

5月の生活支援技術の授業は4回（8時間）の予定でした。今回の課題は2枚（両面印刷）です。

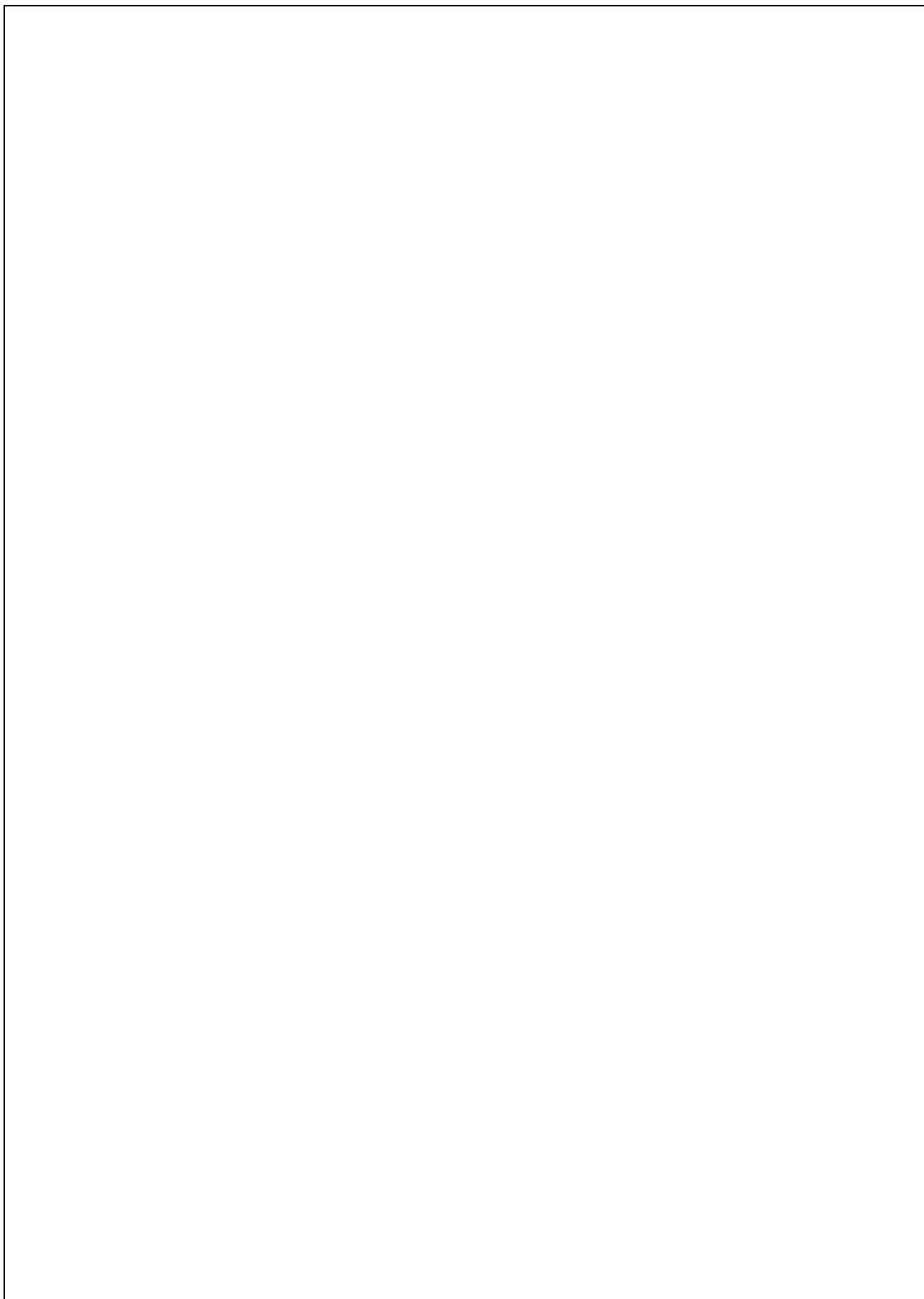
①「ボディメカニクス」についてまとめる。

[思考・判断・表現]

（教科書P76, 77）（介護職員初任者研修テキストp36, 37, 128, 129, 261）

裏にも記入しましょう。

用紙が足りない場合は自分で追加し、提出の際はホチキスでとめて提出してください。



用紙が足りない場合は自分で追加し，提出の際はホチキスでとめて提出してください。

②「睡眠の介護」（教科書 p 1 2 2 ～ 1 2 9）下記の言葉を説明しなさい。

[知識・技能]

1. 睡眠

2. サーカディアンリズム

3. レム睡眠

4. ノンレム睡眠

5. 体内時計

6. 睡眠時間

7. メラトニン

8. 睡眠障害

4つのパターンがある。

① () …

② () …

③ () …

④ () …

9. 寝室の環境整備

10. 不感蒸せつ

11. 就寝儀式

12. 体位変換

13. 夜間せん妄

14. 睡眠剤使用の留意点

- ・

- ・

- ・

☆「睡眠の意味」と「睡眠に関するからだのしくみ」について学習しましたが、人間にとって睡眠とはどのようなものだと思いましたか。

[主体的に取り組む態度]