

介護と介護事業を守り、よくする！
「学び」「共感」「モチベーション」をもたらす研修シリーズ

天晴れ介護サービス式法定研修 身体拘束の防止（後編）

■介護と介護事業を守り、よくするために

天晴れ介護サービス総合教育研究所 株式会社
代表取締役 榊原 宏昌

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

58

本日の内容

- 令和6年度介護報酬改定では、身体的拘束等のさらなる適正化を図る観点から、ショートステイ等に適正化の措置が義務付けられ、未実施の場合には減算されることとなりました。訪問系・通所系サービスにおいては、運営基準に身体的拘束適正化についての内容が、新たに規定されることになりました。
- 介護現場においては、これらをどのように受け止め、何を考え、実施していかないといけないのでしょうか。
- 常に介護事故と隣り合わせの現場実践の中で、身体的拘束をどう防いでいくか。現場で働く介護職員の皆さんに知っておいてもらいたいこと、身につけて頂きたいことを、身体的拘束の基礎知識から具体的な実践事例まで、お伝えします。皆さんと一緒に考える機会になればと思います。

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

59

講師プロフィール

- ◎昭和52年、愛知県生まれ 介護福祉士、介護支援専門員
- ◎京都大学経済学部卒業後、平成12年、特別養護老人ホームに介護職として勤務
- ◎社会福祉法人、医療法人にて、生活相談員、グループホーム、居宅ケアマネジャー、有料老人ホーム、小規模多機能等の管理者、新規開設、法人本部の実務に携わる
- ◎15年間の現場経験を経て、平成27年4月「介護現場をよくする研究・活動」を目的に独立
- ◎著書、雑誌連載多数。講演、コンサルティングは年間400回を超える
- ◎ブログ、facebook、毎朝5:55のライブ配信など毎日更新中
- ◎YouTubeや動画ライブラリーでは500本以上の動画を配信
- ◎介護と介護事業を守り、よくする！「事業経営&教育インフラ」リーダーズ・プログラム（年会費制）主催
- ◎4児の父、趣味はクラシック音楽
- ◎天晴れ介護サービス総合教育研究所 <https://www.appare-kaigo.com/> 「天晴れ介護」で検索



- 日本福祉大学 社会福祉総合研修センター 兼任講師
- 全国有料老人ホーム協会 研修委員 ■稲沢市 地域包括支援センター運営協議会委員
- 7つの習慣アカデミー協会 認定ファシリテーター
- 出版実績：中央法規出版、日総研出版、ナツメ社、その他10冊以上
- 平成20年第21回GEヘルスケア・エッセイ大賞にてアーリー・ヘルス賞を受賞
- 榊原宏昌メールアドレス sakakibara1024@gmail.com

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

60

本日の内容

■前編

- ・身体拘束防止の法的根拠と基礎知識

■中編

- ・身体拘束防止の考え方と具体策

■後編

- ・介護現場の総合力で身体拘束を防止する

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

61

リスクマネジメントについて

- ◎自由とリスクは表裏一体
リスクのない自由はありえない
- ◎いかに自由を保障しながら、リスクを最小にするか
- ◎リスクがどこにあるかをよくアセスメント
- ◎それでも防げない事故があることを、関係者で話し合う

リスクマネジメントについて

- ◎フロア全体を見る
→背を向けていたり、記録を書いている時要注意
- ◎センサー等のONの確認
- ◎PHSを必ず携帯
- ◎居室で休んでいる方を気にする
→利用者全員が、今、どこで何をしているのかを気に掛ける
- ◎掃除機など廊下の真ん中に置きっぱなしにしない
- ◎トイレに一人で座って、転倒・転落の危険がある利用者かどうか見極め
- ◎ベッドの高さの確認
- ◎ベッド柵のつけ忘れに注意
- ◎移乗の介助法が適切か確認
- ◎車いすを停める時、移乗時にはブレーキをかける
- ◎緊張感を持ちながらも穏やかな雰囲気です仕事をする

リスクマネジメントについて

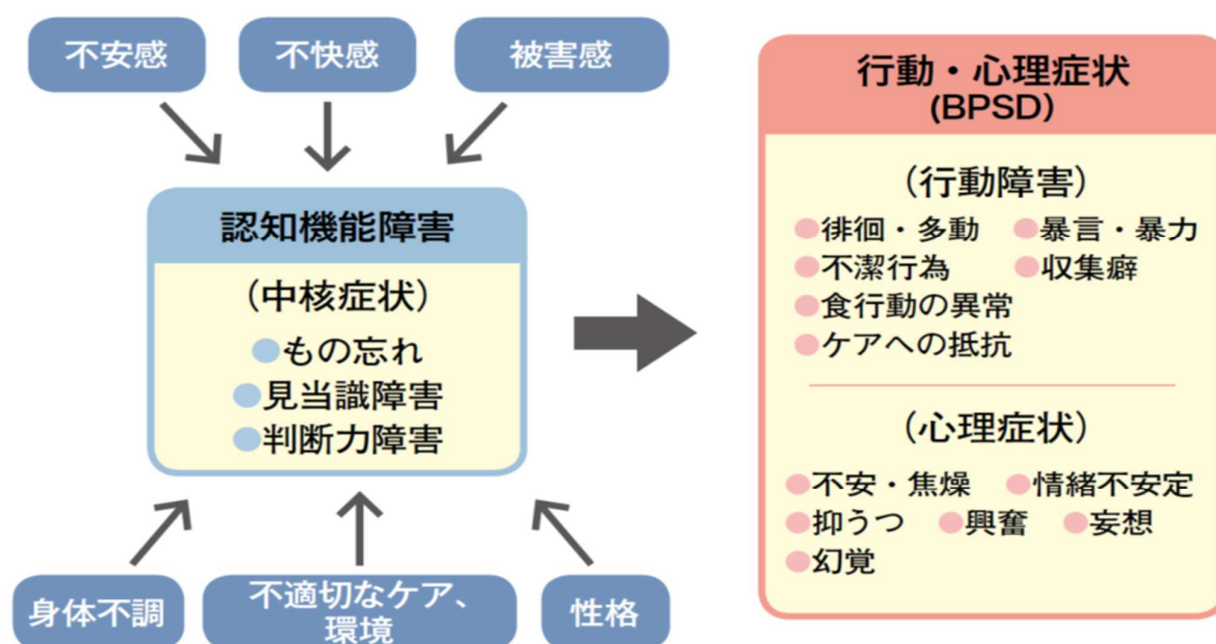
生活場面のリスクと注意点

✓	チェック項目
1. 食事	
☐	食前薬の服用を忘れていないか
☐	薬を渡す時に、袋を見て、名前を声に出して呼びかけているか
☐	薬はその場で手渡しし、飲み込むところまでをさりげなく確認しているか
☐	薬の服用後チェックを怠っていないか
☐	薬をテーブルの上に無造作に置いていないか
☐	湯飲みや食器が熱くなっていないか（適度な温度か確認）
☐	熱いものを運ぶ時に用心しているか（利用者に運んでもらう時も）
☐	食形態を間違えていないか
☐	食形態表（食札など）は最新のものに更新されているか
☐	テーブルはきれいに拭いてあるか
☐	入れ歯が入っているか
☐	座位が整っているか
☐	テーブルとの距離が遠すぎないか
☐	喉の通りをよくするため、できるだけ水分からとっていただいているか
☐	誰かが誤嚥のリスクがあると考え、さりげなく全体を見守っているか
☐	むせ、痰がらみなど普段と異なる様子があればいったん中止し、看護職に相談しているか
☐	摂取量の確認、記録をしているか（特に糖尿病で服薬している方は要注意）
☐	食事後、すぐに横にならないようにしているか（目安は30分～1時間だが、生活習慣や状態による）
☐	口の中に食べ物が残っていないか。口腔ケアを行っているか

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

64

中核症状とBPSDの関係



加藤伸司：認知症の人の視点からとらえる BPSD（老年精神医学雑誌）に著者改変

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

65

認知症の専門的ケア 6つの方法

1. 中核症状に対するケア

これまでできていたことができなくなった本人の気持ちを理解して、不安感や被害感を軽減できるケアを行いましょう。

2. 適度な運動・活動

運動と認知機能の低下には密接な関係があります。外出の効果についても再認識しましょう。

3. 体調・リスク管理

メンタルケアと体調管理はともに重要です。日常生活における具体的な困りごとについてケアしましょう。

4. 会話の機会を持つ

テレビを見ているときと会話をしているときとでは、脳の活性状態に大きな差があると言われています。また話題を大切に、会話を楽しめるようにしましょう。

5. 趣味や楽しみの活動

興味や関心のあることに取り組むのは快刺激になります。また、他人と関わることで意欲もわいてきます。

6. 役割・日課

毎日やることがあり、人の役に立っている実感は、人の心に安定をもたらします。

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

66

ケアマネジメントのプロセス

■アセスメント

- ①情報収集
- ②整理・分析
- ③ニーズ把握

※自宅訪問、本人及び家族に面談

※ケアプラン変更時には、アセスメントと担当者会議はワンセット

※業務の順序日付注意！

■ケアプラン

- ①目標
長期・短期
- ②サービス内容

■担当者会議

- ①情報の共有
- ②専門的意見の聴取

※やむを得ず欠席の場合は照会

※プランは本人、担当者に交付

※個別サービス計画取寄

サービス実施

- ①実施
- ②記録

■モニタリング

- ①実施度
- ②目標達成度
- ③満足度
- ④変更の必要性

※1月に1回以上、自宅訪問本人面談記録

再アセスメント

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

67

生活歴・生活習慣の把握と活用

生活歴

年代	生活地域	生活歴（住居や家族の変化、職業、思い出・エピソード等）
生まれ	N市	4人兄弟の次男として生まれる
小学生	N市	
中学生	N市	
高等学校	N市	高校、大学と野球部所属、7番レフト
20代	N市	昭和31年〇〇大学経済学部卒業後、〇〇自動車メーカーに就職、総務部で主に経理を担当（当時はカープが主だった） 昭和33年24歳の時に2人の子供と結婚 昭和34年長男誕生、昭和35年母死亡、昭和36年父死亡
30代	N市	
40代	A市	昭和54年マイホームを建てて（借金と20年ローン）
50代	A市	昭和63年長男結婚（長男夫婦隣家に転居）
60代	A市	平成6年部長で退職（38年勤め永年勤続賞）、子会社に再就職し事務関連の仕事 平成11年退職後、知人の誘いで養老院に通い始める
70代	A市	平成23年（77歳）、脳梗塞発症
80代		
90代		
私がしてきた仕事や得意なことなど		
一日の過ごし方		
・〇〇自動車メーカー（総務部で経理の仕事） ・大学時代野球部（7番レフト） ・野球は巨人ファン ・園芸 ・新聞などの時事の話題（特に政治経済の話題が得意）		
私の好きな話、好きな話 ・（好きな話） ・野球の話 ・園芸の話 ・新聞などの時事の話題（特に政治経済の話題が得意） ・住宅ローンを経て念願の家を建てたこと ・（好きな話） ・人の恋は ・芸能関係（興味がない）		
その他		

生活習慣

項目	現在の状況・以前の状況など
毎日の習慣となっていること	3年前まで犬を飼っており、朝晩の散歩が日課だった 犬が死んでからは運動しなくなった
食事の習慣・嗜好	コーヒー好きで、1日に3回はコーヒーを飲んでいた 働いていたころは出勤前によく喫茶店に行っていた
飲酒・喫煙の習慣	酒は1日缶ビール1本程度、タバコは20年前にやめた 喫煙をどうしようか迷っている
排泄の習慣・トイレ様式	もともと便秘気味（2、3日に1度程度） 自宅は和式
お風呂・身だしなみ （湯の温度、浴槽、髪型、髪をとかす）	少し熱めの湯が好き、入浴時間は短い
おしゃれ・色の好み・趣味	おしゃれにはあまり関心なし
好きな音楽・テレビ・ラジオ	音楽はあまり聴かない、ニュースや野球が好き 妻が行ってきた 休日に買い物と一緒にに行く程度
家事 （洗濯、掃除、買い物、料理、食事の支度）	〇〇自動車メーカーで総務部（主に経理担当） 定年後は子会社で事務の仕事
仕事 （生活の糧として、社会的役割として）	ニュース、野球、園芸（市内の養老院、付き合いのある知人も多い） 定年後は、夫婦で年1回は泊まり旅行
興味・関心・遊び	園芸のマイホームであり、リビングと書斎が気に入る （得意）園芸、新聞などの時事の話題（特に政治経済の話題が得意） （苦手）読書、読書などの時事の話題（特に政治経済の話題が得意） （苦手）読書、読書などの時事の話題（特に政治経済の話題が得意）
得意なこと／苦手なこと	まじめで丁寧、どちらかといえば内向的、打ち解けるとユーモアが出る、 言いたいことが言えずにストレスをためる
信仰について	なし
私の健康法（例：乾布摩擦など）	なし
記念日の過ごし方 （誕生日、結婚記念日等）	誕生日にはいつも長男家族も自宅に来てお祝い 結婚記念日には夫婦で行きつけのレストランへ行っていた
その他	

興味や関心があることに星をお使いします。

☐ 身だしなみ	☐ 友達とおしゃべり	☐ 読書	☐ 将棋・囲碁・ゲーム	☐ 旅行・温泉
☐ おしゃれ	☐ 家族・親戚との	☐ 俳句	☐ 体操・運動	
☐ 掃除・整理整頓	☐ 関心	☐ 料理・習字	☐ 散歩	
☐ 料理づくり	☐ 異性との交流	☐ 読書・習字	☐ 読書・習字	
☐ 買い物	☐ 近所へ行く	☐ 絵を描く・絵手紙	☐ グラウンドゴルフ	
☐ 家や庭の手入れ	☐ ロボランティヤ	☐ パソコン・ワープロ	☐ ダンス・踊り	
☐ 洗濯・洗濯物たたみ	☐ 近所活動（市内会等）	☐ 音楽	☐ 野球・相撲観戦	
☐ 自転車・車の運転	☐ お参り、宗教活動	☐ 映画・観劇・演奏会	☐ 読書・読書・読書	
☐ 電車・バスでの外出	☐ 生涯学習	☐ お茶・お花	☐ 編み物・針仕事	
☐ 孫・子供の世話	☐ 自分史・日記	☐ 歌を歌う・カラオケ	☐ 読書・読書・読書	
☐ 動物の世話	☐ 歴史	☐ 音楽を聴く	☐ 音楽を聴く	

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

68

生活歴・生活習慣の把握と活用

アセスメントを行うものの、情報が現在に偏りがち…

- 以前の情報、要介護状態になる前の暮らしぶりにヒントが多い！
- 障害は治らなくても、以前の生活スタイルを取り戻したい（近づけたい）

- ☑ リハビリの目標
- ☑ BPSDの緩和
- ☑ 地域交流
- ☑ インフォーマル資源の活用
- ☑ ターミナルケア（人生の最終段階）
- ☑ 多職種で共有する共通目標の設定

➤ 生活歴・生活習慣の把握の方法

◎ 白紙を渡す ◎ 記載例も渡す ◎ 意義を伝える

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

69

生活歴・生活習慣の把握と活用

天晴れ介護サービス総合教育研究所では、介護現場をよくする研究・活動を行っています

ACS 天晴れ介護サービス総合教育研究所

Since 2015 <https://www.appare-kaigo.com/>

「介護現場をよくする研究・活動」それが私たちの仕事です。

天晴れ介護サービスの日々の活動は
コラムからご覧頂けます。

▶ [コラムはこちらどうぞ](#)



大好評！「生活歴・生活習慣シート」
「主治医への報告書」「居宅介護支援業務管理シート」
■編集可能なExcelシートを無料ダウンロード！

介護現場をよくする事業経営実践塾プレ講座のご案内

生き残る法人とは？良い介護現場とは？良い介護事業経営とは？
コロナ対応の中での広報活動・職員のメンタルヘルスについて

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

70

本日の内容

■ 前編

- ・ 身体拘束防止の法的根拠と基礎知識

■ 中編

- ・ 身体拘束防止の考え方と具体策

■ 後編

- ・ 介護現場の総合力で身体拘束を防止する

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

71

継続的な学習の重要性！

■成長のために

- ・ ギャップを埋める & 強みを活かす
- ・ 時間とエネルギーをかけた分だけ成長する
- ・ よい情報を浴び続ける、そういう 環境に身を置く
- ・ 成長は螺旋階段、その時々で 受け取るものも違う
- ・ ミラーニューロン効果（思考・行動に影響、時間差で効果!）、感度が高まる
- ・ 知れば知るほど分からないことが増える、知りたいことが増える
- ・ 学びが理想をつくり、理想が学びを生む

■メンテナンスのために

- ・ いつも良い状態を保てるとは限らない……。
- ・ 定期的に軌道修正させてくれる、人・環境の存在が必要

■自分自身、そしてチームワーク

- ・ シャンパンタワー：自分が満ち足りて、人を満たすことができる
- ・ 研修はチームで参加、普段は話さないことも話す、施設を越えた連携

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

72

継続的な学習の機会を持つために



影響力・インパクト



回数・頻度



習慣化 = インパクト × 回数

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

73

介護現場をよくするライブラリー



介護現場をよくするライブラリー



ホーム



セミナー



お気に入り



閲覧履歴

会員登録

キーワードで探す



経営から現場まで！介護と介護事業を守り、よくする「教育インフラ」リーダーズ・プログラム

初めての方へ



2週間体験利用受付中！

詳しくはこちら

お知らせ

お知らせ一覧



セミナー

【おススメ！セミナー動画】介護現場をよくする21のテーマ！

ACGs2023第22回「事業計画・目標達成」

【おススメ！セミナー動画】のご案内です。介護現場をよくする21のテーマ！ACGs2023第22回「事業計画・目標達成」～事業・サービスの継続・発展のために～https://appare-kaigo...

セミナー案内

セミナーをもっと見る



4月16日 (火)

14:00～16:00

管理職養成2024

管理職 リーダー 本部 管理者



4月17日 (水)

14:00～15:30

介護事業の教育インフラ！リーダーズ・プログラム 会員限定グループコンサルティ...

会員限定 リーダーズ・プログラム

日々更新中！公式サイト・SNS



公式サイト



ブログ



Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

74

研修・動画の内容 経営から現場まで500本以上！

- 経営者・経営幹部向けセミナー（20時間相当＋α）
- 管理職向けセミナー（20時間相当＋α）
- ケアマネジャー向けセミナー（10時間相当＋α）
- 全職員向け法定研修シリーズ（10時間相当＋α）
- 新人職員向けセミナー（10時間相当）
- 赤本・青本・緑本通読セミナー（20時間相当＋α）
- 1日集中講座シリーズ！（30時間相当）
（稼働率、人材確保、管理職養成、実地指導、ケアマネジメント等）
- 令和3年度介護報酬改定セミナー（10時間相当）
- リーダー、相談援助職のための説明力向上講座（5時間相当）
- 最新情報＆トピックス「マンスリー・ジャーナル」（20時間相当）
- 工藤ゆみさんのコミュニケーション力向上講座（20時間相当）
- 進絵美さんの面談スキル向上講座（5時間相当）
- 吉村N Sの看護セミナー（5時間相当）
- ケアマネジャー受験対策セミナー（15時間相当）

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

75

こちら是非ご覧くださいませ！

天晴れ介護サービス公式LINEに登録して
「お得情報」と「特典動画」「限定セミナー」を
手に入れる！

特典動画は「経営から現場まで！
介護事業の持続的な成功を実現する3つの取り組み」！

天晴れ介護サービスYouTubeチャンネルに
登録して「無料動画」で楽しく学習する！

約400本の動画＋数分のショート動画もあります！
気軽に学ぶには最適です！

facebookグループ
介護と介護事業を守り、よくする！
1000人の仲間たち＼（＾＾）／
に参加して「毎月の介護ニュース」を見る！

毎月1回、グループ限定で「介護ニュース」を配信中！
facebookでは毎朝5:55のライブも開催しています

天晴れ介護サービス公式メルマガに登録して
「最新情報」と「特典動画」を手に入れる！

毎週4,000字の情報＋特典動画！
特典動画は…これから用意しますm(__)m



Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

76

天晴れ介護サービス法定研修

ご清聴ありがとうございました！



天晴れ介護サービス総合教育研究所

代表 榊原宏昌

Copyright (c) hiromasa sakakibara.All rights reserved.

77