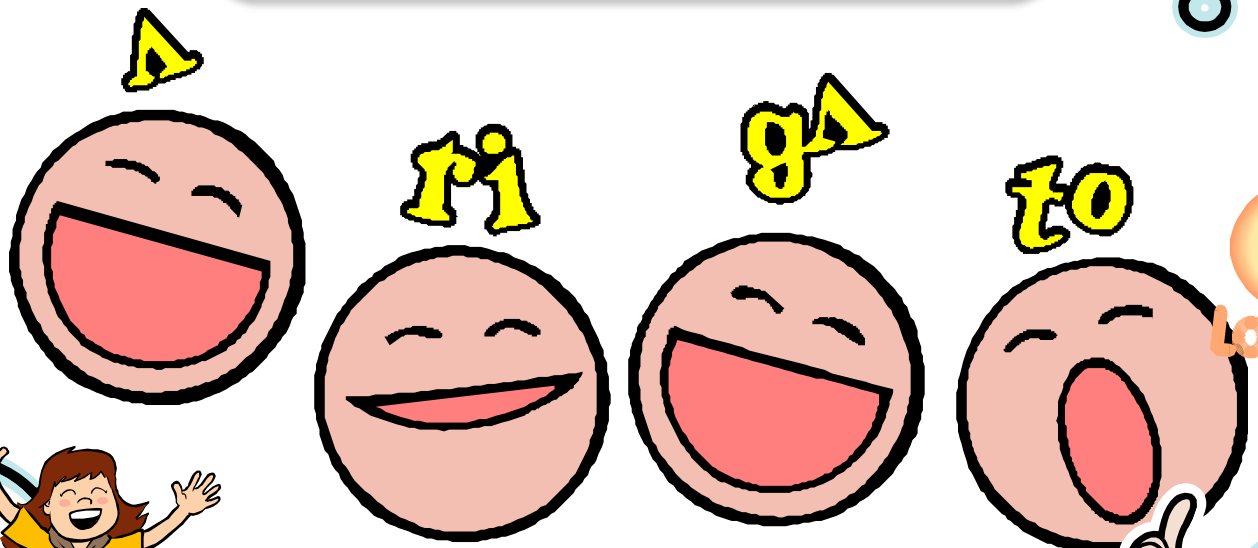
2015. 2. 12 シニア大樂公開講座

介護は笑顔で



㈱ラーニング・ロード
宍戸芳雄
http://www.learningroad.co.jp/

「社会福祉士及び介護福祉士法」

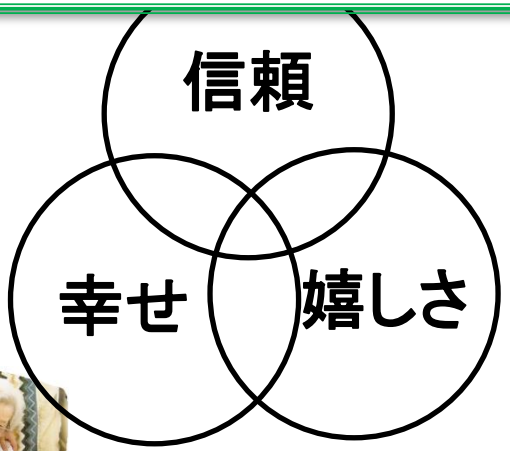
介護福祉士の「誠実義務」は、「個人の尊厳を保持し、その有する能力及び適性に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、常にその者の立場に立って、誠実にその業務を行わなければならない。」

訪問入浴スタッフさん

いつもありがとう！
また会えたね！
また来てね！

尊厳を保持して誠実にできたかどうか？
その証明は、「利用者の笑顔」である。

介護は笑顔で



ヘルパーさん

仲良くなれました

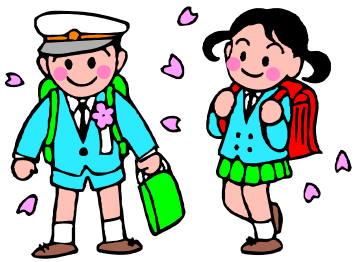
- 心からの笑顔
- 心に灯火点灯
- 笑顔
- 感謝

役割を果たしてくれたことに対する感謝の気持ち

息子・娘：次の時代を担う候補者

市民：個人としての地域貢献等

学生：可能性を高める基礎学力を修得



精神的・肉体的余裕：余暇を楽しむ人

役割

職業人：可能性を確かめ実証

親：子供との生活、子の成長の責任実行

親からの独立：ホームメーカー

結婚役割の拡大：

配偶者

笑顔で遊び、学び、社会へ貢献し、家族を支え、親にお返しをする

「元気で活き活きと」を願い！

研修プログラム開発：続々開発中です！

1.「介護支援利用者さんとの心の会話を目指そう」

介護支援を受ける方で高齢の方は、我が子、配偶者、両親、友人、知人を支えてきた方です。
介護は、支援を受けた方への恩返しです。ヘルパーさんと家族が協力して利用者を快適に過ごせるようにできるかを研修の中で受講者相互に考え理解し合います。

2. ヘルパーさん支援ツールNo.001「笑顔を描こう」

笑顔はどんな時に出ますか？笑顔ちゃんの参考例を見てあなたが描く番です！
最後に「一番の大笑い」をテキスト表紙に清書

3. ヘルパーさん支援ツールNo.002「自分のありがとう事典作成」

普段何気なく過ごしていることに焦点を当てて「ありがとう」と言えることがたくさんあることを再認識するために行うものです。

4. こうれい度チャートで描く「幸せになれる自分目標つくり」

「幸せになれるこうれい」をより深く理解して自分自身の課題を発見してそれを自分の幸せにつなげるために改善をして行こうとするワークを体験

5. ヘルパーさん支援ツールNo.003「笑顔つくりゲーム」

笑顔を保ちながら描き続けて画用紙の笑顔の周囲を埋め尽くせばその絵を見てくれたみんなが自然に笑顔になれます。鉛筆で描いた線画に数色を用意して色付けして完成後には楽しい会話ができる絵を完成させていただきます。その絵を見てもらいながら短い物語りをつくり、作者である自分が説明して行きます。

6. ヘルパーさん支援ツールNo.004「アタマ・やわらかあそび」

発想の枠を外して考えて見る遊びです。自由な発想ができて、あなたの脳がいくつ思い付けるか？
その数があなたの「やわらか度」となります。

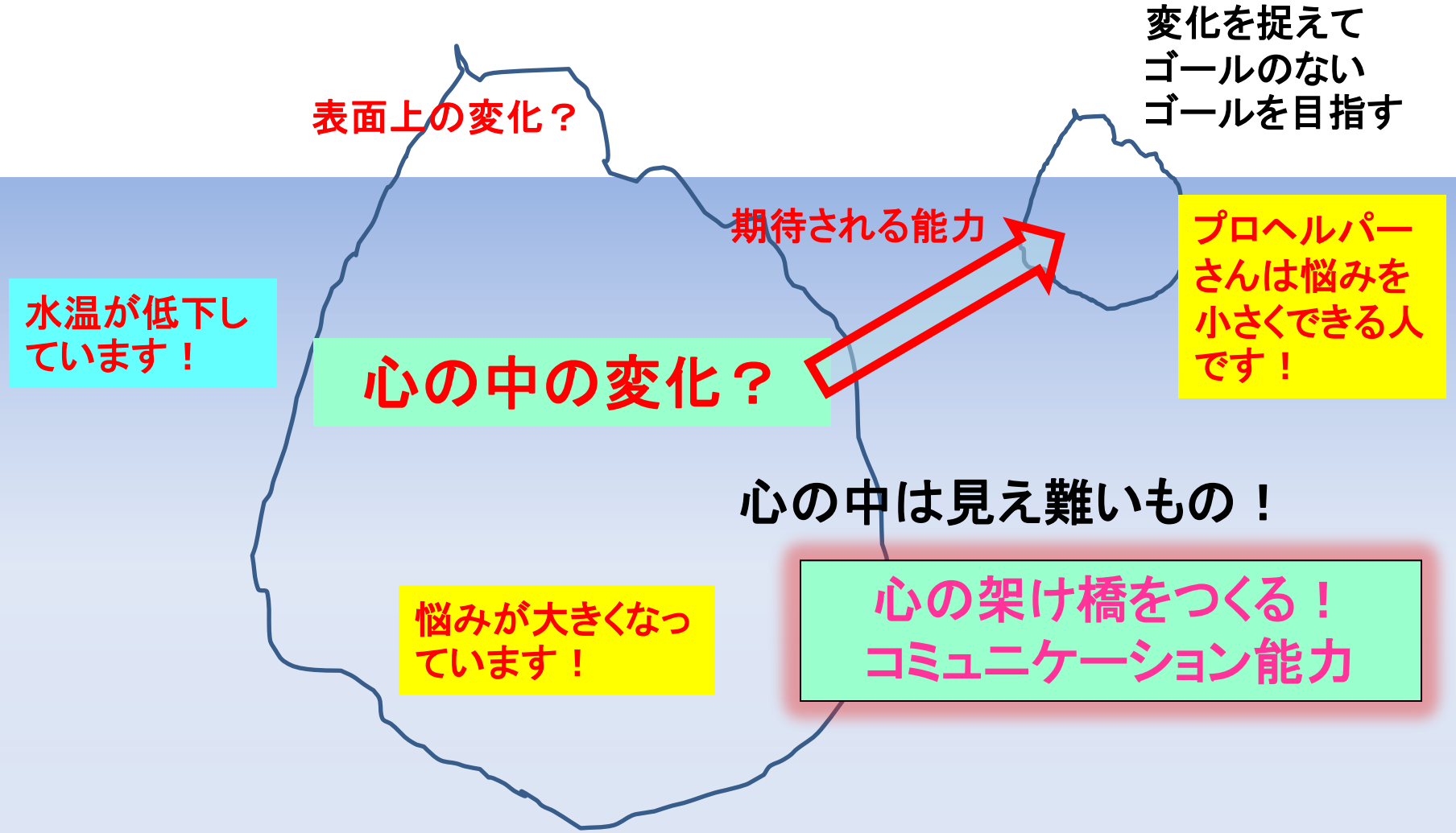
7. ヘルパーさん支援ツールNo.005「健康吹き矢ゲーム」

身体機能で呼吸できることの大事さは、誰でも理解しています。加齢とともに呼吸する力は低下します。
大事なことは、「腹式呼吸法」を意識して普段の生活に取り入れることです。大いに笑うことができます！

1.「介護支援利用者さんとの心の会話を目指そう」

利用者とその家族から期待されている

本心の発見能力？



1.「介護支援利用者さんとの心の会話を目指そう」

1.「介護支援利用者さんとの心の会話を目指そう」

仲良くなるには、笑顔つくりの戦略を立てることが大事です！

まずは、訪問10回で挑戦！

「　　」さんの笑顔つくり戦略シート　ポイント[無視0→中笑3→大笑5]

	笑顔つくりネタ（くすぐりどころ）発見メモ （月/日）		/	/	/	/	/	/	/	/	作成者	/	10回の平均値
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
		ネタ数											

大笑い：5段階評価

くすぐりどころの発見
↓
くすぐり戦略
「笑顔つくり戦略」

今回出せたネタ数

ネタは、ヘルパーさんが自分で見つけるのがコツ！
10個は最低で超えればプロフェッショナルです。

2. ヘルパーさん支援ツールNo.001「笑顔を描こう」

参考の笑顔例

自分で笑顔を
しながら
描いてみる！
4枚作成

表紙に4枚の内
の自信作を清書

事業所の
掲示板に貼り出
し話題作りに！
忘れ防止にも！

この絵を真似ても良いですよ！

3. ヘルパーさん支援ツールNo.002「自分のありがとう事典作成」

自分のための

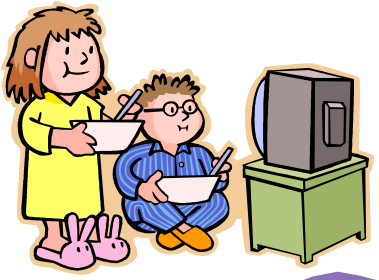
ありがとう事典作成

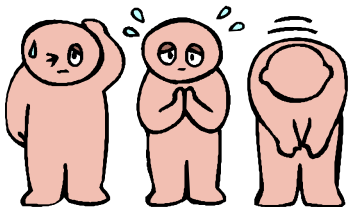
ふだん何気なく過ごしていることから

「ありがとう」と言えることを発見する

サンキュー

一日、一週間の「ありがとう」を考えて見る！





1．一日を振り返り起床から就寝までに起こったことをできるだけ細分化して書き出す。

2．起こったことに対して「起こらなかったら困る度」を大困りを評価点5として採点する。

時刻	出来事	詳細内容を一言メモ	困る度0-5
0:00	就寝		
6:00	起床		
7:00			
8:00			
9:00			
10:00			
11:00			
12:00	昼食		
13:00			
14:00			
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00			
21:00			

配布なし

自分なら
いくつありがとうを
言えますか？

「ありがとう事典」 ケース「起床から就寝まで」

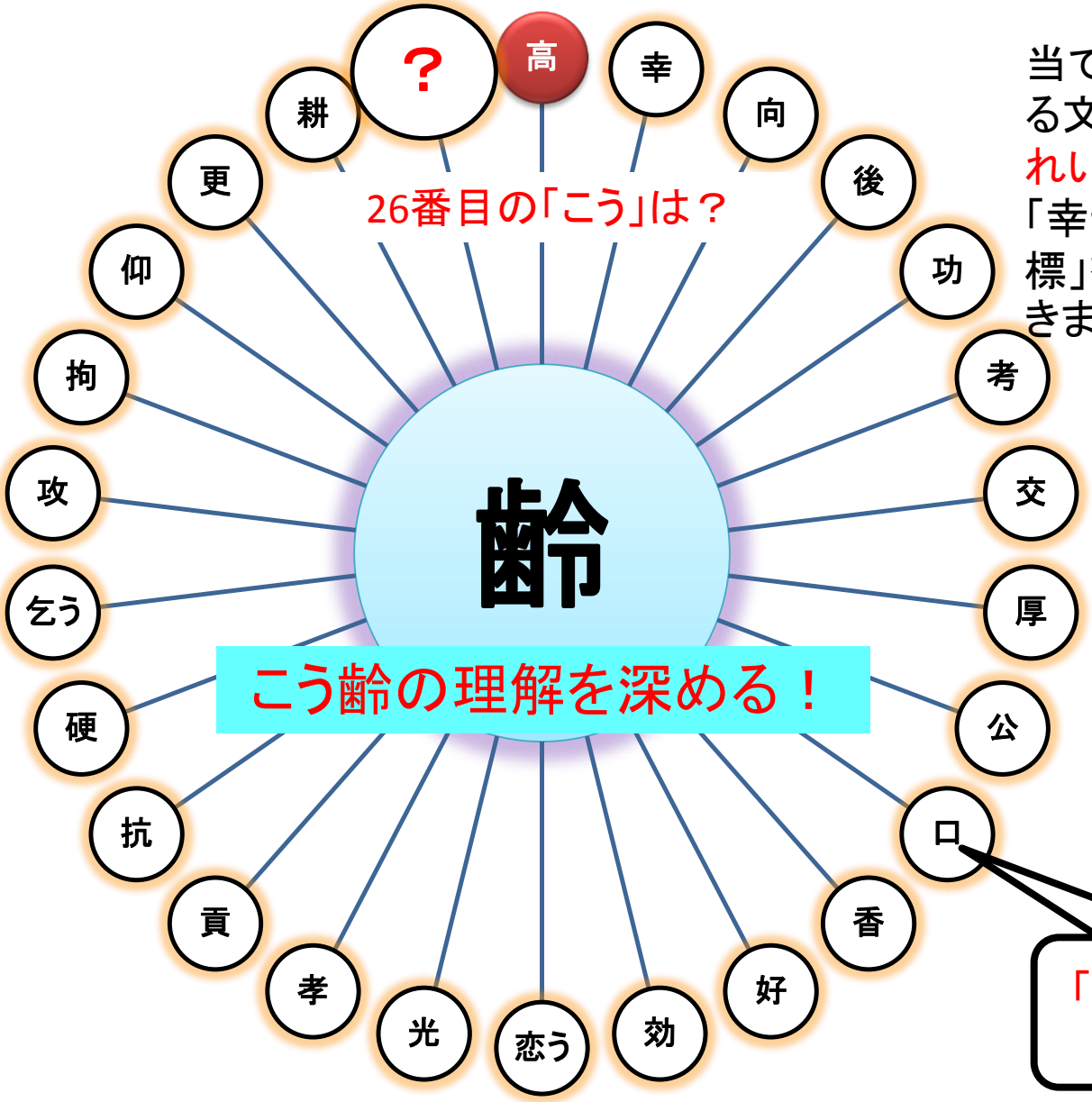
目覚めることができた　「ありがとう」
起き上がることができた
心臓が動いている
歩き出せた
家族の顔が見えた
家族と挨拶できた
愛犬が寄って来た
お早うと言ってもらえた
家族のために朝食が作れた
妻が、お母さんが食事を作ってくれた
食事を美味しいと言ってくれた
味噌汁が美味しい
朝から元気になれた
元気良く行って来ますと言えた
お弁当を作ってくれた
大好きなハンバークが入っている
通勤電車にいつもの時間に乗れた
顔なじみの方に今日も会え声を掛けられた
電車内で互いに昨日の話をし合えた
会社の仲間に会えた
いつもの元気な笑顔で互いに挨拶ができた
今日も仕事ができる
仕事でお客様にお礼を言われた
今日は落ち込んで出勤したのに、＊＊さんから元気がもらえた
難しい仕事だったが皆が支援してくれて完了できた
昼休みにお弁当を食べた時に同僚が妻の作った弁当を褒めてくれた
弁当を話題に話が盛り上がった
お弁当は本当に美味しかった、明日も期待するよ
午後まで忙しさが続いたが家族の顔を頭に浮かべて頑張れた
今日も一日の仕事を無事に終われた
今日は結婚記念日・・・・・・食事会を今年もできる
娘の誕生日には、今年も父母にも来てもらおう、一緒に祝える
一日の疲れを今日も入浴して心身ともにすっきりできる
いつも夕食は、妻の美味しい手料理に感動している
妻は、遅く帰った私を待ってくれ、夕食のときに今日の出来事を話してくれる
食事の後も短い時間ですが会話できる
今日一日の妻の苦労も愛しむように聴ける
今日も家族全員が明るく元気に過ごせた
家の外は真っ暗だが家の中には明かりが点いている
暖かい部屋で今日もぐっすり眠れる
また家族と明日も会える
心地よい眠りに
・・・・・・・・

配布なし

42個の
ありがとう！

4. こうれい度チャートで描く「幸せになれる自分目標つくり」

著書参照！



当て字で「こう」と読める文字を自分の「こうれい度」判定に使用し「幸せになれる自分目標」をつくり実行して行きます！

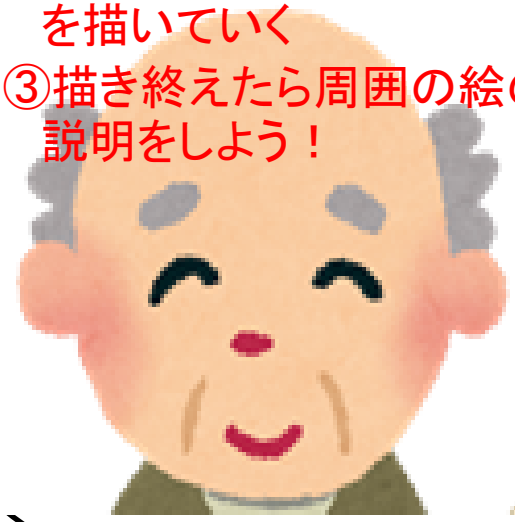
「こう」の文字には意味がある

5. ヘルパーさん支援ツールNo.003「笑顔つくりゲーム」

作者名：ししど　ひでお

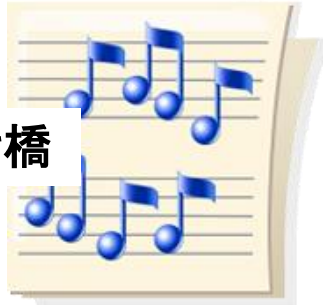
さあ、笑顔で描いてみましょう！

①最初に自分の笑顔を描く
②円の周囲に思いついた絵を描いていく
③描き終えたら周囲の絵の説明をしよう！



「笑顔つくりプロジェクト」

歌は心の架け橋



[歌を通じて介護支援に関係する多くの方々へ笑顔を送ります！]

「幸せになれる こうれい」の出版に至るまでの筆者が感じていたことを本での提言とは異なる「歌(歌詞で表現)」を通じて伝えて行きたいと思い、
介護支援関係者と利用者・家族のための

「笑顔つくりプロジェクト」を立ち上げ活動を始めることにしました。

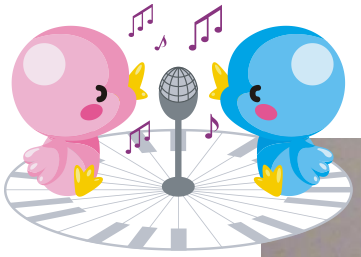
1曲目「素敵な人生とのめぐりあい」(ボーカリストの介護支援テーマ曲：スタート曲)
2曲目「やりきれない人生からの別れ」(同上：グッバイ曲)
3曲目「楽しく笑おう・幸せ音頭」(みんなで一緒に笑顔で歌う曲です。)
4曲目「●●さん、ありがとうのうた」(●●にはヘルパーさんの名前が入ります。)
5曲目「大空に元気をとどけよう」(手足の動きを加えながら一緒に歌う曲です。)
6曲目「楽しくスーパーパンチ」(上半身の運動主体で一緒に歌う曲です。)

継続して作詞中！
15曲まで曲名は考えました。

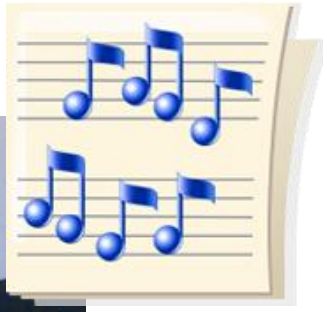
みんなで一緒に

うふっ

心に安らぎ



「ヘルパーさんありがとう」
を歌う中学2年生の百合香さん



うふっ

「素敵な人生とのめぐりあい」（ボーカリストの介護支援テーマ曲：スタート曲）
「●●さん、ありがとうのうた」（●●にはヘルパーさんの名前が入ります。）
「大空に元気をとどけよう」　（手足の動きを加えながら一緒に歌う曲です。）

ヘルパーさん ありがとう

配布なし

作詞　宍戸　芳雄
作曲　塩田　百合香

ヘルパーさん、ありがとう　今日も元気で早起きできた
楽しい一日の始まり　昨日はわがまま言ってごめんなさい

加藤さん、ありがとう　今日のゲームは楽しみです
期待で心が弾みます　みんなで一緒に笑顔になろう

山本さん、ありがとう　今日も食事を美味しく食べた
元気になれて過ごせます　お昼は大好きなカレー楽しみ

鈴木さん、ありがとう　今日も洗濯ごくろうさん
香りも最高、着替えもできる　気分爽快、楽しく過ごそう

岡本さん、ありがとう　三時のおやつが楽しみです
おいしいお茶も感謝です　明日の三時も楽しくなれます

萩本さん、ありがとう　今日は家族が来てくれた
娘も孫も笑顔です　萩本さんのお蔭です

ヘルパーさん、ありがとう　今日も一日お世話になった
あなたの笑顔が素敵です　涙が出るほど嬉しいよ

ヘルパーさん、ありがとう　（ありがとうと全員で伝え合おう！）
ヘルパーさん、ありがとう
ヘルパーさん、ありがとう
ヘルパーさん、ありがとう

素敵な人生とのめぐりあい

配布なし

作詞　　宍戸　芳雄
補作詞　塩田　芳享
作曲　　塩田　百合香

この世に生まれ、今日も生きる
本当の幸せは、今を生きていること

何もできずに、親の愛で育つ　そんな幼い日々
学校へ行き　友達ができ　遊びケンカもした

めぐりめぐる人生は出会いと別れの繰り返し
喜びも悲しみも　分かち合いながら
素敵な人とのめぐりあい　それはすばらしい人生

この世に生まれ、今日も生きる
本当の幸せは、今を生きていること

決して平らではない人生　つまずきながら歩く
社会へ出て　先輩に会い　そこで人生を知る

愛に出会い　新しい家族生まれ　命が宿る
育てる喜び感じながら　自分も成長する
素敵な人とのめぐりあい　それはすばらしい人生

人生の年輪を刻み　素敵な日々重ね
たくさんの人と出会い　今の自分がある

めぐりめぐる人生は出会いと別れの繰り返し
喜びも悲しみも　分かち合いながら
素敵な人とのめぐりあい　それはすばらしい人生
素敵な人とのめぐりあい　それはすばらしい人生

認知症の引き戻し活動「スリーA（明るく、頭を使って、あきらめない）」

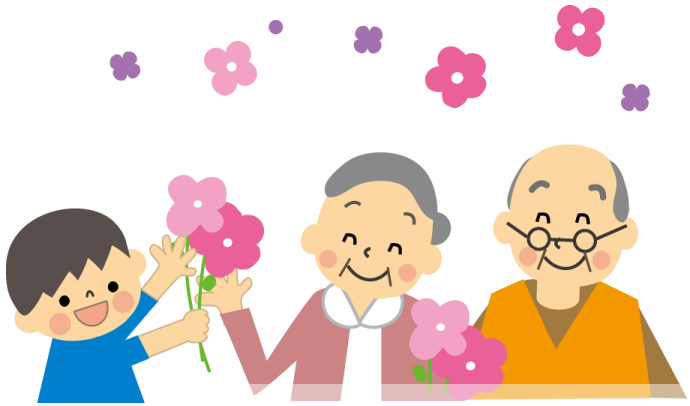
認知症の方の症状を軽減しようとする活動

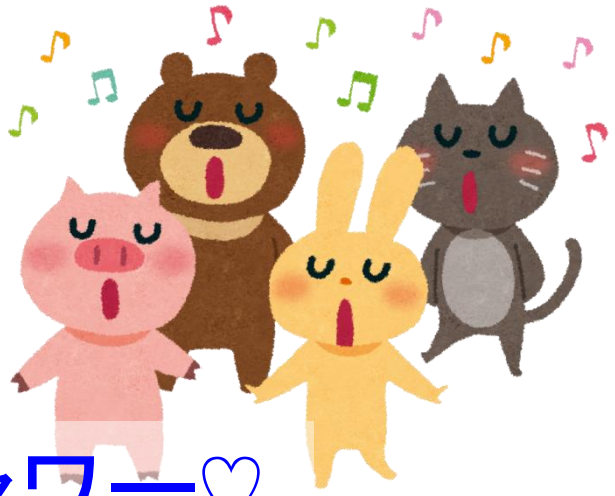
介護費用削減効果もあり注目されています。

「声を出し身体を動かして楽しみ笑顔をつくること」を実行しています。

この活動との協業を計画し介護関係の施設へ訪問してファシリテート役を

笑顔つくりプロジェクトに含めて実行して行きます。

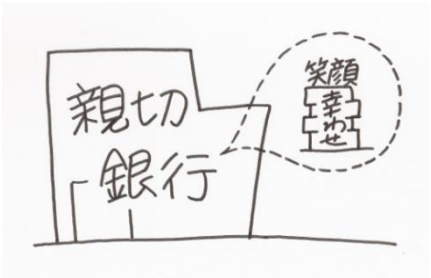




♡優しさのシャワー♡

配布なし

親切貯金



貯蓄額

利息は笑顔

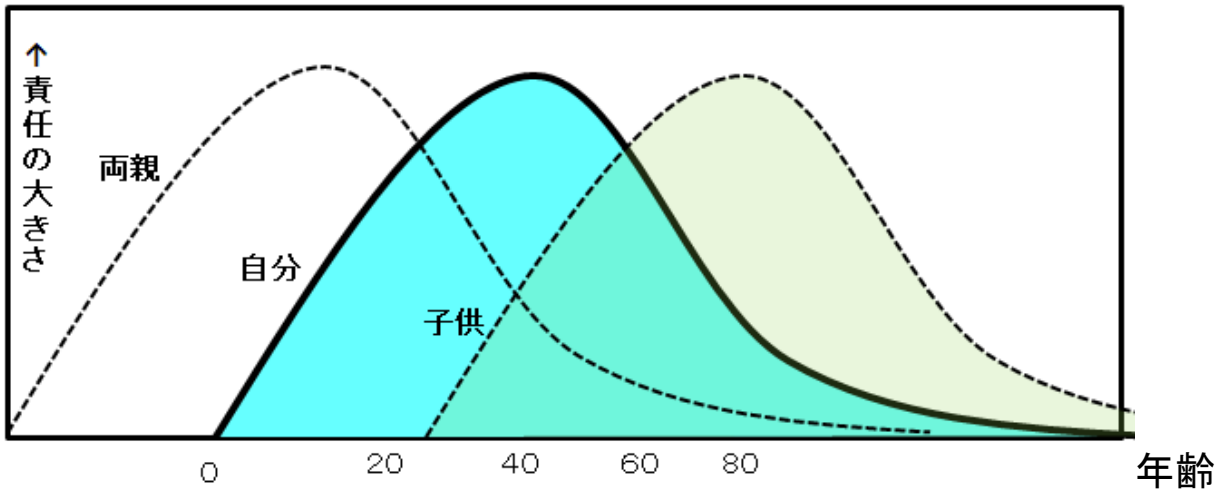
親切銀行

個人の成長

幼児　児童　生徒　学生　社会人　親　中年　高齢

「帳尻サイクル」と呼ばせて頂きます。

配布なし



このグラフの意味は、横軸が年齢で縦軸が責任の大きさを表しています。

自分が0歳の時には、両親が100%の責任を持って育ててくれた。

同じように自分が親になってわが子を責任を持って育てているうちに、

両親の体力も衰え、両親の老後の支援を育ててくれた恩返しとして開始することを示している。

そしてこの支援が、わが身にもわが子からの恩返しとして受け取ることができる。

人生とは、この繰り返しである。

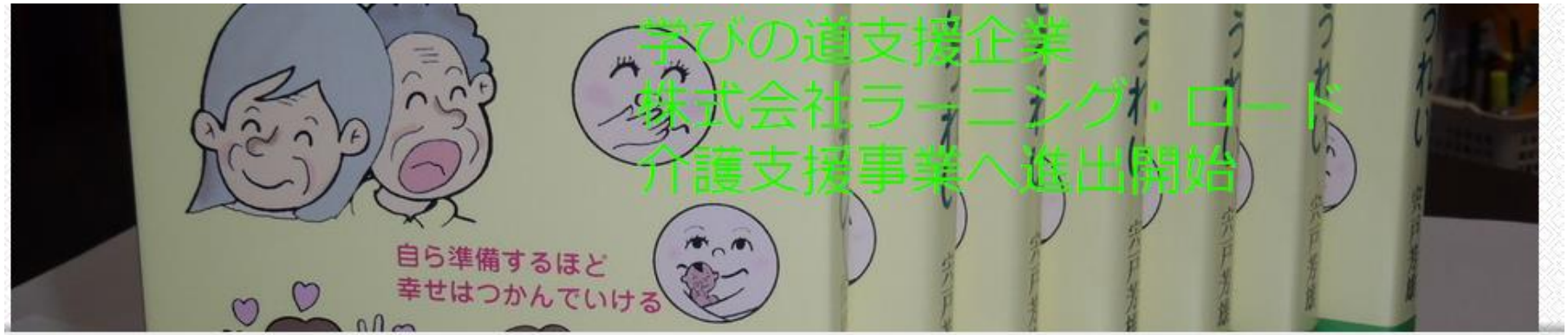
でも悲しいことに子供が

両親へは受けた恩の全てを返すことはできない。

会社名	株式会社ラーニング・ロード http://www.learningroad.co.jp/
設立	2007年5月18日
創業者	宍戸芳雄　　社員は社長のみ
事業内容	企業階層別研修・経営コンサル、医療機器開発コンサル3社、 キャリアカウンセラー養成「宍戸塾」2007年から開始、 中小企業基盤整備機構ものづくり支援チーフアドバイザー **介護支援関係書籍執筆出版** **「笑顔つくりプロジェクト」立上げ** **笑顔になれる歌とワーク支援ツールを提供（介護関係施設訪問活動）** **介護関係職員の笑顔で会話のできる能力向上のための人財育成** ・大学生就活のための社会人となるための考え方臨み方講演　等 ・創業者の企業経験（文具事務機・音響機器・ラベルプリンター・医療機器等の開発、製造部門、品質管理、人材育成）からの価値ある気付きを丁寧に解説し学びを促進させます。
著書	2013年6月**「幸せになれる こうれい」**(鳥影社)税込1512円　著者より購入はサイン入
所在地	〒252-0206　神奈川県相模原市中央区淵野辺2－1－30－512
連絡先	TEL：042-757-1206　FAX：042-757-1206　携帯電話：080-5520-6771
お問合わせ	e-mail：learningroad(at)gmail.com ((at)を@に変更してください) 「何でも電話相談」開設　080-5520-6771

社会貢献企業

配布なし



ホーム
2015新年のご挨拶・年賀状紹介
★最新ニュースはこちら！
会社概要
業務内容
アクセス
公開セミナー
笑顔つくりプロジェクト　介護職支援ツール
介護支援の歌つくり

笑顔つくりプロジェクト

介護支援関係者と利用者･家族のための笑顔つくり

[歌を通じて介護支援に関係する多くの方々へ送ります！]

「幸せになれる こうれい」の出版に至るまでの筆者が感じていることを本での提言とは異なる「歌(歌詞で表現)」を通じて伝えて行きたいと思い、介護支援関係者と利用者・家族のための**「笑顔つくりプロジェクト」**を立ち上げました。

著書では伝えきれない思いを歌詞に記し、曲を付けて歌ってもらうことにしました。

思い立ったら直ぐに行動するのが私の取り得です。
慎重な割には突っ走ることもあります。
やはり気分が乗った時が一番です。
作詞家になった気分から５日間で４曲の作詞をしました。
継続して２曲の歌詞をつくり計６曲となりました。
曲名は、以下です。**青文字は2015.1.5時点での完成曲**

1曲目「素敵な人生とのめぐりあい」（介護支援テーマ曲：スタート曲）
2曲目「やりきれない人生からの別れ」（同上：グッバイ曲）
3曲目「楽しく笑おう・幸せ音頭」（みんなで一緒に笑顔で歌う曲です。）
4曲目「●●さん、ありがとうのうた」（●●にはヘルパーさんの名前が入ります。）