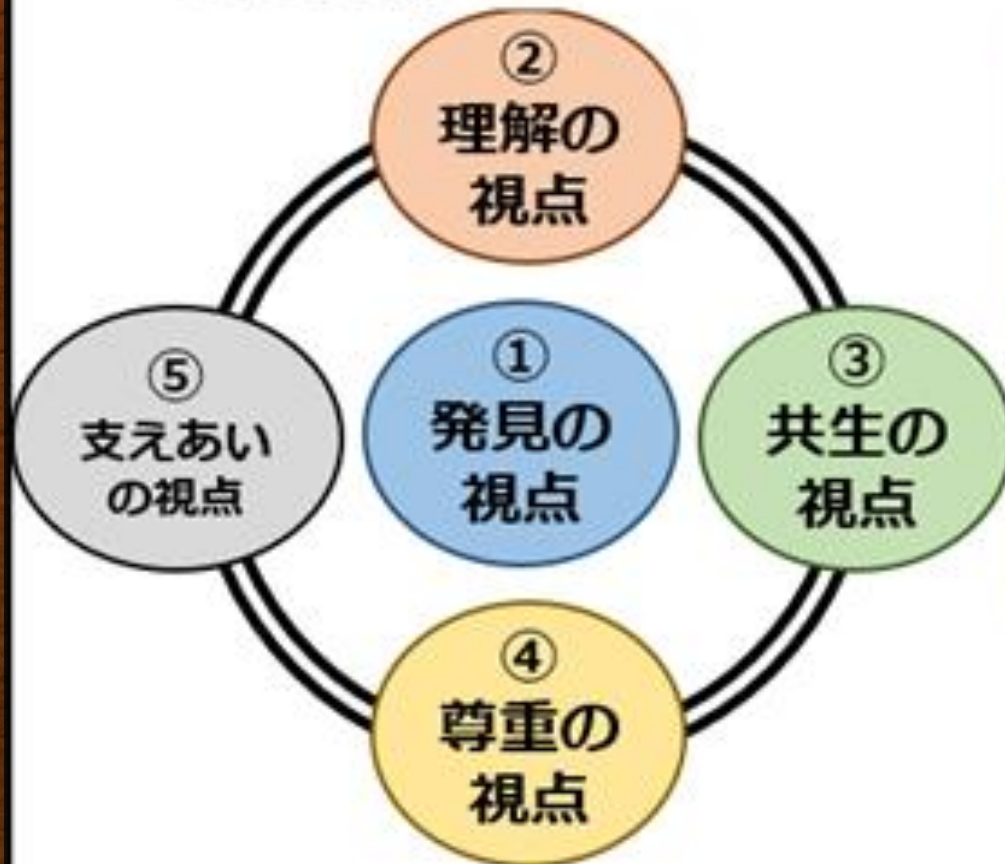
- ・ 関係する機関と連携する アウトリーチ
- ・ 多様な連携方法を検討する 等

支援

- ・ 関係する機関がアイデアを出していく
- ・ 多様な方面から支援を検討する 等

ケアラー支援の仕組みづくりのための5つの視点

《5つの輪》



《ケアラー支援の5つの視点》

①発見の視点	まずあなたのまちのケアラーを知るためにていねいな調査をすること
②理解の視点	ケアラーの実情をしっかりと把握し、どんな支援が望まれているか理解すること
③共生の視点	ケアラーにとっていちばんの危機は社会的な孤立であることを認識すること
④尊重の視点	介護する人の、市民・社会人としてあたりまえの生活を尊重する姿勢が必要であること
⑤支えあいの視点	支えあいを望む多くの市民の力を信じてケアラー支援の仕組みをつくること

おつかれさまでした。

アンケートにご協力をお願いいたします。
アンケートフォームは、Zoom終了後、
自動的に立ち上がります。