

第1回

# ケアレク学会 in 横浜

テーマ 介護現場での少しの工夫と活動がご利用者の生活を変える!

## 開催概要

[日程] 2017年 **9月23日** 10:30 ~ 17:00

[会場] **ウィリング横浜**  
(神奈川県横浜市港南区上大岡西1-6-1)

[参加費] **7,000円** (税・資料代込み)  
※ケアレクインストラクター養成講座受講者:5,000円  
※「ケアレク」定期購読者:5,000円  
※発表者割引:2,000円

## 参加するメリット

- ① 日頃行っている活動やプログラム・取り組みを共有し介護現場を活性化させる!
- ② 実際に現場で提供されているプログラム満載だから翌日からすぐに取り入れられる!
- ③ 全国各地で取り組まれている最新の活動が分かる!

## プログラム

参加者は自由に興味あるプログラムへご自由に参加できます!

A会場		B会場		C会場	
<b>講師</b> 秋谷 知氏 (エムダブルエス日高 介護予防運動指導員) 福原 美穂氏 (エムダブルエス日高 健康運動指導士)	10:30~12:00 疾患別集団トレーニング① ~変形性膝関節症、大腿骨頸部骨折、脊椎圧迫骨折に対するトレーニング~	<b>講師</b> 石田 竜生氏 (介護エンターテイメント協会 作業療法士)	10:30~12:00 レベルが異なる人たちで形成される 集団への認知機能トレーニングの工夫	<b>講師</b> 川籍 淳子氏 (介護老人保健施設仙寿なごみ野 看護師)	10:30~12:00 「またしたい」リクエスト爆発! 運動器機能向上&身体機能向上レク
	13:00~15:00 疾患別集団トレーニング② ~脳卒中片麻痺に対するトレーニング・レク~		13:00~15:00 レベルが異なる人たちで形成される 小集団への IADL トレーニングの工夫		13:00~15:00 「自立」と「やる気」を高める! 「やる気がない」「参加しづらい」人への活動とその工夫
	15:15~17:00 疾患別集団トレーニング③ ~パーキンソン・姿勢が悪い方へのトレーニング・レク~		15:15~17:00 レベルが異なる人たちで形成される 小集団への ADL トレーニングの工夫		15:15~17:00 ユニーク&新しい! バランストレーニング ~バランス訓練の引き出しを増やす~
D会場		E会場		F会場	
<b>講師</b> 直井 誠氏 (和が家の古民家テイイびき 代表)	10:30~12:00 取り入れたい! 認知症の利用者・家族の意欲を引き出すポイント&活動	<b>講師</b> 平石 暢之氏 (訪問看護リハビリステーションこころ / 生活ケア・リハビリこころリハビリ主任)	10:30~12:00 ぬり絵、間違い探しに代わる新しく楽しい 机上活動	<b>講師</b> 尾関洋二氏 (NPO 法人日本介護福祉教育研修機構 認定講師)	10:30~12:00 心を開く! 笑顔を引き出すアイスブレイキングレク
	13:00~15:00 認知症の利用者の意欲を引き出す活動の工夫		13:00~15:00 安い!早い!楽しい! 利用者に人気のクラフト制作 BEST10		13:00~15:00 時間が空いて困った!予定していたレクや活動に反応がない! こんな時でも大丈夫!道具いらず・場所を選ばないちよいレク
	15:15~17:00 認知症中重度者&症状緩和につながる ポイント&活動の工夫		15:15~17:00 職員の手がかからない個別の自主活動& 集団での自主活動		15:15~17:00 知らず知らずのうちに利用者同士が仲良くなる 仲間づくり・社会参加アップのレク・活動

## G会場

10:30~17:00

### ケアレクコンテスト

全国各地のレク・活動などの実践発表

皆さまが現場実践で行っているご利用者の自立を引き出す取り組みを  
動画や実際のグッズを使って紹介していただきます!!

- 募集テーマ**
- ・ご利用者に喜ばれた活動
  - ・現場で実際に使っている「レクグッズ」「トレーニンググッズ」
  - ・現場でご利用者に人気の活動、はやっている活動
  - ・「活動」や「参加」につながるアイデアグッズ
  - ・ご利用者のやる気を引き出す仕掛け
  - ・機能訓練やリハビリ場面における工夫
  - ・ご利用者、家族が喜ぶクラフト作品
- など



応募締切  
2017.  
**9.1**  
金

タイムテーブルの詳細は中面またはホームページをご覧ください!

ケアレク学会

検索

# プログラム

ご利用者の気持ちになって  
実際に体験しながら学びます!



## A 会場

### 秋谷氏・福原氏のバリエーション豊かな効果の出せる疾患別集団トレーニング

変形性膝関節症、大腿骨頸部骨折、脊椎圧迫骨折に対するトレーニング

- ・各整形疾患に対する禁忌動作の理解 ・改善に必要な筋肉をターゲットにした体操
- ・集団トレーニングに必要なインストラクション（声かけ、動作、注意点など）
- ・体操を日常生活の動作と結び付けるための工夫 ほか

脳卒中片麻痺に対するトレーニング

- ・片麻痺の方の残存能力を低下させない取り組みあれこれ（実際の様子）
- ・実際に使用している道具を使ったトレーニング（体験）
- ・具体的な運動メニューと健側を使用したレク ほか

パーキンソン・姿勢が悪い方へのトレーニング&レク

- ・パーキンソン病の代表的な症状「歩行障害」と「嚥下障害」にポイントを当てて
- ・座位で行えるリズム歩行 ・立位での平行棒ピクス ・発声するための脳トレ
- ・姿勢改善に向けた体幹を強くするためのトレーニング ほか

## B 会場

### 石田竜生氏の少しの視点や表現方法を変えるだけ効果が出せる機能訓練

レベルが異なる人たちで形成される集団への認知機能トレーニング

- ・今日一日でオリジナルレク・トレーニング 100 個作ります [part1]
- ・レベルが異なる人たちで形成される集団でも目的がブレないポイントは○○○
- ・「動機づけ」でレクと体操により大きな効果を引き出す方法 ほか

レベルが異なる人たちで形成される小集団への IADL トレーニングの工夫

- ・今日一日でオリジナルレク・トレーニング 100 個作ります [part2]
- ・タオルと新聞紙を使いバランスを意識した日常動作体操
- ・身近なものをを使ったレク・体操のネタがつかない魔法の公式 ほか

レベルが異なる人たちで形成される小集団への ADL トレーニングの工夫

- ・今日一日でオリジナルレク・トレーニング 100 個作ります [part3]
- ・場面設定を「ビジュアル化」そこから生まれる ADL 体操
- ・既存のレク・トレーニングに「プラス1」でガラリと効果を上げる方法 ほか

## C 会場

### 川緒淳子氏のご利用者のやる気スイッチを見つけ出すためのレク・活動の工夫

「またしたい!」リクエスト爆発!運動機能向上&身体機能向上レク

- ・カップス（かっこいい曲に合わせカップでリズムを取る）
- ・点取りゲーム（単語から濁点や半濁点を取る） ・綱引き（座ったままできる綱送り）
- ・シークレットカードゲーム（色カードを使った早めくり） ・風船ロープウェー（ロープを伝って風船送り） ほか

「やる気がない」「参加しづらい」人への活動とその工夫

- ・やる気リップ（深呼吸にともなう） ・干支干支え〜と干支ゲーム（干支を使ったリレーゲーム）
- ・物知りことわざ博士（条件付きことわざみつけ） ・古今東西（条件に合う単語を集める）
- ・クイズ王（どうでもいいけど知ってるクイズ） ・歌の研究（みんな知ってるあの歌を研究）

ユニーク&新しいバランストレーニング

- ・パーキンソン病の代表的な症状「歩行障害」と「嚥下障害」にポイントを当てて
- ・座位で行えるリズム歩行 ・立位での平行棒ピクス ・発声するための脳トレ
- ・姿勢改善に向けた体幹を強くするためのトレーニング ほか

## D 会場

### 直井誠氏のいぶき流認知症の方の意欲を引き出すケアレク活動とその仕掛け

認知症の利用者・家族の意欲を引き出すポイント&活動

- ・利用者や家族の意欲を引き出すポイントの掴み方
- ・朝と昼と夕方気分が肝心!来てよかったと思える笑いを引き出すケア
- ・昔の活動が一番!「昔昔昔」を大切に活動作りの紹介 ほか

認知症の利用者の意欲を引き出す活動の工夫

- ・認知症の方の認知力、注意力を高める「とにかく活動!」へ導くための工夫
- ・「和」になる活動で、中重度者の社会性がアップ!
- ・「出来る仕事」の評価の大切さと「料理療法」「園芸療法」等の取り組み方 ほか

認知症中重度者&症状緩和につながるポイント&活動の工夫

- ・認知症の症状緩和につながるポイントの掴み方
- ・「関わる」「触れる」「目線」とその方の人生の歴史に触れる傾聴の工夫
- ・職員との距離感が大事!ご利用者の心の琴線に触れるケア・活動の紹介 ほか

## E 会場

### 平石暢之氏の個別や集団での活動における環境設定や介助、段階付けのポイント

ぬり絵、間違い探しに代わる新しく楽しい机上活動

- ・ご利用者のニーズを引き出すためのポイント
- ・「楽しい」や「やりがいがある」と感じてもらえる工夫を実際に体験（キャンパス芸・段ボール織り機）
- ・作品づくりから「社会参加」へ繋げる取り組みの紹介 ほか

安い!早い!楽しい!ご利用者に人気のクラフト制作 BEST10

- ・プレゼントやインテリアなど実用的なクラフト手芸体験
- ・クラフトづくりにおける、目的や難易度調整のポイント
- ・クラフトづくりを生きがいへ繋げる取り組みの紹介 ほか

職員の手がかからない個別の自主活動&集団での自主活動

- ・馴染みの活動、参加を知り、個別や集団での活動を効率的に行うポイント
- ・「得意なこと」「強みを活かした活動」の取り組みの紹介（花見・園芸・大工・料理・買い物・おやつ作り） ほか

## F 会場

### 尾関洋二氏の自立支援・生きがいづくりにつながるレク

心を開く! 笑顔を引き出すアイスブレイキングレク

- ・表情が豊かになるための表情筋を使ったレク
- ・笑いの効果は絶大!声を出して笑う「爆笑ネタ」
- ・ご利用者同士が仲良〜くになれる集団レク ほか

時間が空いて困った!予定していたレクや活動に反応がない!  
こんな時でも大丈夫!道具いらず・場所を選ばないちょいレク

- ・こんなに簡単!道具、場所を選ばない!少人数で行えるちょいレク
- ・簡単ルールでご利用者に人気のちょいレク
- ・知らない間に夢中になってしまうちょいレク ほか

知らず知らずのうちに利用者同士が仲良くなる  
仲間づくり・社会参加アップのレク・活動

- ・レク+機能訓練で効果倍増!機能訓練につながる面白レク
- ・音楽を使って心も体も踊るレク
- ・心身機能に特化した機能向上レク ほか

# 9/23<sup>±</sup> ケアレク学会で発表!!

日頃の現場での活動が「活動」と「参加」を拡大させる! /

6会場

## ケレクコンテスト

ご利用者に喜ばれた活動・プログラム・トレーニンググッズ…などを大募集!

### 日頃行っている活動やプログラムを発表しませんか?

あなたの施設・事業所、地域での介護予防活動で行っている活動・プログラム・使用しているグッズなどを幅広く募集しています。発表された取り組みは定期刊行誌「ケアレク」にて掲載予定!どしどしご応募ください。

例えば…

優秀発表は  
「ケアレク」に掲載予定

#### 「できること」を引き出すクラフト



自然の素材を使ったクラフトを制作し、完成した作品はお孫さんへのプレゼント、デイの玄関に飾るなどし、作るだけでなく「展示」「コンテスト」に応募することで社会参加につなげている。

#### 歩行&認知機能向上トレーニング



歩行訓練でテープを使わず、よりまたぎが大きくなるように新聞棒を使用。またぐ効果と新聞棒にカラーテープを使うことで、認識力を高める。

#### どこでもビジョントレーニング



ビジョントレーニングの課題を事業所内の壁に複数設置し、自主トレメニューとして取り組める。

#### 認識力へのアプローチ



棒を落とし、指定されたテーブルの色の部分を掴むトレーニング。瞬発力+識別力を高め、手指の機能向上にもなる。

#### レクリエーション(楽しみながら機能訓練)



楽しくゲームをしながらさまざまな部分を鍛える。集団で行うのでコミュニケーションの向上も図れる。

#### お楽しみメニューでIADLの向上



ご利用者の提案で始まったお楽しみメニュー。毎月ご利用者の好きな料理を皆さんで作り、お昼に食べる特別なメニューの日。

募集要項

- 募集テーマ ①ご利用者に喜ばれた活動 ②現場で実際に使っている「レクグッズ」「トレーニンググッズ」  
③現場でご利用者に人気の活動、流行っている活動 ④「活動」「参加」につながるアイデアグッズ  
⑤ご利用者のやる気を引き出す仕掛け ⑥機能訓練やリハビリ場面における工夫  
⑦ご利用者、家族が喜ぶクラフト作品

発表形式 PC操作、動画や実際に使っているグッズを使っての発表

応募資格 当日の学会参加者に限る

発表内容 実際にやっている活動、プログラム、トレーニンググッズなど紹介したいものなら何でもOKです

発表時間 10分以内  
(質疑応答は終了後に個別対応)

募集題数 30題(先着申し込み順)

応募締切

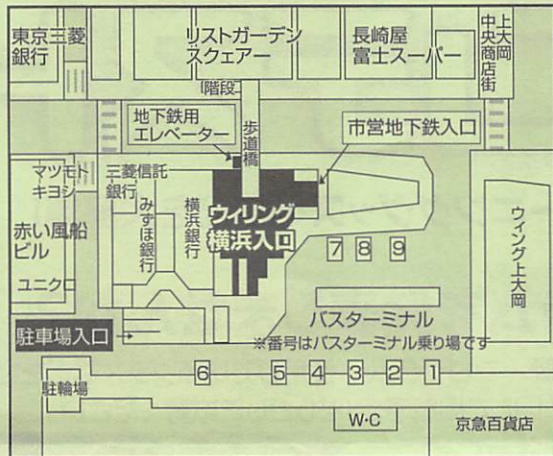
9/1  
金

お申し込みは裏面をご覧ください

# 会場地図

## ウィング横浜

(神奈川県横浜市港南区上大岡西1-6-1)



# 注意事項

- ケアレクコンテストへお申し込みの方には、受付後発表にあたっての詳細を送付いたします。
- ケアレクインストラクターの詳細についてお知りになりたい方はお手数ですが事務局までお問合せください。
- 参加費の納付をもって正式申し込みとなります。なお、参加費の返金はいたしません参加者の変更は可能です。
- 各時間帯で興味のある分科会へ自由にご参加いただけます。
- 参加費とは別に材料費が必要になる場合は参加証に明記いたします。

ケアレク学会 申し込み書		ケアレクコンテスト	検索	FAX 084-948-0641
法人名		住所	請求先	(法人・個人)*どちらかに○をつけてください
ご連絡先	TEL	携帯		
	FAX	メール		
参加者名記入欄				
1		職種	6	職種
2		職種	7	職種
3		職種	8	職種
4		職種	9	職種
5		職種	10	職種
ケアレクコンテスト 申し込み書				
発表者名		発表	タイトル	
発表テーマ	①ご利用者に喜ばれた活動 ②現場で実際に使っている「レクグッズ」「トレーニンググッズ」 ③現場でご利用者に人気の活動、流行っている活動 ④「活動」「参加」につながるアイデアグッズ ⑤ご利用者のやる気を引き出す仕掛け ⑥機能訓練やリハビリ場面における工夫 ⑦ご利用者、家族が喜ぶクラフト作品			
発表内容	どのような発表かを簡単に記入ください	発表形式	・ MicrosoftOfficePowerPoint を使ったパソコンでの発表 ・ スマートフォン、タブレットなどを利用した動画での発表 ・ グッズのみを使用した発表	