



父母と学ぶ会だより

No. 39 研修報告号～R1年11月発行



施設内研修報告

令和1年7月22日(月)

てんかん・生活習慣病の運動

てんかんには様々な症状があり、個人差のある脳の病気です。てんかん発作を初めて見ると慌ててしまうと思いますが落ち着いて行動すれば大丈夫です。起こってしまった時にやるべきことを紹介します。

- ①危険な場所（道路、階段など）で倒れた場合は安全な場所に移動させる。
- ②横にして周囲の危険物を除き、けいれんによって身体を打撲しないようにする。
- ③呼吸しやすいように服のボタンを外し、ベルトを緩める。
- ④時計などがあれば発作が起こった時刻を確認し、様子を観察する。10～20分以内に意識が回復することが多いですが、けいれんが長時間にわたって止まらない時などは病院に連れて行きましょう。

今回の研修では生活習慣病、改善、予防の運動についても調べました。皆さん、偏った食生活・運動不足・喫煙・過度の飲酒など当てはまる事はありませんか？日々の習慣を見直すことはとても大切なことです。生活習慣病を改善するには週2～3回、1回30分運動をした方が良いでしょう。無理なく短い時間でも継続して行うことが大切です。（文責 佐藤 潤）



報告

令和1年7月25日(木) 8月8日(木) 23日(金)

カウンセリング講座

「人をどう理解し、人にどうかわかるか」というテーマでカウンセリング講座を受講してきました。福祉施設職員など、対人援助職に求められるのは「知識」や技術はもちろんですが、それ以上に「人間性」であり人間関係づくりです。相手のことを理解するためにはまず自分の価値観だったり性格など自分をよく知ることが大切です。相手の事を知り理解するにはまず「聴く」という基本姿勢が求められ、「聴く」と「聞く」の二つには違いがあり、「聴く」は何か自分がやっていたとしても一度手を止めて相手の言うことに耳を傾けること。「聞く」は音が耳に入ってくるように右の耳から入って左の耳から出て行ってしまいう事。グループワークで相手に話を聴いてもらえない、聴いてもらえる実習をし、相手に話を聴いてもらえた時と聴いてもらえなかった時にどういった感情が湧くのかを実際に体験できました。改めて「聴く」という事の難しさを学び相手を理解し信頼関係を築いていける様に「聴く」という基本姿勢を忘れないようにしていきたいと思いました。（文責 和久井 美奈）



強度行動障害支援者養成講座

強度行動障害支援者養成講座の4日間の研修に行ってきました。強度行動障害者への支援とは、問題行動を起こした時にどう対処するのではなく、問題行動を起こさないようにするにはどうすればよいのか考えます。力づくで止めようとすれば虐待につながる可能性があります。そのようにならないためにも、どのように支援すればよいのか考えていく必要があります。問題行動を起こし困っているのは支援者ではなく本人だということ。なぜ問題行動を起こすのか、その背景にあるものを探る。構造化を使い、過ごしやすい環境を提供したり、スケジュールなどを掲示し、今何をやるのか、これから何をやるのか、いつ終わるのかを明確に伝える。またその人の長所を見つけ得意なことを日課に組み入れ、のばしていく。そして何より一番大切なことは、問題行動を無理に抑えることは考えずその人と信頼関係を築くこと。一人で支援するのではなく、チームで支援することだと思います。

(文責 池田 浩)



施設内研修報告

令和1年10月21日(月)

TEACCH について学ぶ

ゆいまあるの利用者の約半数の方が自閉症スペクトラム障害を持っているということで、TEACCHプログラムについての研修を行いました。TEACCHとは、米ノースカロライナ州で1972年以降実施されている自閉症スペクトラム障害とその家族を対象とした生涯支援プログラムのことです。TEACCH についての発表の後に、現在行っているAさんの作業を2つのチームに分かれて構造化(①どこで②いつ③何を④どの位⑤どのようなやり方で⑥終了を理解し、次に何をすればいいのか)して話し合いました。

普段は4つのグループごとに分かれている支援者が皆で一人の利用者について考えることで、考え方や価値観、視点の違いとそれを出し合って対話していくことの大切さを感じたとの意見が多くありました。また、利用者へ統一した支援を提供するために支援者同士、施設全体で共通理解することの重要性をあらためて感じました。

(文責 栗田 百江)

