

□■受験対策ミニ講座 18号 2020□■（養成所ニュースプラス第24号）

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う緊急事態宣言の範囲が広げられ、厳しい状況が続いています。そんな中、社会福祉振興・試験センターのホームページには『予定どおり実施』とのお知らせがありました（2021年1月13日付）。カレンダーは確実に進んでいきます。不安な時だからこそ、「今できること」をコツコツ続けていきましょう。

コロナ禍で困難さを増している介護現場・・・具体的な介助方法についての問題は、毎年必ず出題されています。冷静に文字を追い、具体的な場面をイメージしながらじっくり考えてみてください。「2つ選べ」を見落とさないように・・・。

■Plus Quiz・・・・・・・・

【問題18】移動の介護に関する次の記述のうち、適切なものを2つ選びなさい。（27回128：高齢者に対する支援と介護保険制度）

1. 全盲の人への移動介助で階段を下るときは、介助者が先に一段下がる。
2. 片麻痺がある人の車いすへの移乗では、車いすを患側の位置に置く。
3. 平地での杖を使用した3点歩行は、杖、患側の足、健側の足の順に動かすように助言する。
4. 片麻痺がある人が杖歩行で階段を上るとき、杖の次に患側の足を出すように助言する。
5. 車いすで段差を下るときは、前向きで降ろす。

答えと解説は最後に記載してあります。

■Plus Column・・・・・・・・

【試験当日を思い浮かべて】

『受験の手引』は確認しましたか？今回の『手引』には、感染症対応として、当日朝、自宅での検温、必ずマスクを着用することの他、「試験当日までは人混みへの外出を避けること」や「咳エチケットの観点からティッシュ・ハンカチを机の上に置いて使用することを認める」などが書かれています。『手引』が配布された半年以上も前から、現在の事態は予測されていたのです。深呼吸をひとつして、心を平静に保ちましょう。このメルマガの『Test Info』でも、国家試験関連のお知らせを紹介しています。確認しておきましょう。社会福祉振興・試験センターからのお知らせ（2020年12月7日付）では、試験会場入口での検温や試験会場や試験室入口での手指消毒の義務付けが書かれています。

「HBの鉛筆またはシャープペンシル」は、これまでと同じ。シャープペンシルなら替え芯も忘れずに。鉛筆なら数本と鉛筆削りも必要です。削りカスがマークシートにつかないよう、何らかの対策を考えておきましょう。プラスチック消しゴムもマークシートを汚してしまわないように、新しいものが2個あると安心です。「筆記用具はとがっているより、適度な丸みがあると時間短縮になる」とは、先輩諸氏からの伝言。ちょっとだけ、練習しておきましょうか。

試験会場の壁に時計があるとは限らず、あっても柱の陰で見えにくいこともあります。目覚まし時計は振動音が迷惑になることなどから不可、持ち込めるのは「時計機能だけの腕時計」、「フタのない懐中時計」だけです。携帯電話は電源を切ってカバンにしまうよう指示されますから、日頃、「携帯頼み」の方はくれぐれもご用心。『手引』には、「電源の切り方やアラームの止め方」を事前に必ず確認しておくことと明記されています。

会場は換気されますが、暖房が効きすぎる場合もあるので、当日は、調節しやすい服装で。いろいろな事態に備えて、ひざかけや使い捨てカイロ、のど飴なども用意しておきましょう。長時間、座り続けるので座布団を持って行った人もいます。上履きと靴袋が必要な会場もあるので、受験票を確認してください。ハンカチ、ティッシュは多めに。タオルが1本あると、防寒にも使えますね。「突然の腹痛に襲われたが、飲みなれた常備薬を持参していたので助かった」という話も聞いています。

当日をイメージして、細々した持ち物を準備しながら、ご自分に必要な仕上げを進める時です。

【Plus Quiz・・・・・・・・答えと解説】

移動・移乗・歩行・更衣の介助、食事の時の姿勢などが頻出です。更衣の動作では「健側から脱ぎ患側から着る（脱健

着患)」が基本とされます。具体的な場面をイメージして、動作を文字に変換してみましょう。ところで、あなたは正しいものを「2つ」選びましたか？

1. ○ 全盲の人が階段を下るときは、介助者が先に一段下がって、段差や危険性を伝えます。
2. × 片麻痺がある人の車いすへの移乗では、車いすは患側ではなく、健側に置くことが望ましいとされています。
3. ○ 片麻痺がある人は麻痺側に傾く傾向があるため、平地移動では、まず杖をついてバランスをとった上で、患側の足を前に出し、最後に健側の足を前に出すように助言します。
4. × 片麻痺がある人が階段を上るときは、まず杖をついてバランスをとりながら健側から階段を上り、最後に患側を引き上げるように助言します。
5. × 車いすで段差を下るときは、介助者は後ろ向きになって後輪を下ろし、次にキャストを上げて後ろに引き、キャストを静かに下ろします。

※掲載内容の転載・再配布はご遠慮ください。

※メール内容に対する個別の対応は行っておりません。

※問い合わせ等については社会福祉士養成所ホームページより行えます。

〒105-0013 東京都港区浜松町 2-7-19 K D X 浜松町ビル 6F

Copyright2016 YoseijoNewsplus