

# チームのまとめ役としての リーダーシップ

1日目

## 自己紹介ゲーム

- テーマ「皆さんの仕事（ケア）に対する夢、哲学、この研修への意気込み事等、お話し下さい。」
- 時間は、一人3分間です。
- 私が、合図をしてから、起立の上始めて下さい。
- 3分が経過したら、合図をだしますので、途中でも止めて次の方（右となりの方）にかわって下さい。

## このゲームの目的

限られた時間の中で日頃とは違った角度から自分を表現することを体験していただきました。

皆さんは、どうだったでしょうか？

日頃、私達は他者の話をどのような姿勢で、どのような関係で、どのような先入観、固定観念で聴いているのでしょうか？

私たちは、どれだけ彼らの理解者となっているのでしょうか？

3

## その人との関係の中で 自己の在り方を認識しよう！

- 強制的に知らない場所や更にまったく知らない人達の中で、これから過ごさなければならないとした時、お互いに少しでも知ることができたら、ちょっと安心しませんか。
- お互いに少し気持ちが楽になれるはずです。
- 彼らと私たちの関係もまた同じです。同じ人間として存在していることを、この研修を通して再確認していただき、リーダーとしての役目を担っていただけると幸いです。

4

それでは、みなさんの御健闘を  
お祈りいたしております。

5

『認知症とは？』

## 厚生労働省のHP

・ 認知症とは「生後いったん正常に発達した種々の精神機能が慢性的に減退・消失することで、日常生活・社会生活を営めない状態」をいいます。

## WHO（世界保健機関）の定義

- ・ いったん発達した知能が、様々な原因で持続的に低下した状態（年をとってもの忘れがひどくなり、生活に支障が出ること）。
- ・ 認知症とは、通常、慢性あるいは進行性の脳の疾患によって生じ、記憶、思考、見当識、概念、理解、計算、学習、言語、判断など多数の高次脳機能の障害からなる症候群である。
- ・ ごく普通に社会生活を送ってきた人が、主に老年期に慢性の脳機能障害に陥り、判断能力等が異常に低下して社会生活に支障をきたす「認知（知能）障害」です。

## ウィキペディア

・ 認知症（にんちしょう、[英](#): Dementia、[独](#): Demenz）は、後天的な[脳](#)の器質的障害により、いったん正常に発達した[知能](#)が低下した状態をいう。これに比し、先天的に脳の器質的障害があり運動の障害や知能発達面での障害などが現れる状態は[知的障害](#)、先天的に[認知](#)の障害がある場合は[認知障害](#)という。[犬](#)や[猫](#)などヒト以外でも発症する。

## 認知症とは（介護保険法上の定義）

（認知症に関する調査研究の推進等）

第五条の二 国及び地方公共団体は、被保険者に対して認知症（脳血管疾患アルツハイマー病その他の要因に基づく脳の器質的な変化により日常生活に支障が生じる程度にまで記憶機能及びその他の認知機能が低下した状態をいう。以下同じ。）に係る適切な保健医療サービス及び福祉サービスを提供するため、認知症の予防、診断及び治療並びに認知症である者の心身の特性に応じた介護方法に関する調査研究の推進並びにその成果の活用に努めるとともに、認知症である者の支援に係る人材の確保及び資質の向上を図るために必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

その1

## 脳血管疾患、アルツハイマー 病その他の要因に基づく

原因となる疾患  
約70～100

その2

## 脳の器質的な変化により

脳という器が壊れてゆく

その3

## 日常生活に支障が生じる 程度にまで

これまでできていたことが  
できたりできなかったりと  
困難と思える状態へと向かう

その4

## 記憶機能及びその他の 認知機能が低下した状態

知的な能力が変化してゆく

## 認知機能とは

### 記憶の機能

- ・ 思い出す、覚える機能

### 見当識の機能

- ・ 時間や場所の見当をつける機能
- ・ 物の名前の見当をつける機能

### 実行機能（行為／認識／言語など）

- ・ 生活するための行為  
（着替え・買い物・掃除・料理・トイレの始末等）
- ・ 言葉で伝えること
- ・ 字が書くこと
- ・ 判断をすること
- ・ 計算をすること
- ・ 同時に複数の事を行うこと 等々

## 認知症とは（介護保険法上からの抜粋）

- ・ 脳血管疾患、アルツハイマー病その他の要因に基づく
- ・ 脳の器質的な変化により
- ・ 日常生活に支障が生じる程度にまで
- ・ 記憶機能及びその他の認知機能が低下した状態をいう。

# 『認知症ケアとは？』

『点』から『線』へ  
そして『面』への話し

お茶を飲むまで

もっと具体的に  
わかりやすく  
皆さんの  
身近な出来事を通して  
考えてみます

困っているポイントはここ！！

## 日常生活に支障が生じる

これまでできていたことが  
できたりできなかったりと  
困難と思える状態へと向かう

お茶を飲むまで

～「お茶を飲むまで」の思考と認識と行為と感情の関係～

お茶が飲みたいと思う	台所へ歩く
正座の状態からテーブルに両手をつく	お湯を沸かそうと思う
左足は立てひざを保つ	やかんを手にする
右の足の裏を床につける	やかんのふたをとる
テーブルに置いた両手に体重をかける（この時点	やかんの水を入れる口を水道の蛇口に合わせる
で、よっこいしょ！と出る）	左手にやかんを持ち
左の足の裏を床につける	右手で蛇口をひねる
前傾姿勢を両手で支える	水の量を確認しながら適量を入れる
腰を伸ばしながら立ち上がる	やかんのふたを閉める
台所へ向きを変える	

～「お茶を飲むまで」の思考と認識と行為と感情の関係～

やかんをコンロに置く	お茶っ葉の入った筒のふたを開ける
コンロのダイヤルを回す	筒のふたを左手に持つ
火力を調節する	右手で筒を持ち
やかんの様子を気にかける	筒のふたに適量のお茶っ葉を入れる
お茶っ葉のある場所の見当をつける	急須のふたをとり
左手で食器棚の扉を開ける	急須にお茶っ葉を入れる
お茶っ葉の入った筒を探す	お湯が沸いたか気にかける
右手で食器棚からお茶っ葉が入った筒を取り	お湯の沸き具合を音でも確認する
出し置く	お湯が沸いたかどうか湯気の出具合で確認する
食器棚から急須を取り出し置く	お湯が沸いたことを認識する
食器棚から湯飲み茶碗を取り出し置く	コンロのダイヤルを回し火と止める
食器棚の扉を閉める	

～「お茶を飲むまで」の思考と認識と行為と感情の関係～

やかんを持ち上げ	居間へ歩く（慎重に歩く）
沸いたお湯を適量急須に注ぎこむ	居間のテーブルにお茶の入った湯のみ茶碗を置く
急須のふたを閉める	両手をテーブルにつき座る（よっこらしよ！と口が
湯飲み茶碗にお湯を適量入れる（湯のみ茶碗を温めるため）	ら出る）
やかんをコンロの上に戻す	楽な体勢になる
湯飲み茶碗のお湯を捨てる	右手に湯飲み茶碗を持つ
湯飲み茶碗に急須に入っているお茶を注ぎこむ	左手で底を支える持つ
湯飲み茶碗を持つ	両手で丁寧に持ちゆっくりと火傷しないよう口元に近づける
	熱さを確認しながら口に注ぎ込み飲む

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』

～思考や認識や行為や感情の関係の繋がりによって達成される～

- 私達は、普段の生活において、このように細かい思考や認識や行為や感情の関係の連続であることまで考えたり、意識してお茶を淹れない。
- だから、いざ分析してみると多くの人は大雑把に分類することになる。
- しかし、ここで思い出したことは、「お茶を飲むまで」と言う行為は、このように様々な思考や認識や行為や感情の関係の集まりということ。
- その一つひとつが繋がりがあって一連の生活動作として、若しくは生命活動として自然にやっつけている。

『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
 ～思考や認識や行為や感情の関係の繋がりによって達成される～

- 一つの思考や認識や行為や感情を「点」と考えるのであれば、その「点」の一つひとつが出来ると同時に、繋がってはじめて線となり、一つの目的を達成することで、面となり、生活に広がり潤いをもたせている。
- しかし、この「点」のどこかが、自然の変化である老化或いは、ある種の疾病や障害又は不自由であったり、更に「点」を阻害するような他の力が加わったとしたら果たしてどうなるであろうか。
- 間違いなく目的は達成されず、お茶を飲むことはできないであろう。目的が達成されるどころか、途中で戸惑い、混乱し、不安になるであろう。自分を責める人もあれば、他のせいにする人もいるであろう。

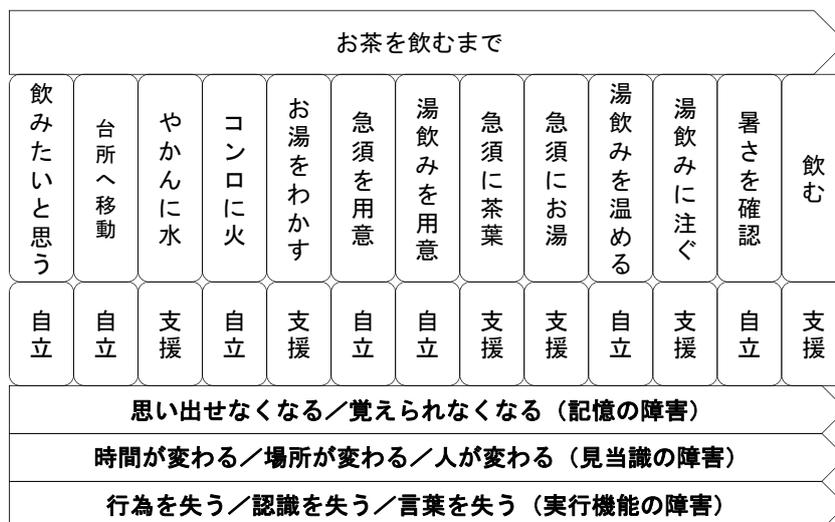
『私たちの中で起こっている認知機能の理解』  
 知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

- 認知機能の変化によって、生活に不自由を感じる。
- 記憶、見当、実行機能の不自由がその中枢にあるとすれば、「お茶を飲むまで」の一連の思考や認識や行為や感情の関係に不適應な状態をきたす事は言うまでもない。
- ましてや、今までできていたことが出来なくなってゆく様を経験するのは、耐え難い経験とを感じる人もいる。

## 『私たちの中で起こっている認知機能の理解』 知る⇒経験する⇒感じる⇒気づく の繰り返し

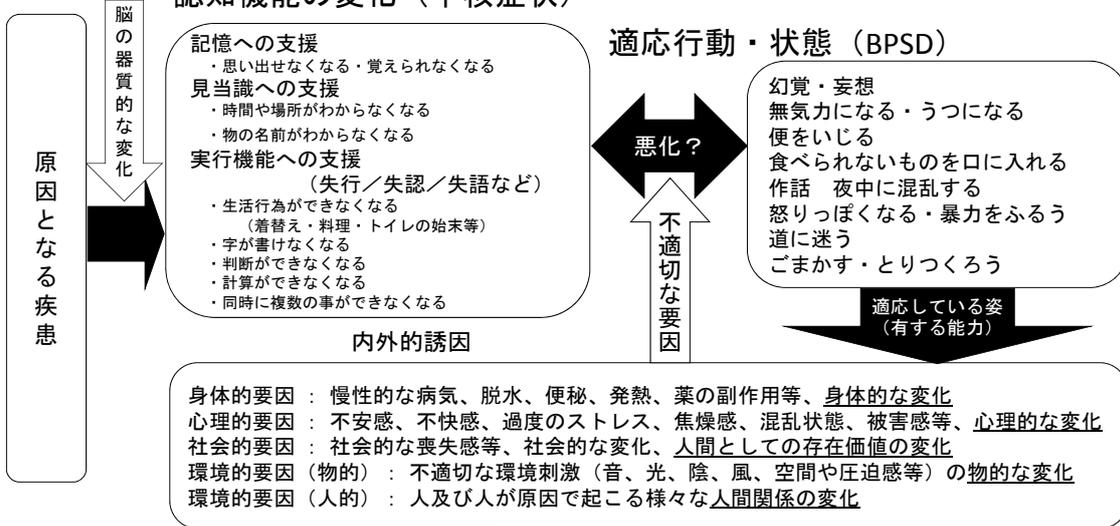
- 様々な不自由に照らし合わせれば、それぞれに違う支援がいる。彼らの不適応を知るということは、生活をベースとした、この一連の思考や認識や行為や感情の関係を分析できる力とそこから彼らの不適応に対する支援を届ける力を持つこと。
- 私たちの専門性とは、「ひとの生活の営みの中で起こる変化」を知り、経験し、感じ、気づくことであり、健全な生命活動の支援につなげてゆくこと。
- 確かに「認知症の理解」も大切だが、その前に「ひとの営みの理解」が先だろうと思う。

## 生活の支援のポイント 『生活の点の見極めから線へ繋げる（生活の再構築）』 認知症の状態にある人の生活行為の困りごとと支援の仕組み



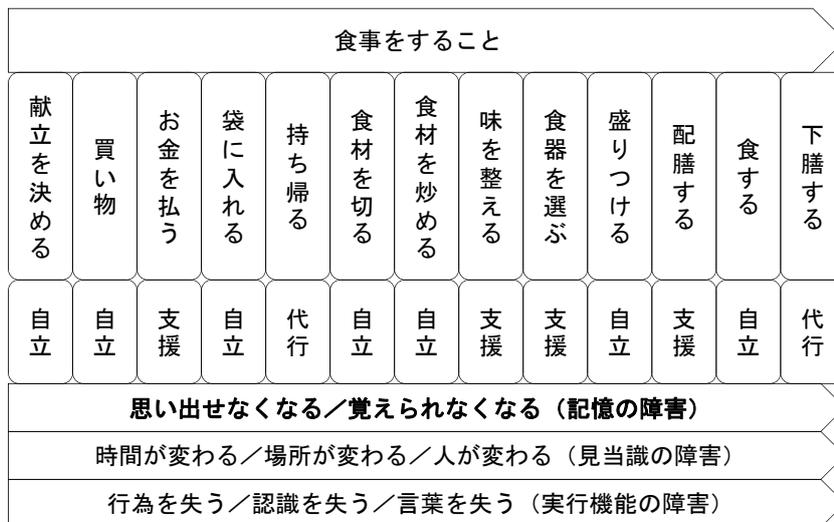
# 『人』と『認知症』の繋がり図（全体像）

## 認知機能の変化（中核症状）



人（宮崎さん）の過去・現在・未来・終末

## 生活の支援のポイント 『生活の点の見極めから線へ繋げる（生活の再構築）』 認知症の状態にある人の生活行為の困りごとと支援の仕組み



## 認知症というのは

認知機能の障害が複雑に絡み合うことによって  
生活がうまくいかにいかなくなってゆくことをいうのです

## その人の持つ 認知症をケアするという事は

ですから生活をベースに  
どの機能等が複雑に絡み合っ  
てうかいかないのかを見極めながら  
支援ゆことであり  
大事なことなんです

## 『認知症と人への対応のしかた』

### 認知症と人の5つの繋がり支援フロー(Flow)

- ①心地よく良好な関係づくり（日常的に・な）
- ②支援の前の準備・備え・仕掛けを用意する
- ③仕掛けへの誘い（いざない）・そそり・導き
- ④心地好い展開（ライフヒストリーや嗜好などを活用）
- ⑤心地好い締めと結びと再会の約束（良好な印象づけ）

## 不適切な（行うべきではない）関わり方

- 不適切な態度
- 不適切な言葉づかい
- もの忘れに対する不適応な対応
- 早口や理解できない言葉を使うこと
- 無理強いや強制すること

## 控えた方がいい不適切なかかわり（北海道編）

- なんでできないのさ？
- 忘れちゃったのかい？
- 前はできてたのにね？
- ダメだべさ！
- なにしてんのさ！
- そんなこともできないのかい？
- ちゃんとしてや！
- 早くして！
- あらららららら～！

## チームケアのための演習

### チームとは？

チームの意

- ①共同で仕事をする一団の人
- ②二組以上に分かれて行う競技のそれぞれの組

## ちなみに

### □チーム医療の意

医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師・栄養士などが、それぞれの専門知識や技術を生かし、協力して行う治療

### □チーム・カラー

- ① そのチームを象徴する色。
- ② そのチームの個性や特色。

### □チーム・ティーチング

複数の教師が協力しあって、幾つかの学級の児童・生徒を教えること。また複数の教師が授業を共同で行うこと。協力授業。

### □チーム・プレー

団体競技や仕事で、個人の成績よりも全体の好結果のために各人が協力し合う行動。

### □チーム・メート

同じチームの仲間

### □チーム・リーダー

チームの先頭に立って他を率いる人。チーム内で指導的な立場にある者。

### □チーム・ワーク

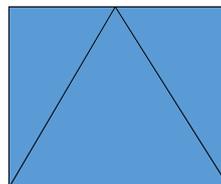
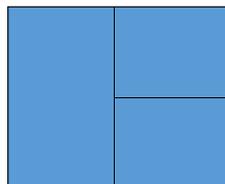
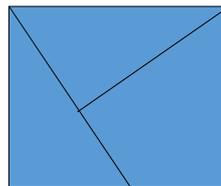
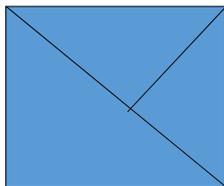
チームの共同作業。一団の人々の連帯。

# チームビルディング

## ゲームの内容

- 異なった形の組み合わせで、4人共通した形（同じ大きさの同じ形が4つできます）を作り上げるゲームです。
- これから皆さんに封筒をお渡しします。
- その封筒の中にそれぞれ異なった形が3枚入っています。
- 封筒の中身をテーブルの中心に集め、かき混ぜていただきます。
- その後、自分の手元まで3枚の形を取っていただきます。
- ただ、今手元にある形で共通した形ができるとは限りません。
- これから説明するルールに従って、互いの持っている形のやり取りの中で、共通した一つの形を作り上げるというゲームです。

例えば、こんな具合になります



## ルール説明

- 決して言葉を発してはいけません。
- 決して相手に要求してはいけません。
- 決して合図を送ってはいけません。
- 自分の手元には必ず一つの形をキープしてして下さい。
- 相手にあげることはできます。（複数可）
- 決して中途半端な渡し方はしないで下さい。
- いただける形を拒否することはできません。
- もらったら必ず「ありがとうございます」を言って下さい。  
(唯一言葉を発して良い時です)

それでは、みなさんの御健闘をお祈りいたしております。

## グループ・ディスカッション

### テーマ

『チームでひとつの仕事を遂行するために・・・』

大切なことは何だったのでしょうか？

プレゼンタイム

## 大切な事

- 想像力を働かせる・周りをみること・目標を明確にすること・固定概念をなくすこと
- アピールすること・相手を見る・ちゃんと合わせる事・気づき協力アシストする力
- 見方を変える・切り替える事・相手に渡してみる・たくしてみる
- 可能性を広げる違う発想がでるかもしれない・とにかくやってみる・かかえこまない
- 思い込みをしない・待つ焦らない・コミュニケーションやアドバイス・ひとつの方向性
- 目標を作る大切さ・言葉の大切さ
- 追い込まれると視野が狭くなるので、落ち着いてから情報を発信する
- 主体性を持つ・リーダーシップを持つ・相手を信じること・情報を絞り込む
- 情報を流す事・具体的な行動を起こすこと
- 先入観にとらわれない・忍耐と我慢・相手を観察すること・焦りは禁物

## チームビルディング

### •ゲームの目的

グループ、組織、チームの中で、ひとつの共通の目標を達成するためには、それぞれが関係の中で自分の役目を認識し、その目標に向けたプロセス（過程）を共有し、それぞれが具体的なアクション（行動）を起こしているかが問われるという事を体感していただきました。

### チームケアのポイント

『コミュニケーションの前に交感力である』

# 人材育成（まとめ）

人材育成とリーダーシップとチームアプローチ

## 『わかろうと』するための7つの習慣

1. 「わかろうとする力」「共感しようとする力」⇒  
「一旦受け止める力」

「受」に「心」を加えると ⇒ 『愛』になる  
「その人の事情、都合、そうする理由、考え、価値観などを  
理解しようとする事」



理解することではない！

一番の“支援”です

## 『わかろうと』するための7つの習慣

### 2. 『正しい合戦』にしない

お互いの“正しさ”をぶつけあうから喧嘩になる

「べき」「ねば」を開放してみる

「認めてはいるけども、嫌い」はOK！

## 『わかろうと』するための7つの習慣

### 3. “反論のための材料”を探さない

コツは、『ただ、一度“受け止める”』 それだけでいい

受け止めるための魔法の言葉

『へえ～、そうなんだ』

## 『わかろうと』するための7つの習慣

### 4. 「ちゃんと言う・尋ねる」をする

受け取るために一番大事なのは『言う・尋ねる勇気』を持つこと

いつも自分の気持ちをちゃんと言っている人は、人の話もしっかりと聞いています

## 『わかろうと』するための7つの習慣

### 5. 自分の気持ちにウソをつかない

なんのために言うのか⇒自分の気持ちにウソをつかないため  
決して相手にわかってもらうために言うのではない

何度も言いますが、自分のことはわかってもらえない  
相手のことをわかるはずもない

認知機能が変化する状態にある方々の気持ちわかりますか？

## 『わかろうと』するための7つの習慣

### 6. 「受け取りやすい言い方をする」

ポイント ⇒ 自分の気持ちを差し出す感じ ⇒ 『告白』

感情的な剛速球を投げないこと

## 『わかろうと』するための7つの習慣

### 7. 『個人の感想』と『その理由』を言う

「私はこういう意味で受け取った」という理由をつけ加える

例えば

「すごく悲しかった」「すごく腹が立った」

「なぜかというと、あなたに無視されたように勝手に感じたから」  
つまり、私個人の感想と、そして“そう感じた理由”を告白

これを覚えておくと、自分の“本心”にも気づける

### セルフ（ストレス）マネジメントにとっての 7つの大切なこと（習慣）

- わかろうとすること
- 自分の「べき」「ねば」を開放してみること
- まずは受け止めること 「へ～そうなんだ」
- ちゃんと尋ねること
- 自分にウソをつかないこと
- 受け取りやすい言い方をすること
- 自分の心を見つめる機会を持つこと

### チームマネジメントにとっての 4つの大切なこと

- ・ チームで合意形成しているか？
- ・ チームで共有しているか？
- ・ チームで同じ方向を向いているか？
- ・ 又は、そうなるようそれぞれが努めているか？

## トップマネジメントにとって 3つの大切なこと

- 決断をする
- スタッフが自由に仕事しやすい環境を創ること
- 責任をとる

## トップの哲学（5つの経営覚悟） 2014 宮崎直人

- ①自ら考え自ら行動できること～自律
- ②意見を尊重すること～尊重
- ③話し合い修整すること～共有
- ④職場は自分たちで築くこと～創造
- ⑤我よりも能力ある者と共に働ける技をもつこと～協同

# チームビルディングデモ

P・Pゲーム

職場の喜びは  
何をするかとは関係なく  
何を目的としているかによって決まる

どんな姿勢で取り組み  
どんな気持ちで  
どんな目的でしているか  
それによって活動が真の喜びになる

## 『チームケアの本質』

- わたしたちはパズルのピースである
- 一人一人 形は違うが
- それぞれがとても重要な役割を持っている
- 自分の場所で誇らしく輝きなさい
- それぞれの場所に収まった時
- 目指していた世界が完成する

ありがとうございました