

## 研 修 区 分 表

平成 25 年 3 月 10 日作成

科目・教科	研修時間				到達目標・講義の内容・演習の実施方法 実習実施内容・通信学習課題の概要等
	通学	通信	実習	計	
6 老化の理解 (6 時間)	6			6	<p><b>(到達目標)</b>            老年期の発達の特性を理解し、加齢に伴い、心身がどのように変化していくのかを知り、高齢者の人格を尊重し、いつまでも尊厳の保持ができるように支援するため、学習の継続事項を理解している。</p> <p><b>(修了時の評価ポイント)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 老年期の生理的変化・心身の変化を列挙できる。</li> <li>・ 老年期の特徴、社会、身体、精神、知識能力面などの変化に着目した心理的特徴について、列挙できる。</li> <li>・ 高齢者に多い疾病の種類と、その症状や特徴および治療・生活上の留意点、および高齢者の疾病による症状や訴えについて列挙できる。</li> </ul> <p><b>(指導の視点)</b>            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。</p> <p><b>(内容)</b></p> <p>1. 老年期の発達と心身の変化の特徴</p> <p>① 加齢と老化の概念</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ いろいろな老化学説 (遺伝子プログラム説・消耗説・体細胞分裂寿命説・遺伝子修復エラー説・フリーラジカル説)</li> </ul> <p>② 高齢者の定義</p> <p>③ 喪失体験</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 身体機能の低下と自信の喪失</li> <li>・ 社会的役割の喪失</li> <li>・ 家族等とのつながりの喪失</li> </ul> <p>④ 防衛機制</p> <p>⑤ 人格と尊厳</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 人格とは、「尊厳の保持」と法律、高齢者の尊厳</li> </ul> <p>⑥ 老いの価値</p> <p>⑦ 性役割と老年期の性</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 性役割に対する価値観</li> <li>・ 老年期の性</li> </ul> <p>2. 心身の機能の変化と日常生活への影響</p> <p>① 老化に伴う心身の機能の変化</p> <p>② 身体的変化</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 外観・外皮系 (姿勢・皮膚・毛髪)</li> <li>・ 骨格系 (骨粗しょう症・変形性関節症)</li> <li>・ 筋肉系</li> <li>・ 神経・感覚系 (神経系・感覚器系)</li> <li>・ 内分泌系</li> <li>・ 循環器系 (心臓血管系・リンパ系)</li> <li>・ 呼吸器系</li> <li>・ 消化器系</li> <li>・ 泌尿器系</li> <li>・ 生殖器系</li> </ul>
(1) 老化の伴うところとからだの変化と日常	3			3	

<p>(2) 高齢者と健康 (3 時間)</p>	<p>3</p>	<p>3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体温調整系</li> <li>③ 心理的变化</li> <li>・人格・知能・記憶</li> </ul> <p>(内容)</p> <p>1. 高齢者と疾病 (老年症候群) と生活上の留意点 (外科系)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>① 老年症候群とは</li> <li>② 老年症候群の早期発見</li> <li>③ 運動器の機能向上 <ul style="list-style-type: none"> <li>・対象者</li> <li>・ケアの方法 (立ったり、座ったり、移動に関わる筋肉を刺激すること・スロートレーニング・徐々に動作のレベル・筋肉への刺激を増加させていくこと)</li> <li>・慢性期の痛みへの対応</li> <li>・口腔機能の改善→かむ能力の重要性、ケアの方法</li> <li>・低栄養の改善→低栄養にうつる原因、ケアの方法、食品の多様性を理解する。</li> <li>・認知機能を高める→認知機能の低下、ケアの方法 (料理・外出・運動)</li> <li>・尿失禁の改善→尿失禁のタイプ・ケアの方法</li> </ul> </li> </ul> <p>2. 高齢者に多い病気と生活上の留意点 (内科系)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>① 生活習慣病 (高血圧・糖尿病・脂質異常賞・メタボリックシンドローム・高尿酸血症・痛風・脂肪肝・アルコール性肝疾患・喫煙と関連する疾患)</li> <li>② 脳神経系の病気 (脳血管疾患 (脳卒中) の分類・原因・症状・特徴・生活上の留意点、パーキンソン病)</li> <li>③ 循環器系の病気 (虚血性心疾患、心臓弁膜症、心不全不整脈)</li> <li>④ 呼吸器系の病気 (喘息、慢性閉塞性肺疾患、肺炎、呼吸不全)</li> <li>⑤ 肝臓、胆道系の病気 (急性肝炎、慢性肝炎、肝硬変、胆石症、胆嚢炎)</li> <li>⑥ 腎・泌尿器の病気 (慢性腎臓病、前立腺肥大、前立腺がん)</li> <li>⑦ 骨や関節の病気 (骨粗しょう症、変形性膝関節症、変形性脊椎症、関節リュウマチ)</li> <li>⑧ 精神の病気 (老年期うつ病、神経症)</li> <li>⑨ 目と耳の病気 (白内障、緑内障、加齢性難聴)</li> <li>⑩ 皮膚の病気 (皮膚掻痒症、白癬症)</li> </ul>
--------------------------	----------	----------	--

※記載内容は、要綱の別紙2の内容を網羅したものとすること。

※講義と演習は一体的に実施すること。なお、科目9の(6)から(11)および(15)の実技演習は、実技内容等を記載すること。

※時間配分の下限は30分単位とする。