

2023年度 和泉短期大学 シラバス【専攻科】

授業科目名	高齢者の介護予防		教員氏名	宮本 真明	
科目ナンバー	Ⅲ-6-1-4				
学年	専攻科		開講学期	後期	
授業形態	演習		単位数	1単位	
必修・選択	専攻科		実務経験	理学療法士	20年
テーマ	加齢や疾病による心身の変化と、成人の運動の基礎を学び、介護予防について考える力を習得する。				
ディプロマポリシー	1. 保育・福祉に関する基礎的な学修を通して、幅広い教養を身に付け、多様な人々を支える社会の理念・仕組みについての原理を理解している。				○
	2. 保育・福祉の専門的な知識・技能を修得し、思考力、判断力、表現力、コミュニケーション力を身に付けている。				○
	3. 保育・福祉の専門職として多世代にわたる人々の権利を護り、愛と奉仕の精神を実践できる。				
カリキュラムポリシー	科目群Ⅰ 教養	キリスト教の精神を踏まえて、人々の権利を護り共に生きる人としての価値観を再構築する			
	科目群Ⅱ 原理	多様な人々を支える社会の理念・仕組みについての学びを通して、愛と奉仕を実践する人間観を養う			
	科目群Ⅲ 知識・技能	高齢者・障がいのある人を取り巻く環境を知り、様々な支援の内容と方法に関する専門的な知識と技能を身につけることができる科目			○
	科目群Ⅳ 実践	学んだ価値観・知識・技能を現場に即して実践し、共に成長する体験を積みながらキャリア形成の基礎を培う			
授業の概要	講師は理学療法士として総合病院、介護老人保健施設に勤務。実務経験を元に高齢者の介護予防について解説します。立ち上がる・歩くのに必要な関節や筋肉の動きなど、成人の運動を構成する基礎的な知識とともに、実際に運動を介助するための実践的知識と経験を積めるように授業を展開します。この授業を通し、高齢者や障がいのある人の自立支援、介護予防やリハビリテーションのための運動やレクリエーション、また生活上の工夫について考える力を習得できることを目指します。				
授業の到達目標	対象者の能力を活用し、自立に向けた支援や介護予防の社会的価値を説明できる				
	基本動作の原理と、高齢者に生じやすい心身の変化について説明できる				
	要介護となる原因疾患を学び、介護状態を改善するための方法を考えることができる				
テキスト	使用しない。必要な資料は授業中に配布します。				
参考書	指定なし。必要な資料は授業中に配布します。				
ポートフォリオ	なし				
往還型授業 (双方向授業)	授業内での疑問や、学びを進める中で生じた不明点を、対話を通じて授業内で明確にする				○
	リアクションペーパーを用いて、授業内での疑問等を対話形式にて対応する				
	リアクションペーパーの内容やテーマをICTを用いて授業内で受講者全員に公開・共有し、往還的理解を深める				
	ICT(ゲーグルクラスルーム含む)を活用した課題提示・回収、アンケート等を実施する				
	その他:				
成績評価方法	区分	割合(%)	内容		
	定期試験	0	実施しない		
	授業内課題参加度 出席態度等	60	出席態度(質疑への参加状況;30%)、小テストの成績(30%)		
	その他	40	実技演習、グループワークでの積極性		

授業概要と課題

第1回	テーマ 内容	授業の概要と要旨(オリエンテーション) なぜ介護予防が必要なのかを考えよう	
	授業外学習	自分が65歳以降の20年間に、どのような人生を送りたいかイメージしておく。 どのようにすれば、そのイメージが実現できるか考えておこう。	55分
第2回	テーマ 内容	成人の基本動作に必要な身体機能① 「立ち上がり動作」について考えよう	
	授業外学習	椅子から立ち上がる時に最初に動き出す身体部位はどこか、自らの運動を通して考えておこう。	55分
第3回	テーマ 内容	成人の基本動作に必要な身体機能② 「起き上がり動作」について考えよう	
	授業外学習	自分はどのように起き上がっているか、自らの運動を通して考えておこう。 高齢者が起き上がりやすい方法はどのような方法か、またそれはなぜかについて考えてみよう。	55分
第4回	テーマ 内容	成人の基本動作に必要な身体機能③ 「歩行」について考えよう	
	授業外学習	杖や歩行器の種類、使用方法について具体的な対象者をイメージしながら考えておこう。 歩行補助具(杖・歩行器)にはどんな種類があるか予習しておこう。	55分
第5回	テーマ 内容	要介護となる原因疾患① ～認知症編～ (授業内課題プリントあり)	
	授業外学習	認知症はどのようにしたら予防できるか考えよう。 もし今の自分から記憶力がなくなったら、どんな気持ちになるか考えてみよう。	55分
第6回	テーマ 内容	高齢者施設でのレクリエーションについて考えよう:グループワーク	
	授業外学習	多人数を対象としたレクリエーションにはどんなものがあるか調べておこう	55分
第7回	テーマ 内容	要介護となる原因疾患② ～脳血管障害編～	
	授業外学習	右手が動かなくなったことを想定して、お風呂に入ってみよう。 どんな動作ができなかったかリストアップしてみよう。	55分
第8回	テーマ 内容	腰痛予防 ～介護職として働き続けるために、自らの腰痛を予防しよう～	
	授業外学習	移乗動作を介助する時、自分の体がどのように動いているかに視点をあてて考えてみよう。	55分
第9回	テーマ 内容	褥瘡予防:車椅子シーティング、ベッド上のポジショニングについて考えよう	
	授業外学習	自分が座ったことのある椅子やベッドで、一番心地の良かったものを思い出しておこう。 また、なぜ心地よかったのか考えてみよう。	55分

第10回	テーマ 内容	要介護となる原因疾患③ ～整形外科疾患編～	
	授業外学習	膝が曲がらなくなったことを想定して、階段を登ったり降りたりしてみよう。	55分
第11回	テーマ 内容	高齢者の運動能力と日常生活動作能力を測定しよう	
	授業外学習	屋外歩行の自立に必要な歩行速度はどれくらいか考えてみよう。 駅や公園、横断歩道で歩いている人の速度を見てみよう。	55分
第12回	テーマ 内容	介護予防プログラムを立案してみよう ～模擬症例を提示してのグループワーク～	
	授業外学習	今までの授業内容を振り返り、立ち上がりにくい人に対してどのような運動を勧めるか考えてみよう。	55分
第13回	テーマ 内容	急性期・回復期・維持期のリハビリテーションの概要と地域包括ケアシステム	
	授業外学習	高齢者が地域で生活していく上で、どのような課題があるか考えておこう。	55分

#### 課題に対するフィードバックの方法

授業内で不明点があれば随時質問を受け付けます。また、授業時間外ではメールでの質問も受け付けます。  
小テストについては誤った箇所があればその場で修正し、解説を加えます。