

介護職・リハ職必見!!

# 日本ケアレク研修大会2018

皆様のおかげで 祝11年

レクを行う事が目的にならない! ご利用者の生活行為・意欲を向上するための研修会

横浜会場	福岡会場	大阪会場
<b>【日程】</b> 2018年 <b>6月9日</b> <small>10:00</small> <b>土</b> <small>17:00</small> <b>【会場】</b> ウィリング横浜 <small>※市営地下鉄/京浜急行「上大岡」駅から徒歩1分</small> <b>【参加費】</b> 10,000円 (税全12分科会の資料代込み) <small>※認定ケアレクインストラクターは8,000円</small>	<b>【日程】</b> 2018年 <b>7月8日</b> <small>10:00</small> <b>日</b> <small>17:00</small> <b>【会場】</b> 博多バスターミナル貸ホール <small>※JR博多駅(博多口)から徒歩1分</small> <b>【参加費】</b> 10,000円 (税全12分科会の資料代込み) <small>※認定ケアレクインストラクターは8,000円</small>	<b>【日程】</b> 2018年 <b>7月28日</b> <small>10:00</small> <b>土</b> <small>17:00</small> <b>【会場】</b> 大阪科学技術センター <small>※地下鉄四つ橋線「本町駅」より徒歩3分</small> <b>【参加費】</b> 10,000円 (税全12分科会の資料代込み) <small>※認定ケアレクインストラクターは8,000円</small>

## 参加前と参加後で変化が実感できる!参加のポイント

- ①日頃行っているレク・プログラムを自立支援型・目標達成型プログラムに変える
- ②「レク当番だからレクをする」「とりあえずレクをする」...という意識を変える
- ③マンネリを感じているのは、ご利用者?それとも職員?効果が出せるマンネリは悪い事ではない!
- ④現場ケア・活動にレクの視点から「楽しみ」を入れることでより豊かな援助ができるようになる
- ⑤レクは単なる楽しみ目的の集団ゲームではない!

## プログラム 12のプログラムを自由に選択できる

講師	山口 健一氏	講師 (横浜・大阪) 川原つくし氏・橋本佑里江氏 (福岡) 川畑智氏	講師 直井 誠氏	講師 (横浜) 未永 啓氏 (福岡) 瀬川 綾氏 (大阪) 前原 幸子氏
10:00	<b>分科会1</b> 介護予防・機能維持! ご利用者の生活意欲・生活機能を高めるレク・プログラムの工夫	<b>分科会2</b> 身体機能の維持・改善を目的としたレク・リハ	<b>分科会3</b> 認知機能を高めるケアレク・プログラムの工夫の実際 ~認知症の方の活動意欲を引き出す実践とその仕掛け~	<b>分科会4</b> 現場で人気のベストレク 20 ケアレクの工夫①
12:00	休憩			
13:00	<b>分科会5</b> ご利用者の心身機能を高めるレク・プログラムの工夫	<b>分科会6</b> ADL 低下を防ぐ! 認知機能・精神機能などのADL 周辺機能の維持・改善を目的としたレク・リハ	<b>分科会7</b> 身の回りのモノや人生かしたケアレク活動の仕掛け	<b>分科会8</b> 現場で人気のベストレク 20 ケアレクの工夫②
14:45	休憩			
15:00	<b>分科会9</b> ご利用者の認知・遂行機能を高めるレク・プログラムの工夫	<b>分科会10</b> 認知症の周辺症状の緩和に必要なケアの考え方とプログラム	<b>分科会11</b> 認知症の方、片麻痺の方、車いすの方... 色々な症状のご利用者の目的・症状緩和に向けたケアレク活動の工夫	<b>分科会12</b> 現場で人気のベストレク 20 ケアレクの工夫③
17:00				

※テーマ・プログラムは変更になる場合がございます

各分科会の詳細や参加すると期待できる効果については随時ホームページに掲載!!

ケアレク2018

検索

# 注目!! 介護現場で行う機能訓練とレクを融合した楽しい

## レッツ!クリエイションで高齢者の生活を再創造! 創意工夫のヒントを見つけるリハレク

横浜・福岡・大阪会場



株式会社バイタル エフステージ白木  
せいかつのデイ 作業療法士  
**山口 健一氏**

長崎県出身。長崎医療技術専門学校作業療法科を卒業後、南長崎クリニックリハビリテーション科へ勤務。7年間の勤務後、平成26年より現職。作業療法のプロとして心身機能への働きだけでなく、「活動」「参加」を意識したプログラム・トレーニングを日々現場で実践している。また、医療や介護現場・在宅でも使い、人の生活を少しでも改善する、新しい生活の発想の提案やアイデアについてのヒントを見つけるワークショップなどを開催している。第14回日本通所ケア研究大会「ケアの工夫コンテスト」【プログラム・活動・参加を促す工夫】部門で最終優秀賞を受賞。月刊デイへの寄稿など多数。

当日予定している研修内容

分科会①<10:00 ~ 12:00>

### 生活意欲・生活機能を高めるレク

- ・加齢や病気が影響して、できないことが増えると生活意欲は低下します。できた・楽しかったという体験を通して生活意欲の向上を目指すケアレクをご紹介します
- ・生活意欲が上がる体操
- ・なんだか元気が湧いてくるレク
- ・即興でアレンジレクをしよう ほか

分科会⑤<13:00 ~ 14:45>

### 心身機能を高めるレク

- ・心身機能の向上が期待できる活動量豊富なケアレクをご紹介します
- ・利用者・スタッフが一緒に楽しめる歌体操
- ・楽しく基本動作 UPレク
- ・抑うつ気分よ、さようならケアレク ほか

分科会⑨<15:00 ~ 17:00>

### 認知・遂行機能を高めるレク・アクティビティ

- ・認知機能や実行機能が低下してきた方が楽しく参加できるケアレクをご紹介します
- ・私はだ〜れ?記憶力アップケアレク
- ・紙コップを使ったケアレク
- ・A4用紙を使ったケアレク ほか

横浜・福岡・大阪会場



和が家の古民家デイいぶき  
代表  
**直井 誠氏**

埼玉県在住。現在、主に認知症を対象とした古民家デイ 2か所、商業施設内で予防事業のショッピングリハビリデイを運営し、代表、管理者、生活相談員、現場の介護職として日々奮闘している。また、地域活動で認知症啓蒙活動を頻繁に行っており、昭和の古民家ならではの独自の実践を地域に、専門職に、講演、セミナー、オレンジカフェなどを通じて伝え、地域を巻き込んだ事業を推進している。「社会性・関係性の回復により、生きる活力を取り戻し、在宅生活をいつまでも続けられるようになること」がモットー。

当日予定している研修内容

分科会③<10:00 ~ 12:00>

### 認知機能を高め人間性と社会性を高めるケアレク活動

- ・ご利用者の活動意欲を引き出すポイント
- ・根拠を持つ!認知症の方の各種機能を改善するアプローチ
- ・改善の秘訣!デイの一日の流れと関わりを再考する
- ・活動意欲を引き出すケアレク活動の実践 ほか

分科会⑦<13:00 ~ 14:45>

### 身の回りのモノや人を生かしたケアレク活動の仕掛け

- ・昔の活動、馴染みの活動が一番!「昔昔昔」を大切に活動づくりの紹介
- ・さあやってみよう!「昔昔昔」を大切に活動づくり
- ・「書」を捨てて「野」へ出よう!「野」にはたくさんさんのケアレク素材が落ちています
- ・ご利用者や家族に聞けば「大切な事」!それを引き出す仕掛けと体験 ほか

分科会⑩<15:00 ~ 17:00>

### 色々な症状の方の目的・症状緩和に向けたケアレクの工夫

- ・認知症の方の症状緩和につながるポイント
- ・「関わる」「触れる」「目線」!その方の人生の歴史に触れるケアレク活動としての傾聴
- ・大事なものは職員との距離感!心の琴線に触れるケアレク活動の紹介
- ・【体験】ご利用者と職員が「和」になる環境のつくり方 ほか

福岡会場



株式会社「Re学」代表取締役  
理学療法士  
**川畑 智氏**

2002年に理学療法士の免許を取得後、国保水俣市立湯之見病院リハビリテーションにて勤務。2006年に芦北町社会福祉協議会にて勤務。同年11月、日本初の「高齢者のためのアミューズメントパーク」をコンセプトとした公的な介護予防施設「あそびRe(り)パーク」を、責任者として開設。認知症による脳機能の低下をさまざまな遊びの中でリハビリするこの施設は、日本国内のみならず世界中から注目を浴びた。ここでの医療的な機能評価の実施により、遊びながら行うリハビリテーション活動(あそびりテーション)による脳機能の改善が認められる結果を得る。その実績により、2009年に熊本県認知症予防モデル事業プログラムを開発。その後、2011年に医療法人博光会「みゆきの里」認知症対策室室長、みゆきの里連携プログラム企画開発マネージャー、経営企画部を経て2015年8月に株式会社「Re学(りがく)」を設立。熊本県を拠点に、病院・施設における認知症予防や認知症ケアの実践に取り組むと共に、国内外における地域福祉政策に携わりながら、年間200回を超える講演活動を行い、普及啓発および研究活動を行っている。

当日予定している研修内容

分科会②<10:00 ~ 12:00>

### 身体機能を改善を目的としたレク・リハ

- ・身体機能を把握するために行うべきスクリーニング・チェック
- ・重心移動から診た基本動作(起き上がり、立ち上がり、歩行)の身体機能レク/リハ
- ・筋メンテナンス・アプローチ(過使用筋、低使用筋、不使用筋) ほか

分科会⑥<13:00 ~ 14:45>

### 周辺機能の維持・改善を目的としたレク・リハ

- ・認知機能の維持改善を目的としたレク・リハ
- ・認知機能評価とタイプ・重症度分類
- ・認知機能低下から日常生活の様子を診るスクリーニングチェック
- ・すぐに実践できる「記憶・思考・行動」の認知機能レク/リハ ほか

分科会⑩<15:00 ~ 17:00>

### 認知症の周辺症状の緩和に必要なケアの考え方とプログラム

- ・認知症の中核・周辺症状の緩和に必要なケアのあり方
- ・認知症の中核・周辺症状の整理と評価を学ぶ
- ・認知症になっても残存しやすい記憶を用いたケア・アプローチ
- ・不安、不満、不信、不穏を断ち切るケア ほか

## アプローチ前後の効果をしっかりと検証! 医学的根拠に基づいたリハビリレク

# みなから取り組める『生活機能再創造プログラム』



## 「心身機能」「生活機能」の維持・向上に直結する **介護職でも実践できるレクトレ**

横浜・大阪会場



多機能リハビリセンターありがとう  
介護福祉士

川原 つくし 氏

平成 20 年に株式会社 QOL サービスに入社し、多機能リハビリセンターありがとうに配属。介護職員初任者研修養成講座の講師等も務めている。過去に「月刊デイ」にて日常動作の改善体操を連載。日常生活動作も身体機能の維持改善が図れる視点を持ち現場ケアを実践している。第 1 6 回日本通所ケア研究大会講師。



多機能リハビリセンターありがとう  
作業療法士

橋本 佑里江 氏

広島県出身。川崎医療福祉大学医療技術学部リハビリテーション学科作業療法専攻を卒業後、平成 29 年に株式会社 QOL サービスに入社し、多機能リハビリセンターありがとうに配属。リハ職の枠にとらわれず、ご利用者の日常生活のさまざまな場面での活動や参加が向上するための意味のあるリハ・ケアを実践。現在「月刊デイ」にて ADL・IADL の維持・向上トレーニングを連載している。

当日予定している研修内容

分科会②<10:00 ~ 12:00>

身体機能を改善を目的としたレク・リハ

- ・骨盤・コア部分の動きが分かると、楽しく運動ができる
- ・「歩行の安定」「柔軟性」を楽しく高めるレク・アクティビティ
- ・「バランス向上」「転倒予防」につながるレク・アクティビティ
- ・脳トレと下肢運動を同時に行う脳足トレーニングと飽きさせないための工夫
- ・介護現場ですぐに実践できる単純な体操あれこれ ほか

分科会⑥<13:00 ~ 14:45>

周辺機能の維持・改善を目的としたレク・リハ

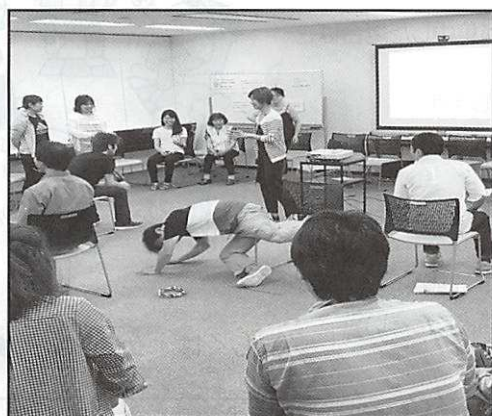
- ・現状のプログラムを生活の質を高める強化トレーニングに変える
- ・普段行っている生活動作が自然とレクに生活機能低下予防のレク
- ・目的別小集団グループをつくり、ご利用者同士が互いに励まし合い共感できる環境づくり
- ・レクを通して身に付けた生活機能改善トレーニングを自宅でのセルフメニューとして定着させる
- ・ADL から IADL、そして活動と参加へつなぐ ほか

分科会⑩<15:00 ~ 17:00>

認知症の周辺症状の緩和に必要なケアの考え方とプログラム

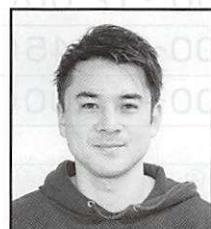
- ・状態の評価とそこに合わせたレク・アクティビティ、トレーニングの提案
- ・コミュニケーション能力を維持・向上させるレク・アクティビティ
- ・コミュニケーションが難しい方の目標設定とプログラム
- ・「○○だからできない」と決めつけない! 尊厳を損なわず「できること探し」
- ・人にはそれぞれ役割がある! ほか

## レク・アクティビティはケアの一部! **高齢者の「楽しみ活動」が支援できる**



【講師】ケアレクインストラクター  
(NPO法人日本介護福祉教育研修機構認定)

横浜・福岡・大阪会場



ありがとうリハリポート 介護福祉士  
(横浜) 末永 啓 氏



デイサービス祐 機能訓練指導員  
(福岡) 瀬川 綾 氏



小規模多機能型居宅介護いやしの家  
ケアライブ石津川ケアワーカー  
(大阪) 前原 幸子 氏

当日予定している研修内容

分科会④<10:00 ~ 12:00> 現場で人気のレクBEST20 ①

【横浜会場】

- ・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」 ほか

【福岡会場】

- ・1つ遅れのじゃんけん体操 ・8421体操 ・2×3=6体操 ・ゼーんぶ一緒に右!左!右!左!
- ・手拍子よく聞いてまねっこ遊び ・1234どれにする? ・3の倍数なんだっけ? ほか

【大阪会場】

- ・当たってラッキー ・風船羽根つき ・羽子板リレー ・今日の献立 ・ペットボトル輪投げ
- ・新聞ボールで棒サッカー ・足で新聞奪い合いゲーム ・輪を使ったタオルリレー ほか

分科会⑧<13:00 ~ 14:45> 現場で人気のレクBEST20 ②

【横浜会場】

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

【福岡会場】

- ・豆つかみ競争①・② ・ビー玉つかみ競争①・② ・新聞紙で言葉づくり
- ・ことわざを組み合わせよう ・顔と名前を一致させよう ・野菜の名前と絵を一致させよう ほか

【大阪会場】

- ・ホワイトボードを使ったレク ・物語作り5W1H ・日本縦断すごろく
- ・シルエットクイズ ・替え歌を作ろう「浦島太郎」「ごんべさんの赤ちゃん」 ほか

分科会⑫<15:00 ~ 17:00> 現場で人気のレクBEST20 ③

【横浜会場】

- ・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

【福岡会場】

- ・熊本弁はわかるかな? ・ペットボトルのキャップ並べ①・②・③ ・紙コップで言葉遊び①・②
- ・計算カード①・② ・時計カードで今何時? ・買い物ゲーム①・② ほか

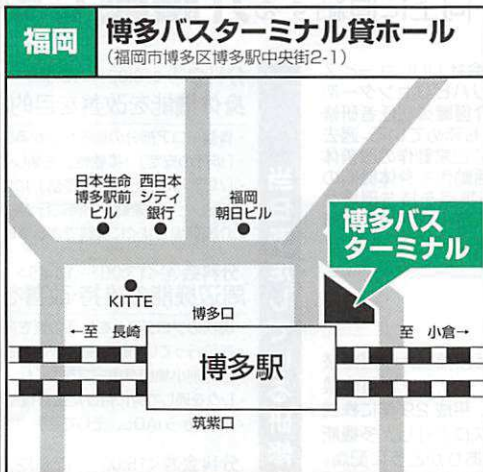
【大阪会場】

- ・机の上でできるレク ・新聞まるめ競争 ・仲間集めかるた ・計算かるた ・言葉を集めよう
- ・紙コップタワー ・卵バックでキャップリレー ・紙風船あおいでゴール ほか

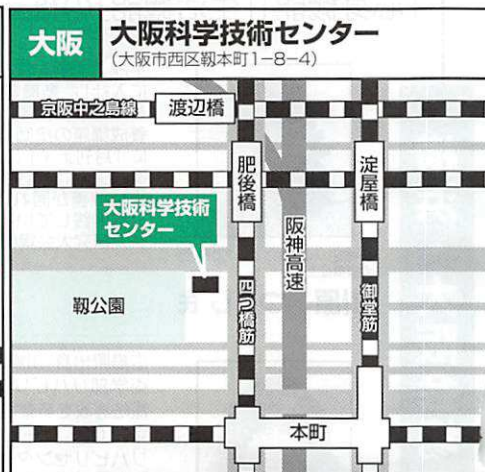
# 会場地図



市営地下鉄/京浜急行「上大岡」駅から直結



JR博多駅(博多口)から徒歩1分



地下鉄四つ橋線「本町駅」より徒歩3分

## お申し込み方法と注意事項

- 各分科会の内容は、当日の参加状況によって変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。
- 各時間帯のプログラムはご自由に選択できますが1つの会場へ参加者が集中した場合は、立ち見となる場合がございます。あらかじめご了承ください。
- 参加費とは別に材料費が必要となる分科会の場合は、参加証に明記いたします。
- 多くの施設の方と交流が図れるよい機会となりますので、積極的に情報交換を行ってください。
- お申し込み時にいただいた個人情報は、当研究会の管理・運営に関してのみ使用します。
- 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。お申し込み後1週間たっても入金案内が届かない場合は、事務局までご連絡ください。
- 講演中のパソコン・タブレット・スマートフォンなどでの録音・メモなどはご遠慮ください。



詳しくは

## ケアレク2018 参加申し込み書 複数での参加をオススメします! FAX 084-948-0641

ご希望の会場に ○をしてください	6/9 横浜	参加希望分科会 参加人数把握のため、現時点での参加希望分科会の番号を( )内に記入してください	10:00~12:00( )	
	7/8 福岡		13:00~14:45( )	
	7/28 大阪		15:00~17:00( )	
ふりがな				
参加者名	①参加代表者	②	③ ④	
法人名				
請求先 書類送付先 住所	(□法人 □個人 ※どちらかに✓をつけてください)		TEL	FAX
	〒		携帯電話	職種
		連絡先 □法人 □個人 ※どちらかに✓	メールアドレス	@

※上記個人情報は、本研究会の管理・運営およびその他研修のご案内のみに使用します。 ※いただいた個人情報は当会の「プライバシー・ポリシー」に従い適切に管理いたします。