

# 羅針盤

介護福祉士

# らしんばん

No.89

2023年7月発行  
一般社団法人岡山県介護福祉士会  
〒700-0807  
岡山市北区南方2丁目13-1  
岡山県総合福祉・ボランティア・  
NPO会館「きらめきプラザ」7階  
TEL: 086-222-3125  
URL: <https://www.okayama-kaigo.jp>  
印刷編集協力: 友野印刷



## えがお

和気町といえば、藤公園！

毎年GWには藤公園の藤を見に沢山の方が和気町に来られます。

世の中は、脱コロナになってきていますが、、介護現場は、まだまだ制限が残る現状。

藤公園には行けないけど・・・利用者さん達と協力して藤棚を作成し、記念に一枚。

利用者さんの笑顔が、私の元気の源です!!

小規模多機能型居宅介護 和が家 岡本 奈々

— 2022・2023年度 —  
一般社団法人 岡山県介護福祉士会

# 理事会・総会 報告

2023年3月9日（木）

2022年度 定例理事会

- 第1号議案 2023年度事業計画・収支予算（案）について
  - 第2号議案 日本介護福祉士会とのパートナー協定締結について
  - 第3号議案 定款一部改正（案）について
  - 第4号議案 規則第1号 会費の納入に関する規則改正（案）について
- \*出席理事により、第1・2・3・4号議案は審議され、承認されました。
- 報告事項 会員入会状況

2023年5月19日（金）

2023年度 定例理事会

- 第1号議案 2022年度事業報告・決算報告（案）について
- \*出席理事により、第1号議案は審議され、承認されました。
- 報告事項 会員入会状況

2023年5月26日（金）

2023年度 定時社員総会

- 第1号議案 2022年度事業報告・決算報告（案）及び監査報告について
- 第2号議案 2023年度事業計画・収支予算（案）について
- 第3号議案 日本介護福祉士会とのパートナー協定締結について
- 第4号議案 定款一部改正（案）について
- 第5号議案 規則第1号 会費の納入に関する規則（改正案）について

\*出席者（委任状によるものも含む）により、第1・2・3・4・5号議案について審議され、承認されました。

報告事項 代議員交代について・会員入会状況



## 代議員交代のお知らせ

代議員2名が交代いたしますのでお知らせいたします。

美作地区

（新任）福井 馨菜 介護老人保健施設エスポアール城西／研修委員

（退任）池嶋 友美

井笠地区

（新任）齋藤 真智子 旭川荘厚生専門学院／広報委員

（退任）高橋 明美

# 認定介護福祉士養成研修修了報告



認定介護福祉士養成研修 第1期生 修了式を行いました！

開催日：2023年6月9日（金） 会場：きらめきプラザ

「認定介護福祉士養成研修 第1期生修了式」が行われ、15名の受講生全員、無事研修を修了しました。

「認定介護福祉士養成研修」は、2019年10月から始まりました。新型コロナウイルス感染症の影響により、3年半にもおよぶ長期研修となりましたが、5月末、22科目600時間におよぶ全課程を修了しました。

研修では、在宅・施設を問わないサービス形態や多様な利用者・その生活環境に対応し、介護リーダーとしてより質の高い介護の実践やサービスマネジメント、医療との連携強化、地域包括ケア等に対応するための考え方や知識、技術等を学びました。

今後は、ニーズの多様化・高度化に対応できる質の高い介護の実践や、現場職員の指導・教育、さらには医療職等との連携・地域包括ケアの推進等、幅広い役割を果たすべく介護福祉士のトップリーダーとしての活躍が期待されています。



## 受講生より

- この3年半、香川県から瀬戸大橋を渡り、勉強と課題をこなす日々は本当に大変でしたが、受講生の方々と一緒に学び、励まし合い、相談し合えたこと、また家族や職場の理解があったからこそ、乗り越えられたと深く感じています。これから、認定介護福祉士としての役割を模索しながら、学んだ知識を職場や地域の皆さまに還元できるよう努めていきたいです。
- 3年半の認定介護福祉士養成研修を振り返ると、多くの仲間と様々な講師との出会いがありました。研修中、コロナ禍の副産物として、オンライン研修や会議にも慣れることができました。ここにしかない出会いと学びによって得た経験と新たなネットワークを武器に、地域のため、自身のため、家族のため、認定介護福祉士として邁進してまいります。
- 長期に及び研修が修了しました。終わってみるとあっという間の3年半。振り返ると、多くの講師・受講生の方々と出会い、悩み、励まし合えたことは、私にとって貴重な財産となりました。今後は、研修での学びと経験を活かし、介護サービス提供における多職種連携の中核者としての役割、地域における介護力向上のための助言・支援者としての役割などを意識し、地域に貢献できるよう努力したいと思います。



## 加入率アップワーキンググループ企画「座談会」報告



岡山県介護福祉士会

座談会



2023年2月16日(木) 18時半~20時

2023年2月16日(木) きらめきプラザ ゆうあいセンターにて座談会を行いました。

今回、座談会を開催しましたのは入会促進もあるが「会の活動が不明瞭」「どこで入会をして良いのか分からない」など、耳にすることもあったため、非会員だけでなく、会員にも分かりやすい内容としました。(非会員2名、会員13名参加)

非会員からは、入会の動機やどんな委員会があるのかなどの質問がありましたが、会員も自分の所属していない委員会活動はよく分からないことがあるため、委員会活動が理解できる時間にもなりました。

例えば、年に3回の「らしんばん」は誰がどんな形で記事を集めているのか(発行の2~3ヶ月前にZoomで会議をし、手分けをして記事を集めている)、原稿の添削は誰がしているのか(広報委員や事務局、最終的には会長)など。

## 入会の動機

- 担任の先生に「一緒に頑張ろう」と勧められた
- 入職しました職場長に「入るように」と言われたから
- 卒業後、資格証と一緒に入会の紙が入っていて
- 認定介護福祉士を取得したいので再入会をした
- 卒業時に先輩が入会説明に来てくれたから

また、継続していくには入会後の職場や所属長の理解も重要であるという共通理解ができました。

そして、入会についての提案として、入会後の説明があっても良いかもとの意見が聞かれ、参加者のうなずきがありました。「入会式」のようなものがあって会長挨拶や今後の活動等の説明があっても良いのではないかと具体的な案もあり、会を盛り上げたいという会員の熱い思いも感じられました。

また、資格取得や研修を受けるとどうなるのか、代議員の役割が分からないなどの疑問や、入会後の組織で自分はどんな役割を担うようになるのかなど、会の活動に貢献したいという意見も聞かれました。

今回座談会を企画し、会員の声を聴く機会となり、みんなで会を作っていく場が必要だと感じました。座談会後のアンケートも参考に、今後ホームページを活用し、会員の皆様のお知恵とお力を頂きながら、楽しく有意義な会活動を行っていきたいと思えた一日でした。

お忙しい中、ご参加いただきありがとうございました。ご協力いただいたアンケートのご意見は、今後の会運営の参考にさせていただきます(^\_^)

3年間ワーキンググループとして活動し、多くのことを考え、気づき、学びました。今後も会の活動のご支援をどうぞよろしくお願いいたします。

(加入率アップワーキンググループ：上所、土井、増見、三宅)

# 地区活動 地区研修

紹介します!



## 高梁・総社地区

## 地区研修

開催日：2023年1月20日（金）

会場：総社市昭和公民館

テーマ：目からウロコの紙おむつケア講座～ご使用者様へ快適な排泄ケアを～

講師：大王製紙株式会社（アテント）片山 智香子 氏



高梁・総社地区第1回地区研修会を開催しました。

前はコロナが猛威を振るっていたため開催することはできませんでしたが、この度は十分な感染対策を行い、9名の方が参加されました。1時間と短い時間でしたが、介護あるあるを挟みながらおむつの構造や選び方、ご利用者様の特徴にあったおむつの当て方などを教えていただきました。

片山先生のご講演の中で印象に残っていることの一つとして、「紙パンツに手を入れ前後左右に2～3回程度伸ばしてギャザーをしっかり立たせ、紙パンツをやる気にさせることが大切」とのお話があり、普段伸ばさずに使っていたので紙パンツの力を使い切れていなかったのだと感じました。その他にも漏れのある部位別の応用の当て方などもお話され、まさに題目通りの「目からウロコ」の研修でした。

今回参加申し込みをFAXや郵送に加えてGoogleフォームを利用し、QRコードでの申し込みもできるようにしました。「使いやすいかった」、「申し込みが簡単だった」との声が多くある中、「QRコードで申し込みをしたが完了の連絡がなかったた

め申し込みできているか不安だった」との意見もありました。次回の地区研修では改善に努めたいと思います。初めての研修の運営で至らない点もあったと思いますが、多数のご参加ありがとうございました。今後ともよろしくお願ひします。

（高梁・総社地区：広報・森岡）

### 受講生の声

- 今まで知らなかった知識を多く教えていただいたのでタメになりました。明日から現場で実践したいです。
- 実用的な内容で興味深く学ぶことができました。
- 紙パンツ・紙おしめの当て方のポイントや陰茎の巻き方などとても勉強になりました。拘縮のある方のパッドの当て方が参考になりました。
- 今まで何をしていたんだろうと思うくらい勉強になりました。

## 岡山地区

## 地区研修

開催日：2023年2月13日（月）

テーマ：変わり続ける介護倫理～今までとこれから～

講師：岡山県介護福祉士会 三宅 真奈美 氏

岡山地区では、Zoomを使用したオンライン地区研修会を開催いたしました。

Zoomの強みでもある地区を超えた15名の方にご参加いただき、講義とグループワークで意見交流をしながら共に学びました。

専門職として倫理性を高めるためには、「常に知識をつけ、学ぶこと」、「利用者にとって良い介護に結びつくためにはと思考し、介護福祉士としての自覚や倫理観を保ち、自己都合のやり方や思い込みで介護をすることがないよう、客観視すること」が重要だと理解しました。

知識を身につけると人に伝えたいのが人間の性、専門職の性ではないかと思うので、職場内でのコミュニケーションも自然と活性化することが想像できました。

研修会に足を運ばずとも、動画やネット検索で知識を得る

ことができる便利な時代ですが、人との対話の中で、感性を刺激し、良識や理想を呼び覚ます機会も大切であると感じました。

今後も、地域や事業所の垣根を越えて、介護福祉士会会員の皆様を始め介護福祉士同士の良き交流を企画し、皆様のお役に立つ地区活動に努めて参ります。

※今回の研修会にせっかくお申込みいただいたのに、システムトラブルでご入室いただけなかった方、大変申し訳ございませんでした。

（岡山地区：広報・河崎）



# 私のストレス解消法

ベテラン会員さんにストレス解消法を聞いてみました。  
皆さんのストレス解消法は何ですか？投稿お待ちしております！



私は、仕事が趣味のようになっており、振り返ってみるとストレス解消にしている具体的なことは思い浮かばない。気分転換を上手に行っているのではないかと思う。

日頃のことを整理すると、「なるようになる主義」で、流れに身を任せあまり抗わないことにしている。自宅では、庭の草抜き、掃除、片付け、刺繍やパズルなど30分から1時間で他のことをしていることが多い。飽きやすいのか、その時の気分で「終了」と言っている。長時間続けられるのは、韓国ドラマを見ること。これは、非現実で違う世界に引き込まれ陶酔できる。もう15年は続いている、非現実の世界に入り込む大切な時間なのかもしれない。

(AE)



歳を重ねていく中、変わっていくストレスとそれをどう発散するかという方法にも変化があるなあとこのお題を頂き、改めて考えました。

20代はテニスやスキーなど運動、30代はドライブとランチ、

40代は緑や木、花など、自然なものを見たり、触れたりすることで

ところが癒されます。最近はお家のブドウ園でシャイン、ピオーネの葉にふれる時間が一番好きで、ストレスを緩和してくれています。風が吹くと葉と葉が重なる音、時折なる学校のチャイムを聞くと回想でき、ホッとする時間に。

「情報が入りすぎない空間で過ごす時間を大切に」今の私のストレス解消法です (^^)

(MM)



コロナ前までは、旅行に行ったり仲の良い友達と食事を楽しむことがストレスの解消だと思っていました。歳を重ね、またコロナ禍において「私のストレス解消法は何だろうか？」と考えた時、旅行や食事を一緒にできなくても、やはり人との繋がりが一番のストレス解消法だと思っています。(MC)

### ～聞き合い語り合い 楽観主義で～

私の現役時代のストレス解消法は「飲み会」でしょうか。

同僚や立場、環境の異なる友人と集い、グチや悩み、理想を聞き合い語り合いながら、心を開放してきました。無理したり、迷ったり、背伸びしたり、変な見栄を張ったりしていた自分が、友人のさりげない一言に希望の糸口を見つけるきっかけになり、心と体がジワジワと温まり肩の力を何度も抜くことができました。

それらの友人とは、現在はコロナ禍のこともあり電話やランチでおしゃべりを楽しんでいます。

「冬は必ず春となる」「長いトンネルも必ず出口はある」ことを信じ、楽観主義の日々でありたいと思っています。(SS)

今回、お題を頂いて、、、そもそもワタシのストレスって???)と考えさせて頂きました。

日常生活のなかで起こる、家庭でのトラブルやら職場の事やら。そして、コロナ禍であれ駄目これ駄目と制限続きの3年間!! 福祉関係で働く身なので、どうしても皆様と同じく職場からの制限もあったり、それ以上



に自分から自粛する部分が多かったり、日々モヤモヤ続きでした。

そこからワタシを救ってくれたのが、かれこれ10年程続けているハワイアンフラです。

南国の音楽に、普段使うことのない身体の動きや筋肉達を動かし、花や自然に例えながら愛する人を歌い踊るのがなんとも心地よくなる

ものです。そして、それが日常と懸け離れている事なのでとても良い気分転換になっています。

3年前までは、いろいろな介護事業所様へも訪問させて頂き、踊りを披露したり、一緒に身体を動かして楽しんで頂いたりしておりました。

また沢山の方々のお元気な姿に会えるまであと少し!それを励みに笑顔で楽しく、次は何を披露しようかと日々レッスンに励んでいるところです。(TT)



## ✉ 県介護福祉士会からのお知らせ .....



### ◇第8回おかやま介護グランプリ2023 開催決定！

本選開催日：2023年11月10日（金）

本選会場：きらめきプラザ（岡山市北区南方2丁目13-1）

8回目のおかやま介護グランプリ開催が決定いたしました。

今年度も動画による予選会を行い、本選は会場にて課題の実技を披露していただきます。

詳細は、会からのお知らせおよびホームページのお知らせをご覧ください。参加チームの募集締切は7/14（金）となりますので、応募をご検討の方はお早めにご確認ください。

本選の競技等はホームページに動画をアップ予定です。もちろん会場での見学もできますので、皆様のご来場をお待ちしております。競技の時間等が変更となる場合もありますので、ご来場される場合は事前にホームページでご確認のうえご来場ください。

### ◇潜在介護福祉士のための安心セミナーを開催いたします。

潜在介護福祉士のための安心セミナーを2023年9月5日（火）から開催いたします。

皆様の周りに潜在介護福祉士の方はおられますか？ぜひ安心セミナーのことをご紹介ください。詳しくは当会ホームページをご覧ください。

### ◇今後の研修・イベント予定

7月 7日（金）	介護福祉士災害支援ボランティア研修
7月14日（金）	一般研修会「ポジショニング①」
8月17日（木）	介護技術基本講習会
8月22日（火）～	介護福祉士実習指導者講習会
9月 5日（火）～	潜在介護福祉士のための安心セミナー
9月 7日（木）～	外国人介護職のための基本研修（A日程）
9月29日（金）	職員と実習生育成のための指導者研修
10月 5日（木）～	外国人介護職のための基本研修（B日程）
10月13日（金）～	ファーストステップ研修
10月19日（木）	倫理研修
10月25日（水）	介護福祉士のための技術指導講習会①
11月10日（金）	第8回おかやま介護グランプリ2023
11月11日（土）～	日本介護福祉士会 全国大会・日本介護学会 in いばらき
11月17日（金）	一般研修会「ポジショニング②」
11月29日（水）	介護福祉士のための技術指導講習会②
12月 5日（火）	技能実習指導員講習
12月19日（火）	リーダー研修「外国人介護職への指導」

詳細は、決まり次第HPでお知らせいたします。

申込みが終了している研修もありますので、ご了承ください。

### ◇会員登録についてのお知らせ

年度が替わり、住所や職場等の変更はありませんか。変更がありましたら、変更届のご提出をお願いいたします。変更届は日本介護福祉士会または岡山県介護福祉士会のホームページから印刷することができます。また、日本介護福祉士のホームページでも変更のお手続きができます。ご都合の良い方でお手続きをお願いいたします。



# みんなの広場

## ほっとステーション



今年は3年ぶりに和気町で藤祭りが開催されました。

気候も暖かく、開花が例年よりも早いのですが、開会式典からイベント初日には、早速沢山の方々が訪れていたようで、道路は大渋滞。諦めて引き返す方、裏道を尋ねられる方、いろいろとお話を伺います。

そんな中ですが、わたしも家族と藤祭りに行って参りました!!

和気町にある藤公園は1985年にできた公園で全国から100種類もの藤が集められ、韓国の藤も楽しむことができます。中には、国指定の天然記念物もあるとか。まさに、日本一の藤公園です。

まずは、車と人の多さに驚き、会場までの道のりには沢山の露天が並んでいて、なにより、藤棚に一番近いところには例年どおり「閑谷ワークセンター」さんが出店しておられて嬉しくて立ち寄ってみました。利用者さんが一つひとつ手作りされた備前焼の「かおだま」は一つひとつ個性的で愛着の湧くかわいらしきで、ついつい



お店に長居してしまいました。



わたしは備前焼の鯉のぼりと、桃太郎の「ももたま」ガチャを購入。玄関にちょこんと鎮座しております。これもかわいい♥

そして藤棚はというと、今年も紫、ピンク、白ときれいな色と形、花の種類でそれぞれ違う甘い香りにいつも以上に深呼吸をして、満開の花を楽し

むことができました。

藤公園周辺は自然豊かな場所です。春は芳嵐園の桜の下でお花見、秋には和気神社の紅葉も楽しめます。

みなさんも、緑豊かな自然を味わえる場所へ休日のリフレッシュに是非訪れてみてください。



(ペンネーム：ミノアカ)

### ほっとステーションへの投稿をお待ちしています

あなたの職場の様子や利用者さんとの日々のやりとりを教えてください。同じ“介護”で働く皆さんが共有できる、そんな情報をお待ちしています。



#### 編集担当

岡山県介護福祉士会  
広報委員会

- |        |       |
|--------|-------|
| 神田 統夫  | 河崎 崇史 |
| 早見 潤一  | 田中美保子 |
| 内藤 佑弥  | 岡本 奈々 |
| 山本 良真  | 古山 喬成 |
| 山室 竜太郎 | 西本 光男 |
| 磯田 明枝  | 大塚乃生子 |
| 森岡 剛士  | 岩本 侑太 |
| 齋藤 真智子 |       |