

第3章 技能実習生用テキストの検討

1. 技能実習生用テキストの位置づけと考え方

「技能実習生用テキスト」とは、入国後講習時に使用する教材とは異なり、技能実習生が入職後、移転する技能に関する知識や技能を学習していくためのテキストを指す。

技能実習制度は、我が国から相手国に対して、技能移転を通じた「人づくり」に協力することが基本理念とされている。この理念を踏まえ、「中間まとめ」及び、第1章の4.(2)に記載した先行研究である「技能実習制度に介護分野を追加する際の技能評価システムのあり方に関する調査研究事業」を受けて、技能実習生には、我が国の介護サービスの提供にあたっての基本的な考え方や、ICF（国際生活機能分類）に基づくケアの在り方等をはじめ、介護は単なる作業ではなく、利用者の自立支援を実現するための思考過程に基づく行為であることについて理解してもらう必要がある。

また、介護職種の技能実習生においては職歴要件（※）が設けられているが、介護に関する知識や技術のレベルは様々である。さらに実習実施者は、老人福祉法・介護保険法関係の施設・事業所だけでなく、病院又は診療所、児童福祉法関係や障害者総合支援法関係の施設・事業所など多岐にわたる。介護技能実習評価試験では技能が移転されているかの評価を全国で均質に実施することとなるので、技能実習生の母国の文化や習慣、実習先となる実習実施者等の種別に関わらず、均質な技能が習得されるためにも、入国後講習の内容を含めつつ介護技能実習の標準的なテキストの作成が必要である。

その際、入国後講習用教材でも検討したように、日本語やイラスト等についても技能実習生に配慮する必要がある。

※【告示 技能実習生に関する要件より】

同等業務従事経験（いわゆる職歴要件）については例えば、以下の者が該当する。

- ・ 外国における高齢者若しくは障害者の介護施設又は居宅等において、高齢者又は障害者の日常生活上の世話、機能訓練又は療養上の世話等に従事した経験を有する者
- ・ 外国における看護過程を修了した者又は看護師資格を有する者
- ・ 外国政府による介護士認定等を受けた者

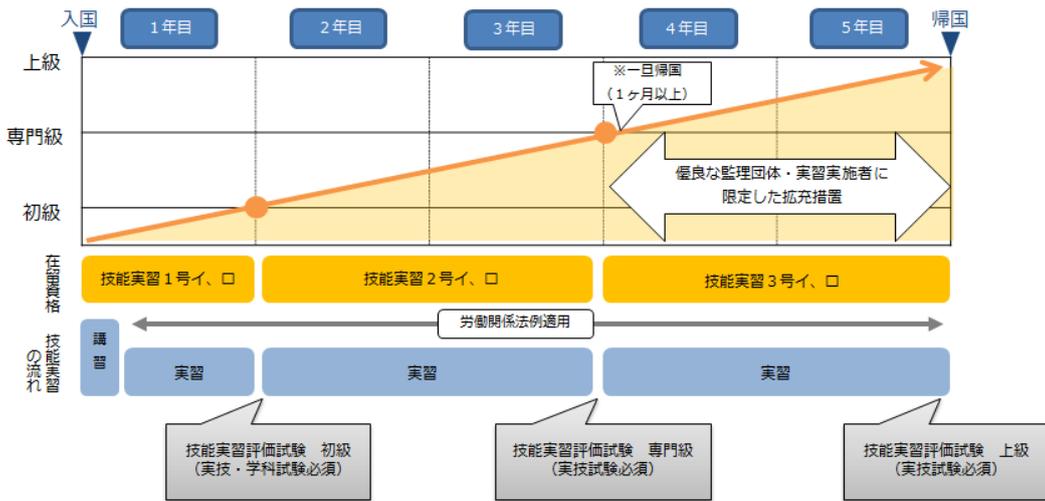
2. 技能実習生用テキストの構成

技能実習生は最長で5年間実習を行う（優良な監理団体及び実習実施者の場合は3年間から5年間に延長できる）こととなるが、介護は入浴介助、食事介助、排泄介助等の一連の流れの中で実施されるものである。実際、介護現場における業務の実態として、経験年数や資格の有無により介護の業務内容を区切ることは行っていない。

また、技能実習制度上、「移転対象となる業務内容・範囲」（参考資料2）をどのように実習していくかは、実習実施者の作成する技能実習計画に委ねられている。こうしたことから、技能実習生用テキストでは、「移転対象となる業務内容・範囲」を技能実習1号、2号、3号において区分けすることが難しく、全体を網羅的に1冊にまとめることが適当である。

ただし、技能実習生が学習していく際に、動機付け・目的意識が重要であること、各号で学習すべき内容が明確になっているほうが到達目標はわかりやすいという意見もあり、工夫が必要である。

【技能実習生の入国から帰国までの流れ】



(シルバーサービス振興会作成)

3. 技能実習生用テキストに含まれるべき内容

移転すべき技能である「移転対象となる業務内容・範囲（参考資料2）」と、介護技能実習評価試験の範囲である「試験基準（参考資料3）は、「中間まとめ」を受け、昨年度の厚生労働省 社会福祉推進事業「技能実習制度に介護分野を追加する際の技能評価システムのあり方に関する調査研究事業」で検討した技能の評価基準をベースに作成したものである。その後、介護技能実習評価試験として厚生労働省 人材開発統括官の認定を得ているが、これらは項目を挙げたものである。テキストに記載する具体的な内容については、「移転対象となる業務内容・範囲」と「試験基準」を網羅しつつ、「中間まとめ」で示された考え方に沿って、介護職員初任者研修の内容を参考とすることが適当である。

中間まとめ・・・【外国人介護人材受入れの在り方に関する検討会 中間まとめ】一部抜粋

③ 適切な評価システムの構築

イ. 具体的な対応の在り方

- ・評価対象については、介護にかかる動作として目視できる表層的な作業内容だけでなく、その業務の基盤となる能力、考え方も含めて評価項目、評価基準等を設定すべきである
- ・具体的には、一定のコミュニケーション能力の習得、人間の尊厳や介護実践の考え方、社会のしくみ・こころとからだのしくみ等の理解に裏付けられたものであることを十分に踏まえ、構築する必要がある。なお、その際、既存の研修（初任者研修や実務者研修等）の考え方を参考にすべきとの意見があった。

また、上記以外にも、技能実習生を保護する目的や日本の介護の考え方等を理解してもらうため、下記内容についてもテキストに含めるべきである。

- 技能実習生自身が働く事業所のことや、事業所の1日の流れがわかるよう「技能実習生が働く主な施設・事業所の紹介」「施設系の1日のスケジュール」
- 例えばドイツでは介護は家事援助が主である等、国によって介護に対する考え方が異なるため、日本の介護は、介護保険制度に位置づけられサービスとして提供されていること
- 日本では介護職が専門職として位置づけられており、高い知識と技術を持ちアセスメントも行った

うえで介護を提供していること。なかでも、「介護福祉士」は国家資格であること。

- 介護職だけではなく、多くの専門職が利用者の生活を支えており、チームケア・チームアプローチが重要であること
- 技能実習生が社会や職場から孤立することを防ぐ方策等、自分自身を守るための知識として心身の健康管理の方法、日本での生活に慣れるための方法について（例：基本的な労務管理、外国人技能実習機構の母国語での相談窓口等）
- 基本的なルールやマナーに関する日本の文化との違い（利用者との関わり方、感染症予防、食事・入浴等に関する内容を通して理解できるように工夫する）

この他、技能実習生には、テキスト（文字・イラスト等）だけではなく、動画を見せることで理解が深まることから、動画についても検討すべきとされた。

4. 技能実習生用テキスト 構成（案）

以下の通り、技能実習生用テキストの目次（案）を作成した。構成は入国後講習教材に倣い「介護の仕事を支える考え方」と「介護の仕事に必要な知識と技術」の二部構成とし、その内容については介護職員初任者研修の科目と含まれるべき事項を参考とする。また、それぞれの科目に実習終了時の到達目標を設けている。

技能実習生用テキスト 構成(案)		
科目・内容	到達目標 / 含まれる事項	
介護の仕事とは		
技能実習生が働く主な施設・事業所等の紹介		
施設系の1日のスケジュール		
身だしなみのチェック		
P a r t 1 介 護 の 仕 事 を 支 え る 考 え 方	介護で大切なこと	【到達目標】 介護職が、利用者の尊厳のある暮らしを支える専門職であることを自覚し、自立支援、介護予防という介護を提供するにあたっての基本的視点を理解している。また、介護職だけでなく、多くの専門職が利用者の生活を支えていること、チームケアの意味を理解している。
	尊厳を支える介護	利用者主体、倫理観、QOL、ICF、虐待防止、身体拘束禁止、自立支援(リハビリ、レクリエーション)
	自立に向けた介護	
	利用者を支える人たち	
	安全確保とリスク管理	【到達目標】 利用者の安全に関わる、リスクとその対応策のうち重要なものを理解している。また、利用者の生活を支えるためには介護職自身の健康管理が必要であり、具体的な対応策を理解している。
	介護事故の予防	介護事故の種類、事故の予防、発生した際の報告(ヒヤリハット、事故)
	感染症の予防	感染源の種類、予防方法(マスク等の着用するもの、環境整備等)、手洗い
	健康管理	こころの健康管理、からだの健康管理(腰痛)
	掃除・点検	
	介護と医療	【到達目標】 職務を行うにあたって必要な制度の目的、サービス利用の流れ等について、その概要を理解している。また、介護と医療の異なる点から、連携の必要性について理解している。
介護保険制度	基本理念、基礎的な仕組み、保険給付の対象者	
医療職の仕事	医行為、リハビリの考え方	
その他の制度	障害者自立支援制度(障害者総合支援法)	

技能実習生用テキスト 構成(案)		
科目・内容	到達目標 / 含まれる事項	
P a r t 1 介 護 の 仕 事 を 支 え る 考 え 方	コミュニケーション技術	【到達目標】 高齢者や障害者のコミュニケーション能力は一人ひとり異なることを認識して、具体的にどのような方法でコミュニケーションをとるのか理解している。また、チームケアにおける専門職間のコミュニケーションの有効性、重要性を理解している。
	コミュニケーションの基本	コミュニケーションの意義、基本技術(傾聴、受容、共感的理解)、信頼関係を得るための技術
	利用者とのコミュニケーション	介助前・介助中のコミュニケーション、視覚・聴覚障害等特性に応じたコミュニケーション
	職員とのコミュニケーション	報告・連絡・相談の必要性、報告内容
	高齢者の理解	【到達目標】 加齢・老化に伴う心身の変化や疾病について、その特徴や生活上の留意点について理解している。
	心と体の変化	老化に伴うところからだの変化、老化に伴う心身の機能の変化
	病気と症状	高齢者の疾病と生活上の留意点、高齢者に多い病気と生活上の留意点
	認知症の理解	【到達目標】 認知症の主な原因疾患、症状を知ったうえで、病気の症状があってもその人の尊厳を守る視点を持ち行動することを理解している。
	認知症とは	認知症の概念、認知症の原因疾患とその病態、治療、健康管理
	脳の障害で起こる症状	中核症状、利用者への対応
	環境などで起こる症状	BPSD、利用者への対応
	家族への対応	
	障害の理解	【到達目標】 各障害の特徴や原因となる主な疾病、生活上の留意点について理解する。また、ICFに基づきながら障害の概念について理解している。
	障害とは	障害の概念
	身体障害	視覚障害、聴覚・平衡障害、音声・言語・咀嚼障害、肢体不自由、内部障害
知的障害		
精神障害	統合失調症・気分・依存症などの精神疾患、高次脳機能障害、広汎性発達障害・学習障害・注意欠陥多動性障害などの発達障害	
その他の障害		

技能実習生用テキスト 構成(案)		
科目・内容	到達目標 / 含まれる事項	
P a r t 2 介 護 の 仕 事 に 必 要 な 知 識 と 技 術	ところからだのしくみ	【到達目標】 生命の維持・恒常のしくみを理解し、また、介護技術の根拠となる人体の構造や機能に関する知識を習得し、安全な介護サービスの提供方法を理解している。
	生と死	
	からだのしくみ	人間の体、バイタルサイン
	ところのしくみ	記憶のしくみ
	睡眠	
	身じたくの介護	【到達目標】 身じたくの必要性和、身じたくに関連するところからだのしくみを理解し、利用者本人の力を活用した身じたくの介護を行うための技術が身に付いている。
	身じたくの介護を行う前に	意義、身じたくの種類(衣服の着脱、整容)
	衣服着脱の介護	衣服の種類、衣服の整理、座位での上着の着脱の介護、座位でのズボンの着脱の介護、ベッド上での上着の着脱の介護、ベッド上でのズボンの着脱の介護
	整容の介護	洗面、顔の清拭、整髪、ひげそり、つめきり、化粧
	移動の介護	【到達目標】 移動・移乗の必要性和、移動・移乗に関連するところからだのしくみを理解し、利用者本人の力を活用した移動・移乗の介護を行うための技術が身に付いている。
	移動の介護を行う前に	意義、関係する体の部位、移動する環境、使う道具、ベッドメイキングの仕方
	移動・移乗の介護	体位変換、移乗
	歩行の介護	平地歩行、段差越え、階段昇降、杖歩行、白杖
	車いすの介護	
	食事の介護	【到達目標】 食事の必要性和、食事に関連するところからだのしくみを理解し、利用者本人の力を活用した食事の介護を行うための技術が身に付いている。
食事の介護を行う前に	意義、関係する体の部位、食事する環境、食事の種類、使う道具	
食事の準備	姿勢	
食事の介護		
口腔ケア	歯磨き、入れ歯(義歯)の手入れ	

技能実習生用テキスト 構成(案)		
科目・内容	到達目標 / 含まれる事項	
P a r t 2 介 護 の 仕 事 に 必 要 な 知 識	入浴・身体清潔の介護	【到達目標】 入浴・清潔保持がもたらす心身への効果と、入浴に関連するところとからだのしくみを理解し、利用者本人の力を活用した楽しい入浴の介護を行うための技術が身に付いている。
	入浴の介護を行う前に	意義、関係する体の部位、入浴する環境、使う道具、機械
	入浴の介護	脱衣所での衣服の着脱、入浴介助、入浴後の介助(整髪、水分補給)
	手浴・足浴の介護	手浴、足浴
	洗髪の介護	洗髪、ドライシャンプー
	清拭	
	排泄の介護	【到達目標】 排泄の必要性と、排泄に関連するところとからだのしくみを理解し、利用者本人の力を活用した気持ちの良い排泄の介護を行うための技術が身に付いている。
	排泄の介護を行う前に	意義、関係する体の部位、排泄をする環境、使う道具、排便の状態
	ポータルトイレでの排泄の介護	
	おむつ交換	
尿器を使用した排泄の介護		
技能実習生が孤立しないための 具体的方策	技能実習機構の相談窓口一覧、自らの労務管理	
(おぼえ)	実習実施機関情報、実習指導員名等	

5. 「身じたくの介護 (案)」

4の構成(案)を踏まえ、技能実習生用テキストの一部として「身じたくの介護」のイメージを作成した。内容については、介護職員初任者研修を参考とし、ヒアリング結果や検討委員会での意見をもとに、技能実習生に移転すべき技能等を網羅しながらも、技能実習生が学習しやすいよう構成や文章、イラスト等を工夫した。

特に、介護技能実習評価試験の範囲(参考資料2)となる介護技術に関しては、イラストを交え、一連の流れで丁寧に説明を行うこととする。また、初級試験(第1号技能実習修了時)は技能実習指導員の指示のもと行われることから、技能実習指導員に確認することや報告することについても記載とする。

6. 今後の検討課題

今後、技能実習生用テキスト全体を作成するにあたっては、下記の点等についてさらに検討を行っていく必要がある。

(1) 用語の使用への配慮

入国後講習用教材の作成時にも検討事項となったが、下記に示した例のように介護分野における用語の使い方について、技能実習生が技能習得のための理解促進に当たって配慮していくべきであるとの意見があった。入国後講習時では一定の整理はしたものの、今後のテキスト作成においてどのようにするか、「医療介護の連携」や介護人材の裾野を広げる方向性等、国の施策を考慮しながら引き続き検討が必要である。

〔注意すべき用語の例〕

- ・「身じたく」と「整容」
- ・「介護」と「介助」
- ・身体の部位

→介護現場では「あたま」であるが、医療現場では「頭部」と呼称する等

また、「確認」や「見守り」等、介護現場では多用されるものの、その示す意味が広い用語については、技能実習指導員用手引きに具体的な指示内容について記載していくと共に、技能実習生用テキストでも注記していく必要がある。

(2) 関連業務、周辺業務について

技能実習生用テキストは、移転すべき技能を網羅することから、技能等を習得するために必ず行わなければならない身体介護を主とした「必須業務」が含まれる。このほか、身体介護以外の支援である「関連業務」、物品の管理等の「周辺業務」についてもテキストに掲載していくこととなるが、必須業務が実習計画の半分以上含まれる必要があることを踏まえながら、必須業務を行ううえで必要となる知識・技術としての「関連業務」と「周辺業務」について、どの項目に位置付け、どの範囲まで含めるかの検討が必要である。

例えば、介護職員初任者研修では「生活と家事」に含まれる衣服の整理や洗濯は、関連業務に含まれる事項と考えられるが、本テキストにおいては、「身じたくの介護」内の衣服の着脱の介護を学習する中で、習得する内容とした。

身じたくの介護

1 身じたくの介護を行う前に

1 身じたくの意義

朝起きて顔を洗い、歯を磨き、女性ならお化粧をし、男性ならひげをそり、目的に合わせて服を着替えます。身じたくは、日常生活や社会生活のいろいろな活動をするための準備と考えてもよいでしょう。

汚れた髪や服は他の人を嫌な気持ちにします。きちんと身じたくすることで、自信をもって、社会に参加することができるようになります。



2 身じたくの種類

身じたくの介護には、衣服の着脱と整容があります。

①衣服の着脱



②整容



洗面



顔の清拭



整髪



ひげそり



つめきり



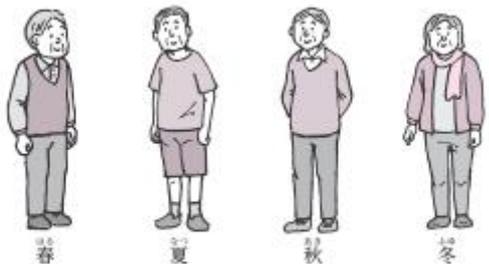
化粧

2 衣服着脱の介護

- 朝起きたとき、外出するとき、夜寝るとき等に、衣服を選び、着る、脱ぐ介護をします。
- 服を着ることは自分を表現することでもあり、体調管理にもなります。

1 衣服の種類

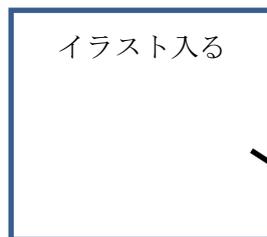
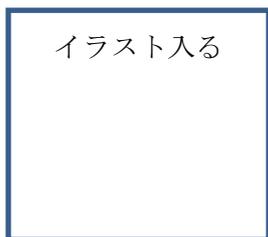
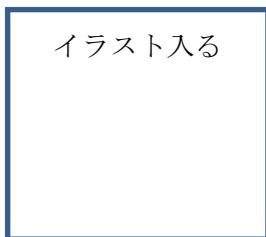
①日本の季節に合わせた衣服



- ・夏は暑く、汗をかきやすい季節です。
- ・冬は寒く、乾燥しやすい季節です。

②利用者の状態に合わせた衣服

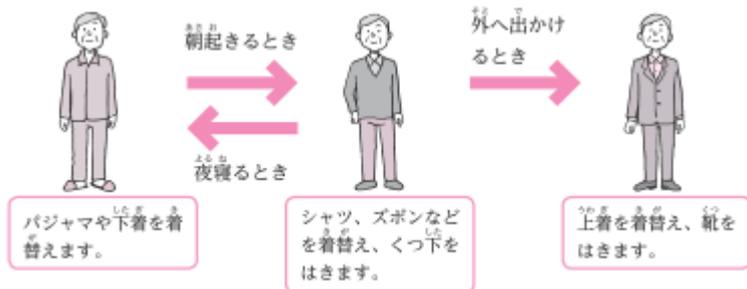
- ・下着やパジャマは柔らかく吸湿性・通気性のあるものが気持ちよいです。
- ・上着には、前開きのもの、開閉がしやすいもの、ゆとりのあるものがあります。
- ・ズボンには、股がみが深く、ウエストがゴムになっているものがあります。



マジックテープ

③着替えのタイミング

- ・利用者の好みに合わせて衣服を選んでもらいます。



2 衣服の整理

①洗濯

- ・清潔な衣服を保つために、洗濯をします。
- ・施設では、利用者の衣服をまとめて洗濯することがあります。
- ・利用者の衣服、持ち物を間違えたり、失くしたりしないよう、洗濯をする前と後で必ず確認をしましょう。
- ・嘔吐物、排泄物などで汚れた衣服は、必ず他の衣服とは別で洗います。

なぜ!?

嘔吐物や排泄物などは感染源となります。感染症予防のためにも必ず別で洗います。P〇〇の感染症予防についても確認しましょう。

②衣服の整理

- ・洗濯が終わったら、衣服のしわを伸ばし、利用者のダンスなどに収納します。
- ・衣服の種類によって収納場所が違います。ハンガーにかける、たたんでダンスに収納するなどがあります。
- ・衣服がいつもの位置にないと利用者は困ります。必ず元の位置に収納します。

3 座位での上着の着脱の介護

しっかり覚えよう!

①利用者の体調を確認します。

→実習1年目は、体調を確認したら、自分で判断しないで、実習指導員に報告しましょう。

②利用者に介護の内容を説明し、利用者の同意を得ます。

→実習1年目は、実習指導員に報告し、このまま進めてよいか確認します。

③利用者の好みに合わせて、衣服を選んでもらいます。利用者が選んだ衣服が、季節や部屋の温度に合っているかを確認しましょう。

イラスト入る

なぜ!?

利用者は体温を調節する機能が低下していることがあります

④他の人からできるだけ肌が見えないようにします。

イラスト入る

なぜ!?

⑤衣服は患側から着て、健側から脱いでもらいます。介護職は利用者ができないところを手伝います。

イラスト入る

なぜ!?

⑥衣服のしわやたるみを整えます。

イラスト入る

なぜ!?

しわやがたるみがあると褥瘡の原因になります

⑦利用者に着心地と体調を確認します。

→実習1年目は、介護が終わったら実習指導員に報告します。

介護のポイント

- ・衣服の袖を通すときは、声をかけましょう
- ・痛みがないか、暑い・寒いなどないか、声かけをしましょう

4 座位でのズボンの着脱の介護

①利用者の体調を確認します。

②利用者に介護の内容を説明し、利用者の同意を得ます。

③利用者の好みに合わせて、衣服を選んでもらいます。利用者が選んだ衣服が、季節や部屋の温度に合っているかを確認しましょう。

④ズボンは患側から着て、健側から脱いでもらいます。介護職は利用者ができないところを手伝います。



なぜ!?

⑤しわやたるみを整えます。

イラスト入る

なぜ!?

しわやがたるみがあると褥瘡の原因になります

⑥利用者に着心地と体調を確認します

5 ベッド上（仰臥位）での上着の着脱の介護

しっかり覚えよう！

- ① 利用者の体調を確認します。
- ② 利用者に介護の内容を説明し、利用者の同意を得ます。
- ③ 利用者の好みに合わせて、衣服を選んでもらいます。利用者が選んだ衣服が、季節や部屋の温度に合っているかも確認しましょう。
- ④ 他の人からできるだけ肌が見えないようにします。

イラスト入る

スクリーンやバスタオルを使います

- ⑤ 介助しやすいベッドの高さにします。

イラスト入る

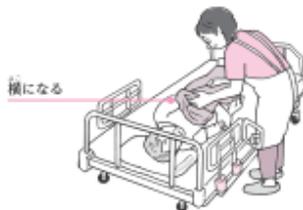
なぜ!?

- ⑥ 健側の袖を脱がせ、脱いだ衣服は内側に丸め込むようにして利用者の体の下に入れます。

イラスト入る

なぜ!?

- ⑦ 健側が下になるように、利用者を側臥位にし、利用者の体の下に入れた衣服を引きだし、脱がせます。



- ⑧ 患側の袖を脱がせ、新しい服の袖を通し、同じように衣服を体の下に入れます。

イラスト入る

⑨利用者を仰臥位にし、体の下から衣服を引きだし、健側の袖に通します。

イラスト入る

⑩衣服のしわやたるみを整えます。

イラスト入る

なぜ!?

⑪利用者に着心地と体調を確認し、ベッドの高さを元に戻します。

介護のポイント

- ・体の向きを変えるときは、声をかけましょう
- ・痛みがないか、暑い・寒いなどないか声かけをしましょう
- ・サイドレールをつかんでもらうなど、利用者の力を活かしましょう

6 ベッド上（仰臥位）でのズボンの着脱の介護

- ①利用者の体調を確認します。
- ②利用者に介護の内容を説明し、利用者の同意を得ます。
- ③他の人からできるだけ肌が見えないようにします。

イラスト入る

スクリーンやバスタオルを使います

- ④利用者の好みに合わせて、衣服を選んでもらいます。利用者が選んだ衣服が、季節や部屋の温度に合っているかも確認しましょう。

- ⑤健側から脱がせ、患側から着せます。

イラスト入る

なぜ!?

- ⑥腰を上げ、ズボンを両足とも足首のあたりまで下げてから行くと、体に負担がありません。

イラスト入る

- ⑦着るときは、ズボンの袖口から介護職の手を入れ、足裏に手を添えながら通します。

イラスト入る

- ⑧利用者に着心地と体調を確認します。

3 整容の介護

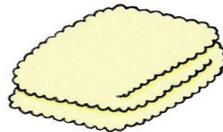
1 洗面

- 朝起きたときに、顔を洗う介護をします。
- 顔の皮脂のよごれをとることで清潔になり、血の流れをよくします。

①洗面をする環境と道具



洗面所



タオル

②洗面の介護（利用者が自分で顔を洗える場合）

- ①車いすに乗っている場合、ブレーキがかかっているか確認します。

イラスト入る

なぜ!?

- ②フットレストをあげ、足底が床についているか確認します。

イラスト入る

2 顔の清拭

●自分で顔を洗うことができない利用者には顔の清拭をします。

しっかり覚えよう!

①利用者の体調を確認します。

→実習1年目は、体調を確認した後、自分で判断しないで、実習指導員に報告しましょう。

②利用者に介護の内容を説明し、利用者の同意を得ます

→実習1年目は、実習指導員に報告し、このまま進めてよいか確認します。

③介護職はハンドタオルなどを熱めのお湯（40℃前後）で濡らして、かたく絞り、まず自分の手で熱くないか確認します。

イラスト入る

④ハンドタオルなどを利用者へ渡し、熱くないか確認してもらいます。利用者が自分で拭ける部分を拭いてもらいます。

イラスト入る

⑤介護職が手伝う場合は、タオルの使い方、拭く順番に気をつけます。



イラスト入る
(顔の拭く順番)

⑥利用者に拭き残しがないか確認します。

→実習1年目は、拭き残しの対応ができない場合、実習指導員に報告します。

⑦最後に利用者の体調を確認します。

→実習1年目は、介護が終わったら実習指導員に報告します。

介護のポイント

タオルの温め方や、温度は実習指導者に確認しましょう。

3 整髪

- 朝起きたとき、外出する前、入浴した後などに、髪を整える介護をします。
- 髪をくしでとかすことは、頭皮の血の流れを良くして、健康な髪を保つことにつながります。
- 利用者によってはヘアワックスを使う人もいるので、コミュニケーションしながら確認しましょう。

①整髪の道具



くし



かがみ



ドライヤー

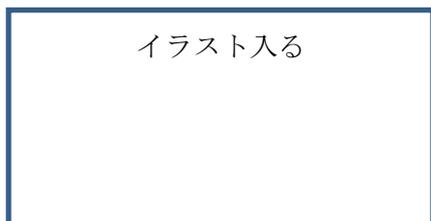


イラスト入る

ヘスプレー
(ワックス)

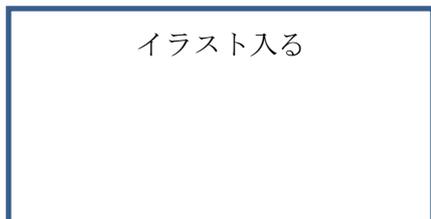
②ベッド上での整髪の介護

- ①ベッドをギャッチアップして、利用者を楽しな姿勢にします。



イラスト入る

- ②髪が抜けて服に落ちないように、肩にバスタオルなどをかけます。



イラスト入る

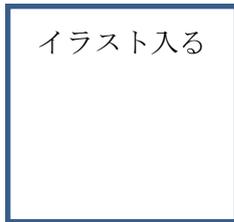
4 ひげそり

- 男性にとって、ひげそりは一般的な生活習慣です。
- ひげの長さも好みがあるため、利用者の希望を聞いたうえで、シェーバーでひげそりを行います。
- ひげは1日に約0.4mm伸び、すぐに目立つため、1日1回はひげそりを行います。

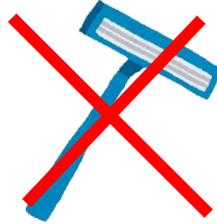
①ひげそりの道具



シェーバー



保湿クリーム



Ｔ字カミソリ

日本では、介護職は、カミソリは使用できません。

②ひげそりの介護

- ①利用者の口の周りをきれいにふきます。
- ②シェーバーにて、利用者のしわを伸ばしながら、ひげを剃ります。



- ③顔の表面に残った、剃った後のひげを拭き取ります。
- ④クリームや化粧水などで皮膚を保護します。

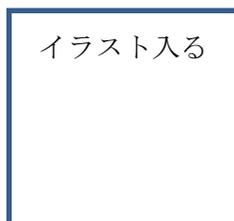
5 つめきり

- つめは1日に約0.1mm伸び、足より手のほうが早く伸びます。
- つめは手入れをしないと、変形し、痛みで動けなくなったり、皮膚や衣服を傷つけることがあります。
- 利用者の清潔保持と安全な生活のためにも、つめの手入れは必要です。

①つめきりで使用する道具



つめきり



つめやすり

② つめきりの介護

- ① つめや皮膚の状態をよく観察します。
- ② 皮膚を傷つけないように注意します。
- ③ きりすぎないようにつめをきります。

イラスト入る

つめの伸ばしすぎがない
かにも注意します

- ④ つめや皮膚状態に異常がみられる場合には、医療職に報告します。

介護職が行えるつめきり

- ・つめそのものに異常がない場合
 - ・つめの周囲の皮膚に化膿や炎症がない場合
 - ・糖尿病などの疾患に伴う専門的な管理が必要ではない場合
- ※あてはまらない場合は、医療職に相談しましょう。

6 化粧

- 化粧は、女性にとって身だしなみの他に、気分をよくしたり、自分を表現する手段です。
- 化粧をする習慣のある女性には、できるだけ化粧をしてもらいます。

