

1.職務の理解(6時間)	
(1)多彩なサービスの理解 1時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	研修に先立ち、これからの介護が目指すべき、その人の生活を支える「在宅におけるケア」等の実践について、介護職がどのような環境で、どのような形で、どのような仕事を行うのか、具体的なイメージををもっと実感し、以降の研修に実践的に取り組めるようになる。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・介護保険による居宅サービスの種類とサービスが提供される場の特性を理解する。 ・介護保険による施設サービスの種類とサービスが提供される場の特性を理解する。 ・介護保険外のサービスの種類とサービスが提供される意義や目的を理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護保険による居宅サービス ・介護保険による施設サービス ・介護保険外のサービス
(2)介護職の仕事の内容や働く現場の理解 5時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	研修課程全体(130時間)の構成と各研修科目(10科目)の相互の関連性の全体像をあらかじめイメージできるようにし、学習内容を体系的に整理して知識を効率・効果的に学習できるような素地の形成を促す。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・各種サービスの内容や利用者像などを通して、介護職の仕事内容や働く現場を理解する ・ケアマネジメントを通じて、介護サービス提供に至るまでの流れを理解する ・チームアプローチの必要性と具体的な連携方法を理解する
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護サービスを展開する現場の実際 ・介護サービスの提供に至るまでの流れ ・介護過程とチームアプローチ
2.介護における尊厳の保持・自立支援(9時間)	
(1)人権と尊厳を支える介護 6時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	介護職が利用者の尊厳ある暮らしを支える専門職であることを自覚し、自立支援・介護予防という介護・福祉サービスを提供するにあたっての基本的視点を理解する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・人権と尊厳の保持 ・ICF ・QOL ・ノーマライゼーション ・虐待防止、身体拘束禁止
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護を必要とする人が有する権利とは何かを学ぶ ・介護に関する基本的な視点(ICF、QOL、ノーマライゼーション)について理解する ・利用者の権利を擁護するための制度の種類や内容について理解する
(2)自立に向けた介護 3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	具体的な事例を複数示し、利用者および家族の要望にそのまま応えることと、自立支援・介護予防という考え方に基づいたケアを行うことの違い、自立という概念に対する気づきを促す。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・自立支援 ・介護予防
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護における自立とは何かを学ぶ ・「その人らしさ」を尊厳するために、介護職として配慮すべき点について理解する ・介護の予防の考え方について理解する

3.介護の基本(6時間)	
(1)介護職の役割、専門性と多職種との連携 2時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	介護職に求められる専門性と職業倫理の必要性に気づき、職務におけるリスクとその対応策のうち重要なものを理解する。
研修計画	・介護環境の特徴(施設と在宅の違い、地域包括ケアの方向性など)を学ぶ。 ・介護の専門性について考え、専門職に求められるものが何かを学ぶ。 ・多職種連携の目的を学び、利用者を支援する様々な専門職について理解する。
講義内容	・介護環境の特徴 ・介護の専門性 ・介護にかかわる職種

(2)介護職の職業倫理 1時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	介護を必要としている人の個別性を理解し、その人の生活を支えるという視点から支援をとらえることができる。
研修計画	・介護職がもつべき職業倫理を学ぶ。 ・日本介護福祉士会倫綱領を参考に介護職にかかわる倫理綱領を理解する。
講義内容	・専門職の倫理の意義 ・介護福祉士の倫理

(3)介護における安全の確保とリスクマネジメント 1.5時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	可能な限り具体例を示す等の工夫を行い、介護職に求められる専門性に対する理解を促す。
研修計画	・利用者の生活を守る技術としてのリスクマネジメントの視点を学ぶ。 ・利用者を取り巻く介護チームで安全な生活を守るしくみについて学ぶ。
講義内容	・介護における安全の確保 ・事故予防、安全対策 ・感染対策

(4)介護職の安全 1.5時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	介護におけるリスクに気づき、緊急対応の重要性を理解するとともに、場合によってはそれに一人で対応しようとせず、サービス提供責任者や医療職と連携することが重要であると実感できるよう促す。
研修計画	・介護の特徴をふまえて、介護職自身の健康管理や必要性について学ぶ。 ・介護職に起こりやすい、こころとからだの病気や障害について学ぶ。 ・介護者自身の健康管理の方法(病気や障害の予防と対策)について学ぶ。
講義内容	・介護職の心身の健康管理 ・感染予防

4.介護・福祉サービスの理解と医療との連携(9時間)	
(1)介護保険制度 4時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	介護保険制度や障害者自立支援制度を担う一員として最低限知っておくべき制度の目的、サービス利用の流れ、各専門職の役割・責務について、その概要のポイントを習得する。
研修計画	・介護保険制度が創設された背景を理解したうえで制度の目的と動向について学ぶ。 ・介護保険制度の基本的なしくみを理解する。 ・介護保険制度にかかわる組織とその役割を理解するとともに制度の財政について学ぶ。
講義内容	・介護保険制度創設の背景および目的・動向 ・介護保険制度のしくみの基礎的理解 ・制度を支える財源、組織・団体の機能と役割

(2)医療との連携とリハビリテーション 2時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	介護保険制度・障害者自立支援制度を担う一員として、介護保険制度の理念に対する理解を徹底する
研修計画	・介護職と医療行為の実情と経過について理解する。 ・在宅および施設における介護職と看護職の役割・連携について理解する。 ・リハビリテーションの理念と考え方について理解する。
講義内容	・医行為と介護 ・訪問看護 ・施設における看護と介護の役割・連携 ・リハビリテーション

(3)障害者自立支援制度およびその他制度 3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	利用者の生活を中心に考えるという視点を共有し、その生活を支援するための介護保険制度、障害者自立支援制度、その他の制度のサービスの位置づけや代表的なサービスの理解を促す。
研修計画	・障害者福祉制度における障害の概念について、その歩みをふまえて学ぶ。 ・障害者自立支援制度の基本的なしくみについて理解する。
講義内容	・障害者福祉制度の概念 ・障害者自立支援制度のしくみの基礎的理解 ・個人の人権を守る制度の概要

5.介護におけるコミュニケーション技術(6時間)	
(1)介護におけるコミュニケーション 4時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	・高齢者や障害者のコミュニケーション能力は一人ひとり異なることと、その違いを認識してコミュニケーションを図ることが専門職に求められていることを認識し、初任者として最低限のとるべき(とるべきでない)行動列を理解する。 ・利用者の心理や利用者との人間関係を著しく傷つけるコミュニケーションとその理由について考えさせ、相手の心身機能に合せた配慮が必要であることへの気づきを促す。
研修計画	・対人援助関係におけるコミュニケーションの意義と目的を理解する。 ・介護におけるコミュニケーションの役割と技法について理解する。 ・事例を通して、利用者の状況・状態に応じたコミュニケーションの実際を理解する。
講義内容	・コミュニケーションの意義、目的、役割 ・コミュニケーションの技法 ・利用者・家族とのコミュニケーションの実際 ・利用者の状況・状態に応じたコミュニケーション技術の実際

(2)介護におけるチームのコミュニケーション 2時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	チームケアにおける専門職種でのコミュニケーションの有効性、重要性を理解するとともに、記録等を作成する介護職一人ひとりの理解が必要であることへの気づきを促す。
研修計画	・介護における記録の意義と目的を理解し、書き方の留意点などについて学ぶ。 ・チームのコミュニケーションに必要な報告・連絡・相談の意義と目的を理解し、具体的な方法について学ぶ。
講義内容	・会議の意義と目的を理解し、具体的な進め方について学ぶ。 ・記録における情報の共有化 ・報告・連絡・相談 ・コミュニケーションを促す環境

6.老化の理解(6時間)	
(1) 老年期の発達と老化に伴う心身の変化の特徴 3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目標	加齢・老化に伴う心身の変化や疾病について、生理的な側面から理解することの重要性に気づき、自らが継続的に学習すべき事項を理解する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・老化についての考え方や学説について理解する。 ・老化が及ぼす心理や行動には個人差が大きいことについて理解する。 ・老化とともに社会的環境が心理や行動に与える影響について理解する。 ・多くの側面にわたる身体的老化現象と日常生活への影響について理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・老化と老年期 ・老年期の発達と老化に伴う心身の変化の特徴 ・老化に伴う心身の機能の変化と日常生活への影響

(2) 高齢者と健康 3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	高齢者に多い心身の変化、疾病の症状等について具体例を挙げ、その対応における留意点を説明し、介護において生理的側面の知識を身につけることの必要性への気づきを促す。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の多くに見られる症状や訴えがどのような疾病から起こるかなど、その特徴について理解する。 ・高齢者に多い病気の原因や特徴、その病気をかかえる高齢者の生活上の留意点について理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の症状・疾患の特徴 ・高齢者の疾病と日常生活上の留意点 ・高齢者に多い病気と日常生活上の留意点

7.認知症の理解(6時間)	
(1) 認知症を取り巻く状況 1時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	認知症ケアの理念を理解する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・「認知症を中心としたケア」から「その人を中心としたケア」に転換することの意義を理解する。 ・問題視するのではなく、人として接することを理解する。 ・できないことではなく、できることをみて支援することを理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・認知症のケアの理念 ・認知症ケアの視点

(2) 医学的側面から見た認知症の基礎と健康管理 2時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	認知症の原因疾患、病態を理解し介護での対応方法を理解する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・老化のしくみと脳の変化を学び、認知症の原因を理解する。 ・認知症に類似した症状をもつ疾病について学ぶ。 ・アルツハイマー型認知症、血管性認知症をはじめとした認知症の主な原因疾患の病態、症状について学ぶ。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・認知症の人の生活障害、心理、行動の特徴 ・認知症の人への対応

(3) 認知症に伴うこころとからだの変化と日常生活 2時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	認知症の生活障害、心理、行動の特徴を理解し、認知症を持つ利用者への受容的な対応方法を習得する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・認知症の症状を知ることによって、どのようなケアが必要かを学ぶ。 ・認知症の人の行動と環境との関係について理解する。 ・病気の症状があっても、その人の尊厳を守る視点をもつことについて理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・認知症の人の生活障害、心理・行動の特徴 ・認知症の人への対応

(4) 家族への支援 1時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	認知症の利用者を家族として受容していく過程での援助と介護負担の軽減のための対処方法を理解する。
研修計画	・家族介護者の介護の大変さについて理解し、レスパイトの重要性を学ぶ。 ・家族とは助けるだけの存在ではなく、ともに認知症の人を支えていくパートナーであることを学ぶ。
講義内容	・家族へのレスパイトケア ・家族へのエンパワメント

8. 障害の理解(3時間)	
(1) 障害の基礎的理解 0.5時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	障害の概念とICF、障害者福祉の基本的な考え方について理解し、介護における基本的な考え方について理解する。
研修計画	・「障害とはどういうものなのか」という考え方を学ぶ。 ・ICF(国際生活機能分類)に基づきながら、「障害」の概念について理解する。 ・障害者福祉の基本理念(ノーマライゼーション、リハビリテーション、インクルージョン)について理解する。
講義内容	・障害の概念とICF ・障害者福祉の基本理念

(2) 障害の医学的側面、生活障害などの基礎知識 2時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	介護において障害の概念とICFを理解しておくことの必要性の理解を促す。
研修計画	・障害の原因となる主な疾患を理解する。 ・障害に伴う心理的影響、障害の受容を理解する。 ・障害のある人の生活を理解し、介護上の留意点について学ぶ。
講義内容	・身体障害 ・知的障害 ・精神障害 ・発達障害 ・難病

(3) 家族の心理、かかわり支援の理解 0.5時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト1	
研修目的	高齢者の介護との違いを念頭におきながら、それぞれの障害の特性と介護上の留意点に対する理解を促す。
研修計画	・家族支援は、家族介護の肩代わり支援だけではないことを学ぶ。 ・わが国に求められるレスパイトサービスの課題を学ぶ。
講義内容	・家族の理解と障害の受容支援 ・介護負担の軽減

9.こころとからだのしくみと生活援助技術(75時間)	
(1)介護の基本的な考え方 2時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	ICFの視点に基づく介護を理解し、普遍的な技法を習得する基礎を固める。
研修計画	・「介護」が理論的にどのような変遷をたどってきたのかについて理解する。 ・「介護」が法的にどのような変遷をたどってきたのかについて理解する。
講義内容	・倫理に基づく介護 ・法的根拠に基づく介護

(2)介護に関するこころのしくみの基礎的理解 4時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	老化や障害による行動の特徴を把握し、介護を基礎的に理解する。
研修計画	・学習と記憶に関する基礎的な知識を理解する。 ・感情と意欲に関する基礎的な知識を理解する。 ・自己概念と生きがい、老化や障害の受容に関する基礎的な知識を理解する。
講義内容	・学習と記憶に関する基礎知識 ・感情と意欲に関する基礎知識 ・自己概念と生きがい ・老化や障害を受け入れる適応行動とその阻害要因

(3)介護に関するからだのしくみの基礎的理解 6時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	骨格、筋肉等の基礎的理解、神経系の理解等を進め、こころとからだを一体的に捉え、介護の基礎を理解する。
研修計画	・生命の維持・恒常のしくみを理解する。 ・骨や関節など、からだの動きのメカニズムを理解する。 ・神経の種類と、そのはたらきを理解する。 ・眼や耳、心臓をはじめとするからだの器官のはたらきを理解する。
講義内容	・生命の維持・恒常のしくみ ・人体の各部の名称と動きに関する基礎知識 ・骨・関節・筋に関する基礎知識とボディメカニクスの活用 ・中枢神経と体性神経に関する基礎知識 ・自律神経と内部器官に関する基礎知識

(4)生活と家事 6時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	家事と生活を理解し家事援助の基礎的な知識を習得し、生活歴を重視した支援技術を習得する。
研修計画	・生活を継続していくための家事の重要性について学ぶ。 ・家事援助(調理、洗濯、掃除などの援助)は利用者にとってどのような意味があるのかを理解する。 ・家事援助とは何かについて具体的に理解する。
講義内容	・生活と家事の理解 ・家事援助とは何かについて具体的に理解するに関する基礎知識と生活支援

(5)快適な居住環境整備と介護 4時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	高齢者、障害者特有の居住環境整備に関する基礎知識を理解し、居住環境整備と福祉用具に関する留意点、支援方法を習得する。
研修計画	・安心して快適に生活するために必要な環境の整備とは何かについて学ぶ。 ・住まいにおける安心・快適な室内環境の確保の仕方について学ぶ。 ・高齢者や障害のある人が生活するなかで、住宅改修や福祉用具を利用する意味や視点を学ぶ。
講義内容	・快適な住環境に関する基礎知識 ・高齢者、障害者特有の居住環境整備と福祉用具の活用

(6) 整容に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護 4時間 講義1時間 演習3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	整容に関する基礎知識を理解し衣服着脱等整容に関する支援技術を習得する。
研修計画	・整容の必要性と、整容に関するところとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し、整容介護を行うための技術を身につける。
講義内容	・整容に関する基礎知識 ・整容の支援技術

(7) 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護 10時間 講義2時間 演習8時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	移動・移乗に関する基礎知識を理解し介護者、利用者にとって負担の少ない支援方法を習得する。
研修計画	・移動・移乗の必要性と、移動・移乗に関連したところとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し、移動・移乗の介護を行うための技術を身につける。 ・心身機能の低下が移動・移乗に及ぼす影響について理解する。
講義内容	・移動・移乗に関する基礎知識 ・移動・移乗に関する福祉用具とその活用方法 ・利用者・介助者にとって負担の少ない移動・移乗の支援 ・移動・移乗を阻害する要因の理解とその支援方法 ・移動と社会参加の留意点と支援

(8) 食事に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護 6時間 講義2時間 演習4時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	食事にに関する基礎知識を理解し嚥下しやすい体位の保持、楽しい食事への介助等、実際に即した支援方法を習得する。
研修計画	・食事の必要性と、食事に関連したところとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し、食事の介護を行うための技術を身につける。 ・心身機能の低下が食事に及ぼす影響について理解する。
講義内容	・食事にに関する基礎知識 ・食事環境の整備と食事に関連する用具の活用方法 ・楽しい食事を阻害する要因の理解と支援方法 ・食事と社会参加の留意点と支援

(9) 入浴、清潔保持に関連したところとからだのしくみと自立支援に向けた介護 8時間 講義2時間 演習6時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	入浴、清潔保持に関する基礎知識を理解し入浴方法、入浴用具、整容用具の使用等、実際に即した支援方法を習得する。
研修計画	・入浴・清潔保持がもたらす心身への効果と入浴に関連したところとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し、楽しい入浴の介護を行うための技術を身に付ける。 ・心身機能の低下が入浴・清潔保持に及ぼす影響について理解する。
講義内容	・入浴・清潔保持に関連する基礎知識 ・入浴・清潔保持に関連する用具の活用方法 ・楽しい入浴を阻害する要因の理解と支援方法

(10)排泄に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護 6時間 講義2時間 演習4時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	排泄に関するところとからだのしくみを理解し、各種排泄用具の使用方法、プライバシーへの配慮等排泄支援方法を習得する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・排泄の必要性と、排泄に関連したところとからだのしくみを理解する。 ・利用者本人の力を活用し、気持ちのよい排泄の介護を行うための技術を身につける。 ・心身機能の低下が排泄に及ぼす影響について理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・排泄に関する基礎知識 ・排泄環境の整備と関連する用具の活用方法 ・爽快な排泄を阻害する要因の理解と支援方法

(11)睡眠に関したところとからだのしくみと自立に向けた介護 4時間 講義1時間 演習3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	睡眠に関する基礎知識を理解し、睡眠環境の整備、睡眠阻害要因の排除等、睡眠に関する支援方法を習得する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・睡眠の必要性と、睡眠に関連したところとからだのしくみを理解する。 ・心地よい睡眠を支援するための知識と技術を身につける。 ・心身機能の低下が睡眠に及ぼす影響について理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・睡眠に関する基礎知識 ・睡眠環境の整備と関連する用具の活用方法 ・快い睡眠を阻害する要因の理解と支援方法

(12)死にゆく人に関したところとからだのしくみと終末期介護 3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	終末期におけるところとからだのしくみを理解し、終末期介護における支援方法を習得する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・終末期のとらえ方を学ぶ。 ・終末期から死までの身体機能の変化について理解し、状況に合わせた対応を学ぶ。 ・死に直面したときの人の心理状況について理解し、こころの変化の受け止め方を学ぶ。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・終末期に関する基礎知識 ・生から死への過程 ・「死」に向き合うこころの理解 ・苦痛の少ない死への支援

生活支援技術演習(12時間) (13)介護過程の基礎的理解 講義4時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	介護過程に関する基礎的な事項を理解し家族、地域との関連、チームとしての対応等を学ぶ。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・介護過程の目的と意義について理解する。 ・介護過程の展開プロセスについて理解する。 ・チームアプローチにおける介護職の役割と専門性について理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・介護過程の目的・意義・展開 ・介護過程とチームアプローチ

(14)総合生活支援技術演習 演習8時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト2	
研修目的	実際例に即して、実践的介護が可能となるような場面を想定して総合的に支援技術を習得する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・事例を通じて、利用者のところとからだの力が発揮できない要因を分析する。 ・事例を通じて、利用者本人にとって適切な支援技術は何かを検討する。 ・事例を通じて、利用者の心身の状況に合わせた介護を提供する視点について理解する。
講義内容	<ul style="list-style-type: none"> ・演習を行うにあたって ・「食べたくない」と訴える施設入所者の援助 ・できるだけ外に出かけたいと思っている利用者の援助 ・トイレでの排泄にこだわりをもつ利用者の援助

10.振り返り(4時間)	
(1)振り返り 3時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト全	
研修目的	研修全体を振り返り、研修を通じて学んだことについて再認識する。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・研修を通して学んだこと ・今後継続して学ぶべきこと ・根拠に基づく介護についての要点

(2)就業への備えと研修終了後における継続的な研修 1時間 中央法規 介護職員初任者研修テキスト全	
研修目的	就業後も継続して学習、研鑽する姿勢の形成、学習課題の認識を図る。
研修計画	<ul style="list-style-type: none"> ・継続的に学ぶべきこと ・研修修了後における継続的な研修について、具体的にイメージできるような事業所等における事例を紹介