



care labo
イーケアラボ

配信中コンテンツ一覧
～6月24日更新～

<目次>

A : テーマ別研修① (教科 : 1~70) -----	A-1~A-35	B : テーマ別研修② (教科 : 71~) ※2024年1月配信分から-----	B-1~B5
C : 階層別研修-----	C-1~C-4	D : 職種別研修-----	D-1
E : 章ごと・まとめて再生-----	E-1~E-7	F : アクティビティ支援ツール-----	F-1~F-3

法定研修

認知症ケアに関する研修

認知症 基礎<福嶋 潤一> -----	A-2	認知症 応用<福嶋 潤一> -----	A-3
実践・認知症ケア<リスクマネジメント 木村 誠> -----	A-17	認知症の基礎知識<森 幸夫> -----	B-3
認知症のケア<森 幸夫> -----	B-3	認知症高齢者の権利を守る<森 幸夫> -----	B-3

利用者のプライバシー保護に関する研修

プライバシーの保護<福嶋 潤一> -----	A-8~A-9	プライバシーの保護<金山 峰之> -----	A-22
プライバシー保護の取り組み<森 ゆき> -----	A-27		

接遇に関する研修

接遇・マナー<菊地 みほ> -----	A-6~A-7	元NHKキャスターが伝える接遇研修<相澤 静> -----	A-26~A-27
接遇に関する研修<小関 昇平> -----	A-35		

倫理・法令遵守に関する研修

倫理及び法令順守<福嶋 潤一> -----	A-7~A-8	倫理及び法令遵守に関する研修<前川 武嗣> -----	A-21
-----------------------	---------	-----------------------------	------

事故の発生、予防、再発防止に関する研修

介助場面でのリスクマネジメント (事故防止と再発防止) <福嶋 潤一> -----	A-8	事故発生と再発防止<金山 峰之> -----	A-21~A-22
事故防止・腰痛対策に関する研修<ラックヘルスケア> -----	A-22	事故発生又は再発防止<健芯会ライフクリニック 馬場博文> -----	A-31

緊急時の対応に関する研修

緊急時の対応に関する研修<川崎 英夫> -----	A-11~A-13	緊急時の対応<森 幸夫> -----	A-30~A-31
---------------------------	-----------	--------------------	-----------

感染症及び食中毒の発生の予防及びまん延の防止に関する研修

00新型コロナウイルス感染症予防対策<ツクイ>-----	A-1	感染症<福嶋 潤一>-----	A-1~A-2
感染症・食中毒の予防及び蔓延防止に関する研修<田原 ひとみ>-----	A-23~A-24	感染症・食中毒の予防及びまん延防止<鈴木 夕子>-----	A-24~A-25
食中毒予防<森 幸夫>-----	A-28		

高齢者虐待防止関連法を含む虐待防止に関する研修

虐待・身体拘束<福嶋 潤一>-----	A-1	虐待防止の基礎<金山 峰之>-----	A-18~A-19
虐待防止の基礎<鈴木 貴彦>-----	A-25	虐待～専門職として知っておきたい視点～<木村 誠>-----	A-33

身体拘束の排除に関する研修

身体拘束防止の基礎<金山 峰之>-----	A-19	身体拘束防止の基礎<鈴木 貴彦>-----	A-25
身体拘束～専門職として知っておきたい視点～<木村 誠>-----	A-33		

非常災害時の対応に関する研修

非常災害時の対応に関する研修<須賀 啓臣>-----	A-13~A-14	非常災害に関する研修<田原 ひとみ>-----	A-22~A-23
----------------------------	-----------	-------------------------	-----------

介護予防及び要介護度進行予防に関する研修

介護予防及び要介護度進行予防<林 悠太>-----	A-9	介護予防及び要介護度進行予防に関する研修<有人宇宙システム株式会社>---	A-17
介護予防及び要介護度進行予防<健芯会 馬場 博文>-----	A-33~A-34		

従業者に対する医療に関する教育、研修

医療に関する教育・研修<永澤 彩加>-----	A-9~A-10	医療に関する研修<鈴木 夕子>-----	A-24
介護業界で知っておきたい医療知識<鈴木 夕子>-----	A-29	医療に関する教育・研修Ⅰ<徳山 和宏>-----	B-4
医療に関する教育・研修Ⅱ<徳山 和宏>-----	B-4~B-5		

ターミナルケア（終末医療）に関する従業者研修

ターミナルケアに関する研修<大波 由香子>-----	A-10	介護施設におけるターミナルケア<鈴木 夕子>-----	A-29
----------------------------	------	-----------------------------	------

精神的ケアに関する従業者研修

精神的ケアに関する研修<進藤 浩康>-----	A-10	精神的ケアに関する研修<井手 敏郎>-----	A-14~A-15
精神的ケア(グリーンケア)<鈴木 夕子>-----	A-29~A-30		

障がい分野

介護事業者向け 障がいに関する研修<鈴木 貴彦> -----	A-28~A-29	権利擁護に関する研修<鈴木 貴彦> -----	A-29
高齢者事業者向け 障がいに関する研修<木村 誠> -----	B-3~B-4	権利擁護に関する研修<木村 誠> -----	B-4

褥瘡に関して

褥瘡について知っトク講座<健芯会 高石 知洋> -----	A-34	褥瘡について知っトク講座 第二弾<健芯会 高石 知洋> -----	B-1
-------------------------------	------	-----------------------------------	-----

介護技術関連動画

介助技術の基礎知識<福嶋 潤一> -----	A-3~A-4	移乗介助<福嶋 潤一> -----	A-4
歩行介助<福嶋 潤一> -----	A-4	車いすを使った移動介助<福嶋 潤一> -----	A-4
食事介助<福嶋 潤一> -----	A-4~A-5	排泄介助<協力 KOYOディスプレイ> -----	A-5~A-6
間接業務<福嶋 潤一> -----	A-15~A-16	口腔ケア<日本訪問歯科協会・口腔ケアチャンネルより> -----	A-17~A-18
排泄介助<前川 武嗣> -----	A-31	排泄ケア 基本編<大関 美里> -----	A-31~A-32
排泄ケア 実践・応用編<大関 美里> -----	A-32	排泄ケア 実技編<大関 美里> -----	A-32~A-33

レクリエーション関連

レクリエーションの工夫・コツ（レクシル提供）2022年度版 -----	A-25~A-26	レクリエーション動画 2022年度版<レクシル> -----	F-1~F-2
レクリエーション動画 2023年度版<レクシル> -----	F-2~F-3	生き生き音読ワーク<折江 ふみ> -----	F-3

その他おすすめコンテンツ

チームワーク<菊池 みほ> -----	A-7	モチベーションマネジメント<菊池 みほ> -----	A-7
クレーム対応力<山郷 政史> -----	A-8	メンタルヘルスに関する研修<宮沢 佳子> -----	A-15
ハラスメントに関する研修<宮沢 佳子> -----	A-15	BCP関連<寺岡 純子> -----	A-19~A-20
ハラスメント防止<森 ゆき> -----	A-27~A-28	令和6年度 介護報酬改定の解説 <金谷 勇歩> -----	B-1~B-2
える入浴介助<健芯会 馬場 博文> -----	B-5	新規採用職員（新人対象）<菊池 みほ> -----	C-1
リーダーシップ（中堅以上対象）<菊池 みほ> -----	C-1	指導・育成力（中堅以上対象）<山郷 政史> -----	C-1~C-2
新人定着力（管理監督職対象）<山郷 政史> -----	C-2~C-3	メンタルヘルス～部下と職場を守る～<庄司 順子> -----	C-3~C-4

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

A：テーマ別一覧①（教科：1～70）

法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	00新型コロナウイルス感染症予防対策<ツクイ>	第1章 新型コロナウイルス感染症予防対策 【54分44秒】	①手洗い・手指消毒【約5分】	4分49秒	T00-01-01
			②マスク咳エチケット【約2分】	1分46秒	T00-01-02
			③グローブの着脱方法【約2分】	1分55秒	T00-01-03
			④ガウンテクニック【約5分】	4分36秒	T00-01-04
			⑤汚染物の廃棄【約1分】	1分12秒	T00-01-05
			⑥環境整備【約2分】	1分41秒	T00-01-06
			⑦設備備品・器材消毒【約4分】	3分51秒	T00-01-07
			⑧出勤・退勤【約2分】	2分09秒	T00-01-08
			⑨送迎・車両運転【約2分】	2分15秒	T00-01-09
			⑩移動・移乗介助【約4分】	3分45秒	T00-01-10
			⑪入浴介助の留意点および衣服・リネンの洗浄【約3分】	2分41秒	T00-01-11
			⑫トイレ・排泄介助(感染対応含む)【約2分】	2分22秒	T00-01-12
			⑬機能訓練・レクリエーション【約2分】	1分38秒	T00-01-13
			⑭食事介助【約2分】	1分33秒	T00-01-14
			⑮口腔ケア【約2分】	2分28秒	T00-01-15
			⑯スタッフ休憩時【約1分】	1分17秒	T00-01-16
			⑰来訪者対応(来客・求職者・業者)【約2分】	1分38秒	T00-01-17
			⑱訪問時・サービス担当者会議【約3分】	2分38秒	T00-01-18
			⑲感染疑いが発生した際の業務フロー【約6分】	5分46秒	T00-01-19
			⑳感染者及び感染疑いの食事対応の注意点【約2分】	1分46秒	T00-01-20
			㉑ゾーニング【約3分】	2分58秒	T00-01-21
法定	01虐待・身体拘束<福嶋 潤一>	第1章 虐待の基礎知識 【19分35秒】	①虐待防止を学ぶ大切さ【約5分】	4分58秒	T01-01-01
			②時代的变化を考える【約5分】	4分48秒	T01-01-02
			③目を向けるべき虐待とは【約5分】	4分33秒	T01-01-03
			④虐待が起こる原因を考える【約5分】	5分16秒	T01-01-04
		第2章 身体拘束 【22分23秒】	①身体拘束とは何か【約4分】	4分27秒	T01-02-01
			②特に気を付けたい三大ロック【約5分】	5分15秒	T01-02-02
			③身体拘束の弊害【約8分】	7分41秒	T01-02-03
			④身体拘束の例外規定【約5分】	5分00秒	T01-02-04
法定	02感染症<福嶋 潤一>	第1章 感染症の基礎知識 【37分07秒】	①感染症とは【約5分】	5分22秒	T02-01-01
			②感染症の種類と原因～インフルエンザ～【約4分】	4分20秒	T02-01-02
			③感染症の種類と原因～ノロウイルス～【約5分】	4分53秒	T02-01-03
			④感染症の種類と原因～肝炎～【約3分】	3分18秒	T02-01-04
			⑤感染症の種類と原因～疥癬～【約4分】	4分29秒	T02-01-05

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	02感染症<福嶋 潤一>	第1章 感染症の基礎知識 【37分07秒】	⑥早期発見、対応のポイント【約5分】	5分28秒	T02-01-06
			⑦診断後の対応の原則【約3分】	3分16秒	T02-01-07
			⑧吐しゃ物への対処 準備物するもの【約3分】	2分36秒	T02-01-08
			⑨吐しゃ物への対処 手順【約2分】	2分23秒	T02-01-09
			⑩吐しゃ物への対処 ポイント【約1分】	1分02秒	T02-01-10
		第2章 スタンダードプリコーション 【19分26秒】	①スタンダードプリコーションとは【約3分】	2分54秒	T02-02-01
			②手洗い、うがいの原則【約7分】	6分44秒	T02-02-02
			③マスク、手袋の使い方【約6分】	6分04秒	T02-02-03
			④発症を予防する工夫【約4分】	3分44秒	T02-02-04
			法定	03認知症 基礎<福嶋 潤一>	第1章 認知症の理解 【35分20秒】
②認知症ケアを学ぶ大切さ【約6分】	5分53秒	T03-01-02			
③認知症の種類と特徴 アルツハイマー型認知症【約9分】	8分38秒	T03-01-03			
④認知症の種類と特徴 脳血管型認知症【約4分】	4分19秒	T03-01-04			
⑤認知症の種類と特徴 レビー小体型認知症【約5分】	5分18秒	T03-01-05			
⑥認知症の種類と特徴 前頭側頭型認知症（ピック病）【約5分】	4分37秒	T03-01-06			
第2章 認知症ケアの基礎 【37分52秒】	①中核症状と周辺症状（BPSD）を見分ける【約11分】	11分24秒			T03-02-01
	②パーソンセンタードケアの理解と実践【約7分】	6分58秒			T03-02-02
	③認知症ケアの原則1【約6分】	5分48秒			T03-02-03
	④認知症ケアの原則2【約4分】	3分36秒			T03-02-04
	⑤認知症ケアの原則3【約4分】	4分20秒	T03-02-05		
	⑥認知症ケアの原則4【約6分】	5分46秒	T03-02-06		
第3章 中核症状 種類と対応 【17分12秒】	①中核症状 記憶障害【約7分】	6分46秒	T03-03-01		
	②中核症状 見当識障害【約6分】	5分55秒	T03-03-02		
	③中核症状 判断力障害【約4分】	3分34秒	T03-03-03		
	④中核症状 実行機能障害【約3分】	3分12秒	T03-03-04		
	⑤中核症状 失認【約3分】	2分56秒	T03-03-05		
	⑥中核症状 失行【約5分】	4分49秒	T03-03-06		
第4章 周辺症状 種類と対応 【43分00秒】	①周辺症状 興奮・暴力【約4分】	4分07秒	T03-04-01		
	②周辺症状 徘徊【約5分】	5分07秒	T03-04-02		
	③周辺症状 妄想・作話【約6分】	5分39秒	T03-04-03		
	④周辺症状 幻覚（幻視・幻聴）【約3分】	3分15秒	T03-04-04		
	⑤周辺症状 多弁・多動【約4分】	4分16秒	T03-04-05		
	⑥周辺症状 昼夜逆転【約5分】	4分49秒	T03-04-06		
	⑦周辺症状 収集癖【約5分】	5分02秒	T03-04-07		
	⑧周辺症状 不潔行為（弄便など）【約7分】	6分32秒	T03-04-08		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
	03認知症 基礎<福嶋 潤一>	第4章 周辺症状 種類と対応【43分00秒】	⑨周辺症状のまとめ【約4分】	4分13秒	T03-04-09
法定	04認知症 応用<福嶋 潤一>	第1章 介護過程の理解 【24分55秒】	①ケアプランと介護過程の関連【約7分】	6分46秒	T04-01-01
			②ステップ1 情報収集・分析【約6分】	6分05秒	T04-01-02
③ステップ2 課題の把握【約3分】			3分26秒	T04-01-03	
④ステップ3 計画立案【約5分】			4分55秒	T04-01-04	
⑤ステップ4 実践・評価【約4分】			3分43秒	T04-01-05	
法定		第2章 対応力の強化を考える 【27分05秒】	①対応の引き出しを増やす【約5分】	4分36秒	T04-02-01
			②一つひとつの質を高める 見る【約6分】	5分57秒	T04-02-02
			③一つひとつの質を高める 触れる【約6分】	5分49秒	T04-02-03
			④一つひとつの質を高める 話す【約7分】	6分42秒	T04-02-04
			⑤一つひとつの質を高める 立つ【約4分】	4分01秒	T04-02-05
法定	第3章 認知症ケアアプローチの実践 【17分29秒】	①認識を介したアプローチ【約4分】	3分43秒	T04-03-01	
		②行動を介したアプローチ【約4分】	4分05秒	T04-03-02	
		③感情・感覚を介したアプローチ【約5分】	4分48秒	T04-03-03	
		④刺激を介したアプローチ【約5分】	4分53秒	T04-03-04	
	05介助技術の基礎知識<福嶋 潤一>	第1章 介助の基本 【17分10秒】	①介護と介助の違い【約4分】	4分00秒	T05-01-01
			②理想の介助を考える～安全・安心～【約3分】	2分49秒	T05-01-02
			③理想の介助を考える～過不足ない～【約5分】	4分39秒	T05-01-03
			④専門職が行う「介助」とは【約3分】	3分24秒	T05-01-04
			⑤補う動作を見つける思考【約2分】	2分18秒	T05-01-05
		第2章 立つ・座る動作の基本 【14分23秒】	①「立つ」ために適した姿勢とは【約3分】	2分36秒	T05-02-01
			②「立つ」動作の分解【約3分】	2分31秒	T05-02-02
			③分解した動作を活用する【約2分】	2分10秒	T05-02-03
			④座る時の基本動作【約2分】	2分14秒	T05-02-04
			⑤分解した動作の応用1 座る【約2分】	1分55秒	T05-02-05
			⑥分解した動作の応用2 姿勢を直す【約3分】	2分57秒	T05-02-06
		第3章 ボディメカニクス 【25分34秒】	①ボディメカニクスの利点【約2分】	2分17秒	T05-03-01
			②支持基底面を広くする【約2分】	2分23秒	T05-03-02
			③重心を下げる・近付ける【約4分】	4分08秒	T05-03-03
			④足先を移動方向に向ける【約3分】	2分58秒	T05-03-04
			⑤大きな筋群を使う【約4分】	3分40秒	T05-03-05
			⑥てこの原理を使う【約3分】	2分41秒	T05-03-06
			⑦小さくまとめる【約3分】	2分56秒	T05-03-07
			⑧ボディメカニクスの実践～体位交換～【約2分】	2分27秒	T05-03-08
			⑨ボディメカニクスの実践～ベッドの高さ～【約2分】	2分04秒	T05-03-09

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①								
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード			
05	介助技術の基礎知識<福嶋 潤一>	第4章 ワンポイントレッスン 【5分09秒】	①触れる・支える【約2分】	1分34秒	T05-04-01			
			②実践例 車いすのフットサポートに足を乗せる【約2分】	1分36秒	T05-04-02			
			③実践例 前傾姿勢を取る【約2分】	1分59秒	T05-04-03			
		第5章 さらに負担が少ない介助を目指す 【27分07秒】	①環境を活用する1【約5分】	5分24秒	T05-05-01			
			②環境を活用する2【約3分】	3分18秒	T05-05-02			
			③環境を活用する3【約4分】	4分02秒	T05-05-03			
			④「声かけ」と「話す」の違い1【約6分】	6分21秒	T05-05-04			
			⑤「声かけ」と「話す」の違い2【約4分】	3分30秒	T05-05-05			
			⑥「声かけ」と「話す」の違い3【約5分】	4分32秒	T05-05-06			
		06	移乗介助<福嶋 潤一>	第1章 移乗介助 基礎編 【6分33秒】	①介助前に確認すること【約1分】	1分02秒	T06-01-01	
					②軽介助の実践 良い例【約2分】	1分41秒	T06-01-02	
					③軽介助の実践 よくある失敗例【約2分】	2分05秒	T06-01-03	
					④横に歩く動作が必要な理由【約2分】	1分45秒	T06-01-04	
				第2章 移乗介助 実践編 【19分38秒】	①車いすからイスへの移乗【約4分】	3分36秒	T06-02-01	
②車いすからトイレへの移乗【約3分】	3分07秒				T06-02-02			
③スライドボードを使った移乗 良い例【約3分】	2分39秒				T06-02-03			
④スライドボードを使った移乗 よくある失敗例【約2分】	2分16秒				T06-02-04			
⑤全介助での移乗介助 良い例【約2分】	1分45秒				T06-02-05			
⑥全介助での移乗介助 よくある失敗例【約2分】	2分09秒				T06-02-06			
⑦イスを使った移乗介助 良い例【約2分】	2分08秒				T06-02-07			
⑧イスを使った移乗介助 よくある失敗例【約2分】	1分58秒				T06-02-08			
07	歩行介助<福嶋 潤一>				第1章 歩行介助の実践 【5分40秒】	①横からの歩行介助 良い例【約1分】	1分08秒	T07-01-01
						②横からの歩行介助 よくある失敗例【約1分】	1分22秒	T07-01-02
		③手引き歩行介助 良い例【約1分】	1分25秒	T07-01-03				
		④手引き歩行介助 よくある失敗例【約2分】	1分45秒	T07-01-04				
08	車いすを使った移動介助<福嶋 潤一>	第1章 車いすの基礎知識 【13分45秒】	①各部の名称と役割（標準型）【約3分】	2分31秒	T08-01-01			
			②各部の名称と役割（リクライニング型）【約2分】	1分46秒	T08-01-02			
			③開き方と畳み方【約2分】	1分39秒	T08-01-03			
			④押し方と止まり方【約2分】	2分20秒	T08-01-04			
			⑤曲がり方【約2分】	2分19秒	T08-01-05			
			⑥ワンポイントアドバイス【約3分】	3分10秒	T08-01-06			
09	食事介助<福嶋 潤一>	第1章 食事介助 基礎編 【30分52秒】	①食事介助の目的を理解する【約4分】	4分07秒	T09-01-01			
			②嚥下動作の理解【約3分】	3分29秒	T09-01-02			
			③食事場面で考えられるリスク【約7分】	7分00秒	T09-01-03			
			④誤嚥予防のために介護職が出来ること【約4分】	4分15秒	T09-01-04			

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
09食事介助<福嶋 潤一>		第1章 食事介助 基礎編 【30分52秒】	⑤スムーズな嚥下のために1 緊張をほぐす【約3分】	2分33秒	T09-01-05		
			⑥スムーズな嚥下のために2 唾液分泌を促す【約4分】	4分07秒	T09-01-06		
			⑦口腔体操のポイント パタカラ体操【約5分】	5分21秒	T09-01-07		
		第2章 食事介助 実践編 【21分58秒】	①とろみの理解1【約4分】	4分21秒	T09-02-01		
			②とろみの理解2【約5分】	5分11秒	T09-02-02		
			③介助前に確認すること【約1分】	1分02秒	T09-02-03		
			④姿勢の確認【約2分】	2分14秒	T09-02-04		
			⑤食事介助の基本動作【約2分】	2分25秒	T09-02-05		
			⑥声かけのポイント【約2分】	2分22秒	T09-02-06		
			⑦介助のペースと見るべきポイント【約2分】	2分05秒	T09-02-07		
			⑧食事介助の一連の流れ【約2分】	2分18秒	T09-02-08		
		10排泄介助<協力 KOYOディスプレイ>		第1章 排泄介助 基礎編 【16分04秒】	①排泄介助の目的と大切にしたいポイント【約5分】	4分47秒	T10-01-01
					②尿失禁の種類【約4分】	3分44秒	T10-01-02
					③排泄介助時の観察のポイント【約3分】	3分15秒	T10-01-03
					④トイレでの排泄の大切さ【約4分】	4分18秒	T10-01-04
第2章 排泄介助の流れ・陰部洗浄の方法 【23分26秒】	①スタンダードプリコーション【約2分】			2分26秒	T10-02-01		
	②1人介助での排泄介助【約7分】			7分04秒	T10-02-02		
	③2人介助での排泄介助【約6分】			6分28秒	T10-02-03		
	④陰部洗浄 めれタオルなどの使用【約2分】			1分59秒	T10-02-04		
	⑤陰部洗浄 めるま湯使用【約2分】			1分59秒	T10-02-05		
	⑥陰部洗浄 石鹸使用【約3分】			3分03秒	T10-02-06		
	⑦陰部洗浄 ワンポイント【約1分】			0分27秒	T10-02-07		
第3章 紙オムツのあて方「テープタイプ編」 【9分43秒】	①パッド併用 側臥位【約2分】			1分44秒	T10-03-01		
	②パッド併用 拘縮【約2分】			1分49秒	T10-03-02		
	③パッド併用 車椅子【約2分】			1分36秒	T10-03-03		
	④パッド併用 便対応【約2分】			1分50秒	T10-03-04		
	⑤テープタイプ単体 便対応【約1分】			0分39秒	T10-03-05		
	⑥パッド交換【約1分】			0分53秒	T10-03-06		
	⑦全交換【約1分】			1分12秒	T10-03-07		
第4章 紙オムツのあて方「パンツ・ベルトタイプ編」 【5分15秒】	①パンツタイプ パッド併用 側臥位【約2分】			1分35秒	T10-04-01		
	②パンツタイプ パンツ用パッド併用【約1分】			1分04秒	T10-04-02		
	③パンツタイプ パッド併用 立位【約1分】			0分42秒	T10-04-03		
	④ベルトタイプ単体【約1分】			0分34秒	T10-04-04		
	⑤ベルトタイプパッド併用【約1分】			0分53秒	T10-04-05		
	⑥ベルトタイプ ワンポイント【約1分】			0分27秒	T10-04-06		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
	10排泄介助<協力 KOYOディスプレイ>	第5章 紙オムツのあて方「パッド・両面吸収パッド編」 【6分57秒】	①パッドの男性対応【約2分】	2分13秒	T10-05-01
			②アウターのあて方【約1分】	0分56秒	T10-05-02
			③両面吸収パッド【約2分】	2分28秒	T10-05-03
			④両面吸収パッドおすすめしないあて方【約1分】	1分20秒	T10-05-04
法定	11介助場面でのリスクマネジメント<福嶋 潤一>	第1章 介助現場のリスク 基礎知識 【17分36秒】	①リスクの意味と種類【約4分】	3分46秒	T11-01-01
			②リスクへの対処のステップ1【約5分】	4分52秒	T11-01-02
			③リスクへの対処のステップ2【約4分】	4分12秒	T11-01-03
			④リスクへの対処のステップ3【約5分】	4分46秒	T11-01-04
		第2章 危険予知トレーニング 【15分00秒】	①KYTとは何か【約2分】	1分53秒	T11-02-01
			②KYTの4R法 現状把握【約2分】	2分05秒	T11-02-02
			③KYTの4R法 本質追究【約3分】	2分41秒	T11-02-03
			④KYTの4R法 対策樹立【約4分】	3分57秒	T11-02-04
			⑤KYTの4R法 目標設定【約4分】	4分24秒	T11-02-05
			⑥KYTの4R法 振り返り【約4分】	4分24秒	T11-02-06
法定	12接遇・マナー<菊地 みほ>	第1章 接遇の基礎理解 【24分40秒】	①接遇の意味と対象を考える【約3分】	2分58秒	T12-01-01
			②より良い接遇の4条件【約6分】	5分36秒	T12-01-02
			③信頼関係の築き方【約5分】	5分15秒	T12-01-03
			④挨拶の4つの基本【約4分】	3分55秒	T12-01-04
			⑤来訪者への挨拶【約4分】	3分42秒	T12-01-05
			⑥訪問時の挨拶【約3分】	3分14秒	T12-01-06
		第2章 話し方のマナー 【31分24秒】	①感じのよい話し方【約8分】	7分51秒	T12-02-01
			②わかりやすい話し方1【約6分】	6分17秒	T12-02-02
			③わかりやすい話し方2【約6分】	6分21秒	T12-02-03
			④敬語の基本【約4分】	3分32秒	T12-02-04
			⑤現場で気を付けたい日常会話【約7分】	7分23秒	T12-02-05
		第3章 きき方のマナー 【18分55秒】	①きくことの目的【約4分】	3分40秒	T12-03-01
			②全身傾聴のポイント【約6分】	6分21秒	T12-03-02
			③質問と相槌の工夫【約9分】	8分54秒	T12-03-03
		第4章 電話のマナー 【16分45秒】	①かけ方のポイント【約4分】	4分11秒	T12-04-01
			②受け方のポイント基本編【約6分】	6分21秒	T12-04-02
			③受け方のポイント応用編【約6分】	6分13秒	T12-04-03
		第5章 態度と身だしなみの整え 【16分03秒】	①身だしなみの重要性を考える【約3分】	3分26秒	T12-05-01
			②身だしなみのチェックポイント【約4分】	3分59秒	T12-05-02
			③表情【約4分】	3分41秒	T12-05-03
			④手足の整え方【約2分】	1分52秒	T12-05-04
			⑤お辞儀の仕方【約3分】	3分05秒	T12-05-05

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①						
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード	
法定	12 接遇・マナー < 菊地 みほ >	第6章 マナー ～訪問系～ 【23分17秒】	①訪問前の心得【約5分】	5分17秒	T12-06-01	
			②玄関前でのマナー【約2分】	2分26秒	T12-06-02	
			③玄関内でのマナー【約4分】	3分52秒	T12-06-03	
			④洋室でのマナー【約2分】	1分38秒	T12-06-04	
			⑤和室でのマナー【約3分】	3分09秒	T12-06-05	
			⑥名刺交換【約7分】	6分55秒	T12-06-06	
		第7章 マナー ～施設系～ 【18分57秒】	①迎え入れる【約4分】	3分35秒	T12-07-01	
			②ご案内【約5分】	5分08秒	T12-07-02	
			③お茶の入れ方・出し方【約6分】	5分41秒	T12-07-03	
			④居室訪問のマナー【約5分】	4分33秒	T12-07-04	
			①チームワークとは【約3分】	3分06秒	T13-01-01	
			②チームワークの意義と価値【約7分】	6分55秒	T13-01-02	
			③良好な関係構築のためのポイント【約4分】	3分42秒	T13-01-03	
13 チームワーク < 菊地 みほ >	第1章 チームワークの基礎理解 【42分53秒】	④報告【約7分】	6分55秒	T13-01-04		
		⑤連絡【約2分】	1分46秒	T13-01-05		
		⑥相談【約4分】	4分08秒	T13-01-06		
		⑦指示受け・指示出し【約5分】	4分42秒	T13-01-07		
		⑧会議の意義と種類【約5分】	4分59秒	T13-01-08		
		⑨ファシリテーションのポイント【約7分】	6分40秒	T13-01-09		
		14 モチベーションマネジメント < 菊地 みほ >	第1章 モチベーションの基礎理解 【23分08秒】	①モチベーションとは【約3分】	2分42秒	T14-01-01
				②モチベーション管理が必要な理由【約3分】	3分01秒	T14-01-02
				③モチベーション変化の要因【約2分】	2分04秒	T14-01-03
				④内発的モチベーション【約3分】	3分05秒	T14-01-04
⑤外発的モチベーション【約3分】	2分53秒			T14-01-05		
⑥自他のモチベーションに関心を【約3分】	3分08秒			T14-01-06		
⑦目標管理のポイント【約3分】	2分34秒			T14-01-07		
⑧SMARTモデル【約4分】	3分41秒			T14-01-08		
法定	15 倫理及び法令遵守 < 福嶋 潤一 >	第1章 倫理及び法令遵守 【42分11秒】	①法令遵守とは何か【約4分】	3分56秒	T15-01-01	
			②法令遵守が難しい理由1【約4分】	3分36秒	T15-01-02	
			③法令遵守が難しい理由2【約3分】	3分22秒	T15-01-03	
			④法令遵守が難しい理由3【約3分】	2分49秒	T15-01-04	
			⑤現場職員が知っておきたい法令【約4分】	3分49秒	T15-01-05	
			⑥倫理とは何か1【約3分】	3分19秒	T15-01-06	
			⑦倫理とは何か2【約4分】	4分23秒	T15-01-07	
			⑧倫理とは何か3【約4分】	4分15秒	T15-01-08	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
法定	15倫理及び法令遵守<福嶋 潤一>	第1章 倫理及び法令遵守 【42分11秒】	⑨倫理とは何か4【約4分】	4分11秒	T15-01-09		
			⑩倫理とは何か5【約3分】	2分53秒	T15-01-10		
			⑪倫理とは何か6【約3分】	3分04秒	T15-01-11		
			⑫まとめ【約3分】	2分34秒	T15-01-12		
法定	16プライバシーの保護<福嶋 潤一>	第1章 プライバシーの保護【20分23秒】	①プライバシーとは何か【約3分】	2分40秒	T16-01-01		
			②プライバシー保護が大切な理由【約4分】	4分18秒	T16-01-02		
			③プライバシー保護の具体例 排泄介助【約3分】	3分22秒	T16-01-03		
			④プライバシー保護の具体例 入浴介助【約3分】	3分03秒	T16-01-04		
			⑤プライバシー保護の具体例 非対応時【約3分】	3分10秒	T16-01-05		
			⑥プライバシー保護の具体例 業務外【約4分】	3分50秒	T16-01-06		
	17クレーム対応力<山郷 政史>	第1章 クレーム対応の基礎知識 【35分17秒】	①クレームの時代的变化【約8分】	7分46秒	T17-01-01		
			②ヘビークレームの定義とは【約8分】	7分36秒	T17-01-02		
			③クレームに前向きに向き合うべき理由 1 苦情【約5分】	4分54秒	T17-01-03		
			④クレームに前向きに向き合うべき理由 2 要求【約7分】	7分18秒	T17-01-04		
			⑤そもそもクレームが発生する理由とは 前編【約3分】	3分06秒	T17-01-05		
			⑥そもそもクレームが発生する理由とは 後編【約5分】	4分37秒	T17-01-06		
		第2章 クレーム対応の流れと対応法 【1時間04分24秒】	①オープニングステップ1【約5分】	5分00秒	T17-02-01		
			②オープニングステップ2【約9分】	8分30秒	T17-02-02		
			③ヒヤリングステップ3【約7分】	7分18秒	T17-02-03		
			④ヒヤリングステップ4【約4分】	3分39秒	T17-02-04		
			⑤カウンターステップ5【約4分】	3分59秒	T17-02-05		
			⑥カウンターステップ6【約5分】	5分13秒	T17-02-06		
	⑦クロージングステップ7【約3分】		2分40秒	T17-02-07			
	⑧クロージングステップ8【約3分】		3分22秒	T17-02-08			
	⑨ヒヤリング時のポイント 非言語メッセージ【約3分】		3分07秒	T17-02-09			
	⑩ヒヤリング時のポイント 判断すべきポイント【約2分】		1分38秒	T17-02-10			
	⑪ヒヤリング時のポイント 質問技法の活用【約6分】		6分24秒	T17-02-11			
	⑫説明時のポイント 上昇表現【約2分】		2分06秒	T17-02-12			
	⑬説明時のポイント 肯定的表現【約6分】		6分22秒	T17-02-13			
	⑭総括【約5分】		5分06秒	T17-02-14			
	法定		18介護予防及び要介護度進行予防<林 悠太>	第1章 生活リハビリの基礎知識 【56分34秒】	①生活リハビリってどんなこと？1【約3分】	3分26秒	T18-01-01
					②生活リハビリってどんなこと？2【約3分】	2分46秒	T18-01-02
					③生活リハビリってどんなこと？3【約3分】	3分21秒	T18-01-03
					④なぜ生活リハビリは必要？1【約2分】	2分28秒	T18-01-04
⑤なぜ生活リハビリは必要？2【約2分】		2分29秒			T18-01-05		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	18介護予防及び要介護度進行予防<林 悠太>	第1章 生活リハビリの基礎知識 【56分34秒】	⑥なぜ生活リハビリは必要？3【約3分】	2分45秒	T18-01-06
			⑦なぜ生活リハビリは必要？4【約2分】	2分00秒	T18-01-07
			⑧生活リハビリを進める上で必要な知識・技術【約5分】	4分51秒	T18-01-08
			⑨場面毎の生活リハビリ 起居動作【約4分】	4分07秒	T18-01-09
			⑩場面毎の生活リハビリ 立つ・座る【約4分】	4分05秒	T18-01-10
			⑪場面毎の生活リハビリ 歩く・車いす駆動【約6分】	6分14秒	T18-01-11
			⑫場面毎の生活リハビリ 更衣【約6分】	5分54秒	T18-01-12
			⑬場面毎の生活リハビリ 入浴【約4分】	4分29秒	T18-01-13
			⑭場面毎の生活リハビリ 食事【約5分】	4分44秒	T18-01-14
			⑮生活リハビリをより効果的に実施するには【約3分】	2分55秒	T18-01-15
		第2章 生活リハビリに活かせる豆知識 【17分00秒】	①福祉用具の活用 手すり編【約2分】	2分25秒	T18-02-01
			②福祉用具の活用 歩行補助具編【約6分】	5分47秒	T18-02-02
			③居室の環境設定【約4分】	3分33秒	T18-02-03
			④拘縮の進行予防【約3分】	2分51秒	T18-02-04
			⑤必須！基本的なケア(水分・食事・排泄・運動)【約2分】	2分24秒	T18-02-05
法定	19医療に関する教育、研修<永澤 彩加>	第1章 高齢者の特徴 【10分11秒】	①医学的知識を学ぶ理由【約2分】	1分50秒	T19-01-01
			②身体的な特徴・心理的な特徴【約1分】	1分23秒	T19-01-02
			③老年症候群1（1～3）【約2分】	2分29秒	T19-01-03
			④老年症候群2（4、5）【約2分】	2分07秒	T19-01-04
			⑤老年症候群3（6、7）・大切なこと【約2分】	2分22秒	T19-01-05
		第2章 バイタルサイン 【14分55秒】	①バイタルサインを学ぶ理由、バイタルサインとは【約2分】	2分04秒	T19-02-01
			②体温【約2分】	2分08秒	T19-02-02
			③脈拍【約2分】	2分25秒	T19-02-03
			④呼吸、パルスオキシメーター【約3分】	3分18秒	T19-02-04
			⑤血圧【約2分】	2分20秒	T19-02-05
			⑥意識レベル【約3分】	2分40秒	T19-02-06
		第3章 高齢者に多い疾患 【23分53秒】	①疾患を学ぶ理由【約2分】	2分11秒	T19-03-01
			②肺炎【約2分】	2分21秒	T19-03-02
			③脳血管疾患【約2分】	2分09秒	T19-03-03
			④心不全【約2分】	1分55秒	T19-03-04
			⑤糖尿病【約2分】	2分05秒	T19-03-05
			⑥COPD【約2分】	1分39秒	T19-03-06
			⑦パーキンソン【約2分】	2分06秒	T19-03-07
⑧骨折【約2分】	1分32秒		T19-03-08		
⑨白内障・緑内障【約2分】	1分36秒		T19-03-09		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	19医療に関する教育、研修<永澤 彩加>	第3章 高齢者に多い疾患 【23分53秒】	⑩リウマチ【約1分】	1分27秒	T19-03-10
			⑪拘縮【約2分】	1分35秒	T19-03-11
			⑫褥瘡【約2分】	1分58秒	T19-03-12
			⑬大切なこと【約1分】	1分19秒	T19-03-13
法定	20ターミナルケアに関する研修<大波 由香子>	第1章 ターミナルケア【50分19秒】	①ターミナルケアとは【約5分】	5分17秒	T20-01-01
			②全人的苦痛（トータルペイン）【約8分】	8分18秒	T20-01-02
			③死にゆく心の過程【約7分】	7分25秒	T20-01-03
			④ターミナル期の意思決定【約7分】	6分45秒	T20-01-04
			⑤死亡するまでの体の変化【約7分】	6分53秒	T20-01-05
			⑥死亡を判断する条件（死の3兆候）【約4分】	3分48秒	T20-01-06
			⑦死亡後の体の変化【約7分】	6分48秒	T20-01-07
			⑧ご家族への関わり方【約5分】	5分05秒	T20-01-08
			法定	21精神的ケアに関する研修<進藤 浩康>	第1章 看取りから初期処置まで 【26分12秒】
②看取り介護とは【約4分】	4分11秒	T21-01-02			
③ホームでの看取り【約3分】	2分45秒	T21-01-03			
④看取りができる施設・できない施設【約5分】	4分32秒	T21-01-04			
⑤看取りの準備・エンゼルケアについて【約5分】	4分51秒	T21-01-05			
⑥見届けることの大切さ【約3分】	3分04秒	T21-01-06			
⑦初期処置(死後の状態)【約3分】	3分15秒	T21-01-07			
第2章 他界されてからの流れ 【32分52秒】	①事前の取り組み～ドライアイス処置・枕飾り【約8分】	7分35秒			T21-02-01
	②打合せ【約4分】	4分20秒			T21-02-02
	③設営【約3分】	3分15秒			T21-02-03
	④湯灌・納棺式【約4分】	3分44秒			T21-02-04
	⑤お通夜・葬儀告別式～ご出棺【約5分】	5分08秒			T21-02-05
	⑥火葬(荼毘)～ご埋葬【約9分】	8分50秒			T21-02-06
第3章 お葬式についての知識 【33分57秒】	①お葬式はなぜするのか【約5分】	4分40秒			T21-03-01
	②お葬式の種別と供養のカタチ1【約7分】	7分29秒			T21-03-02
	③お葬式の種別と供養のカタチ2【約11分】	11分09秒			T21-03-03
	④宗教について【約11分】	10分39秒			T21-03-04
第4章 供養と埋葬 【20分46秒】	①供養と埋葬1【約6分】	5分39秒			T21-04-01
	②供養と埋葬2【約6分】	6分07秒			T21-04-02
	③供養と埋葬3【約9分】	9分00秒			T21-04-03
第5章 グリーンケア 【11分19秒】	①グリーンケアとは【約3分】	2分46秒			T21-05-01
	②グリーンケアの実際1【約3分】	3分14秒			T21-05-02
	③グリーンケアの実際2【約5分】	5分19秒			T21-05-03

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	23緊急時の対応に関する研修<川崎 英夫>	第1章 緊急対応の基礎知識 【20分23秒】	①医学を学ぶ秘訣【約5分】	4分30秒	T23-01-01
			②疾患を学ぶ大切さ【約2分】	1分58秒	T23-01-02
			③応急手当の目的【約2分】	1分41秒	T23-01-03
			④緊急対応の基本的な考え方【約4分】	3分56秒	T23-01-04
			⑤情報収集の原則【約4分】	4分17秒	T23-01-05
			⑥救急車要請【約4分】	4分01秒	T23-01-06
		第2章 心停止 【23分16秒】	①状況確認【約2分】	1分50秒	T23-02-01
			②意識の確認【約3分】	2分44秒	T23-02-02
			③応援の要請【約2分】	1分46秒	T23-02-03
			④呼吸の確認【約2分】	2分23秒	T23-02-04
			⑤胸骨圧迫【約3分】	3分12秒	T23-02-05
			⑥AED(1)【約3分】	2分34秒	T23-02-06
			⑦AED(2)【約3分】	3分04秒	T23-02-07
			⑧AED(3)【約5分】	4分30秒	T23-02-08
			⑨引継ぎ【約1分】	1分13秒	T23-02-09
		第3章 窒息【5分51秒】	①観察のポイント【約2分】	2分12秒	T23-03-01
			②応急対応【約4分】	3分39秒	T23-03-02
		第4章 転倒・転落 【18分06秒】	①外傷の応急手当の考え方【約3分】	3分24秒	T23-04-01
			②骨折の種類【約3分】	2分33秒	T23-04-02
			③骨折の症状【約4分】	3分32秒	T23-04-03
			④三角巾の効果【約2分】	1分38秒	T23-04-04
			⑤三角巾のたたみ方【約2分】	2分04秒	T23-04-05
			⑥固定方法～上肢～【約3分】	3分04秒	T23-04-06
			⑦固定方法～下肢～【約2分】	1分51秒	T23-04-07
		第5章 意識障害 【19分34秒】	①意識レベルの評価方法その1 JCS【約4分】	3分49秒	T23-05-01
			②意識レベルの評価方法その2 GCS【約3分】	3分15秒	T23-05-02
			③糖尿病の基礎知識【約7分】	7分16秒	T23-05-03
			④高血糖による昏睡【約2分】	2分29秒	T23-05-04
			⑤低血糖による昏睡【約3分】	2分45秒	T23-05-05
		第6章 頭痛 【30分17秒】	①脳卒中と麻痺について【約3分】	2分55秒	T23-06-01
②麻痺と観察方法【約6分】	5分38秒		T23-06-02		
③脳内出血(被殻出血)【約3分】	2分46秒		T23-06-03		
④脳内出血(視床出血)【約2分】	1分41秒		T23-06-04		
⑤脳内出血を見過ごす怖いこと【約3分】	2分52秒		T23-06-05		
⑥脳内出血(小脳出血)【約2分】	1分43秒		T23-06-06		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	23緊急時の対応に関する研修<川崎 英夫>	第6章 頭痛 【30分17秒】	⑦脳梗塞が起こる3つのパターン【約2分】	2分07秒	T23-06-07
			⑧脳梗塞～一過性脳虚血発作とは～【約1分】	1分28秒	T23-06-08
			⑨脳梗塞のメカニズム【約1分】	1分27秒	T23-06-09
			⑩脳梗塞への早期治療につなげるために大切なこと【約2分】	1分41秒	T23-06-10
			⑪くも膜下出血のメカニズム【約2分】	1分44秒	T23-06-11
			⑫くも膜下出血の症状【約2分】	2分05秒	T23-06-12
			⑬くも膜下出血のその後の怖いこと【約2分】	2分10秒	T23-06-13
		第7章 胸痛 【12分19秒】	①虚血性心疾患とは【約3分】	2分36秒	T23-07-01
			②様々な狭心症～労作性狭心症～【約2分】	2分02秒	T23-07-02
			③様々な狭心症～安静時狭心症～【約1分】	1分10秒	T23-07-03
			④様々な狭心症～不安定狭心症～【約1分】	1分11秒	T23-07-04
			⑤心筋梗塞【約1分】	0分57秒	T23-07-05
			⑥胸痛の現れ方【約1分】	1分24秒	T23-07-06
			⑦治療薬の取り扱い方【約3分】	2分59秒	T23-07-07
		第8章 呼吸困難 【7分01秒】	①心不全とは【約1分】	1分17秒	T23-08-01
			②右心不全と症状【約1分】	1分06秒	T23-08-02
			③左心不全と症状【約1分】	0分58秒	T23-08-03
			④肺水腫【約2分】	2分19秒	T23-08-04
			⑤悪化予防するための方法【約1分】	1分21秒	T23-08-05
		第9章 腹痛 【18分54秒】	①情報収集【約5分】	5分04秒	T23-09-01
			②嘔気、嘔吐、吐血【約4分】	4分18秒	T23-09-02
			③腹痛の種類【約2分】	1分58秒	T23-09-03
			④尿路結石【約4分】	3分42秒	T23-09-04
			⑤胃・十二指腸潰瘍【約4分】	3分52秒	T23-09-05
		第10章 出血 【14分57秒】	①出血の状態観察【約4分】	4分04秒	T23-10-01
			②止血方法【約2分】	1分49秒	T23-10-02
			③被覆包帯【約4分】	3分53秒	T23-10-03
			④圧迫包帯止血【約3分】	2分43秒	T23-10-04
			⑤鼻出血【約2分】	2分28秒	T23-10-05
		第11章 頭部外傷 【10分52秒】	①脳を包む3つの膜について【約1分】	1分13秒	T23-11-01
②慢性硬膜下血腫【約3分】	2分36秒		T23-11-02		
③観察ポイント【約4分】	3分44秒		T23-11-03		
④言語障害【約3分】	3分19秒		T23-11-04		
第12章 脳神経～難病～【7分20秒】	①パーキンソン病1 病態メカニズム【約2分】	1分49秒	T23-12-01		
	②パーキンソン病2 四大兆候【約2分】	2分22秒	T23-12-02		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	23緊急時の対応に関する研修<川崎 英夫>	第12章 脳神経～難病～【7分20秒】	③パーキンソン病3 薬物療法【約3分】	3分09秒	T23-12-03
法定	24非常災害時の対応に関する研修<須賀 啓臣>	第1章 災害に対する備え1 【8分26秒】	①災害とは【約2分】	2分09秒	T24-01-01
			②自らの命は自ら守る【約2分】	2分29秒	T24-01-02
			③地域防災計画【約2分】	1分56秒	T24-01-03
			④情報と行動の結びつけ【約2分】	1分52秒	T24-01-04
		第2章 災害に対する備え2 【11分34秒】	①地域の危険性を知る【約3分】	2分40秒	T24-02-01
			②施設利用者を安全に避難誘導できる体制を作る【約2分】	1分41秒	T24-02-02
			③防災情報の収集・伝達の体制を整える【約2分】	2分14秒	T24-02-03
			④命を守る役割分担【約2分】	1分32秒	T24-02-04
			⑤命を守るための備え【約2分】	1分54秒	T24-02-05
			⑥防災に関する教育、訓練【約2分】	1分33秒	T24-02-06
		第3章 避難確保計画とは 【5分09秒】	①避難確保計画とは【約2分】	1分33秒	T24-03-01
			②避難確保計画の対象施設【約1分】	1分08秒	T24-03-02
			③避難確保計画の義務【約1分】	1分19秒	T24-03-03
			④計画で定めるべき項目【約1分】	1分09秒	T24-03-04
		第4章 非常災害対策計画とは 【5分03秒】	①非常災害対策計画とは【約1分】	1分16秒	T24-04-01
			②非常災害対策計画の対象【約1分】	1分10秒	T24-04-02
			③非常災害対策計画の義務【約1分】	1分29秒	T24-04-03
			④計画で定めるべき項目【約1分】	1分08秒	T24-04-04
		第5章 防災の基礎知識 【12分32秒】	①避難行動の原則【約3分】	2分31秒	T24-05-01
			②避難行動の考え方1【約2分】	1分43秒	T24-05-02
			③避難行動の考え方2【約2分】	2分22秒	T24-05-03
			④警戒レベル【約3分】	2分43秒	T24-05-04
			⑤避難場所と避難所について【約3分】	3分13秒	T24-05-05
		第6章 気象情報等 【12分57秒】	①気象情報、注意報・警報・特別警報【約4分】	3分47秒	T24-06-01
			②洪水等・高潮に関する情報【約2分】	1分56秒	T24-06-02
			③土砂災害に関する情報【約2分】	2分20秒	T24-06-03
			④津波に関する情報【約2分】	2分27秒	T24-06-04
			⑤その他の情報【約2分】	2分27秒	T24-06-05
第7章 災害情報の収集手段と方法 【21分20秒】	①情報収集手段と方法【約3分】	2分39秒	T24-07-01		
	②情報収集手段と方法の注意点【約2分】	2分19秒	T24-07-02		
	③テレビ・ラジオ放送【約3分】	2分49秒	T24-07-03		
	④市町村防災行政無線【約2分】	2分12秒	T24-07-04		
	⑤IP告知システム【約2分】	2分17秒	T24-07-05		
	⑥緊急速報メール【約2分】	2分00秒	T24-07-06		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
法定	24非常災害時の対応に関する研修<須賀 啓臣>	第7章 災害情報の収集手段と方法 【21分20秒】	⑦SNS・ソーシャルネットワーキングサービス【約3分】	2分33秒	T24-07-07		
			⑧電話、FAX、登録制メール【約2分】	2分26秒	T24-07-08		
			⑨広報車・消防団などによる広報、直接的声掛け【約2分】	2分05秒	T24-07-09		
		第8章 要配慮者等の避難の実効性の確保【9分19秒】	①災害計画の実効性の確保【約3分】	2分51秒	T24-08-01		
			②在宅の要配慮者の避難【約2分】	1分58秒	T24-08-02		
			③要配慮者利用施設等の情報伝達【約2分】	2分12秒	T24-08-03		
			④要配慮者の情報収集【約2分】	2分18秒	T24-08-04		
		第9章 地震・津波・その他の災害対策 【39分01秒】	①地震災害【約3分】	2分59秒	T24-09-01		
			②地震災害対策【約4分】	3分51秒	T24-09-02		
			③地震災害予防【約6分】	5分46秒	T24-09-03		
			④応急対策【約7分】	7分05秒	T24-09-04		
			⑤災害復旧【約4分】	3分55秒	T24-09-05		
			⑥住まいの地震対策【約4分】	3分33秒	T24-09-06		
			⑦地震の火災対策【約4分】	4分20秒	T24-09-07		
			⑧津波・その他の災害対策【約8分】	7分32秒	T24-09-08		
		第10章 消防用設備 【12分34秒】	①消火器具【約6分】	5分48秒	T24-10-01		
			②避難器具【約4分】	3分42秒	T24-10-02		
			③警報設備【約3分】	3分04秒	T24-10-03		
		法定	25精神的ケアに関する研修<井手 敏郎>	第1章 グリーフケアの基礎理解 【1時間01分11秒】	①グリーフケアとは1【約5分】	5分03秒	T25-01-01
					②グリーフケアとは2【約7分】	6分30秒	T25-01-02
					③グリーフケアとは3【約5分】	5分19秒	T25-01-03
④グリーフケアとは4【約9分】	8分43秒				T25-01-04		
⑤グリーフケアとは5【約7分】	7分17秒				T25-01-05		
⑥グリーフケアとは6【約8分】	7分43秒				T25-01-06		
⑦問題提起【約6分】	6分06秒				T25-01-07		
⑧自分の中のグリーフに気づく【約5分】	4分37秒				T25-01-08		
⑨グリーフとモーニング【約10分】	9分53秒				T25-01-09		
第2章 死別の悲嘆とグリーフケア 【1時間06分12秒】	①死別後に心と身体に起きること1【約9分】			9分28秒	T25-02-01		
	②死別後に心と身体に起きること2【約8分】			7分37秒	T25-02-02		
	③死別悲嘆の7つの局面【約7分】			6分49秒	T25-02-03		
	④自分を守る反応(混乱)【約8分】			8分16秒	T25-02-04		
	⑤相手を受け止める(否認)【約6分】			6分23秒	T25-02-05		
	⑥エネルギーを流す(怒り・罪悪感)【約8分】			7分41秒	T25-02-06		
	⑦変化の兆し(抑うつ・諦め)【約9分】			9分26秒	T25-02-07		
	⑧新しいステージへの準備(転換・再生)【約11分】			10分32秒	T25-02-08		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	25精神的ケアに関する研修<井手 敏郎>	第3章 グリーフケアの実践 【47分22秒】	①哀しみの触れ方1【約12分】	12分13秒	T25-03-01
			②哀しみの触れ方2【約11分】	11分13秒	T25-03-02
			③気をつけたい言葉【約10分】	9分59秒	T25-03-03
			④様々なグリーフケア【約7分】	7分20秒	T25-03-04
			⑤グリーフケアの本当の意味【約7分】	6分37秒	T25-03-05
26メンタルヘルスに関する研修<宮沢 佳子>	第1章 自らの心身は自らで保つ～セルフケア～ 【1時間00分32秒】	①対人援助職はなぜストレスを抱えやすいのか【約6分】	6分29秒	T26-01-01	
		②ストレスについて知る【約6分】	6分27秒	T26-01-02	
		③ストレスに対処する【約6分】	5分44秒	T26-01-03	
		④ストレスコーピング実践1【約6分】	5分43秒	T26-01-04	
		⑤ストレスコーピング実践2【約6分】	5分58秒	T26-01-05	
		⑥ストレスコーピング実践3【約9分】	8分44秒	T26-01-06	
		⑦ストレスコーピング実践4【約13分】	13分09秒	T26-01-07	
		⑧うつ病とは【約8分】	8分18秒	T26-01-08	
	第2章 職場のメンタルヘルス対策～ラインケア～ 【40分54秒】	①職場のストレスの現状【約7分】	7分08秒	T26-02-01	
		②心地よい職場づくり【約8分】	7分52秒	T26-02-02	
		③いつもと違う部下の様子に気づく【約5分】	5分16秒	T26-02-03	
		④発見の為の簡単なサイン【約5分】	5分27秒	T26-02-04	
		⑤部下の話聞くポイント【約7分】	7分28秒	T26-02-05	
		⑥健康管理に気を配る【約8分】	7分43秒	T26-02-06	
27ハラスメントに関する研修<宮沢 佳子>	第1章 撲滅しよう職場のハラスメント 【1時間22分02秒】	①ハラスメント（概要）【約5分】	4分49秒	T27-01-01	
		②わが社に限って【約3分】	3分29秒	T27-01-02	
		③セクシュアルハラスメントとは【約5分】	5分21秒	T27-01-03	
		④セクハラの実例【約9分】	8分40秒	T27-01-04	
		⑤セクハラの種類【約5分】	4分58秒	T27-01-05	
		⑥性的志向・性自認【約5分】	4分52秒	T27-01-06	
		⑦パワーハラスメントの現状【約6分】	5分35秒	T27-01-07	
		⑧パワハラの実例【約6分】	6分01秒	T27-01-08	
		⑨パワハラの種類【約7分】	6分50秒	T27-01-09	
		⑩事業主が講ずべき措置【約2分】	2分19秒	T27-01-10	
		⑪パワハラと指導【約7分】	7分00秒	T27-01-11	
		⑫心地よい職場づくりとコミュニケーション【約8分】	7分49秒	T27-01-12	
		⑬パワハラ抑止に繋がる感情コントロール【約7分】	6分43秒	T27-01-13	
		⑭自分を振り返ってみましょう【約8分】	7分36秒	T27-01-14	
28間接業務<福嶋 潤一>	第1章 間接業務の基礎知識【16分35秒】	①直接業務と間接業務の違いを知る【約5分】	4分42秒	T28-01-01	
		②間接業務に共通するポイント【約4分】	4分16秒	T28-01-02	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
28間接業務<福島 潤一>		第1章 間接業務の基礎知識【16分35秒】	③間接業務に必要な「気づき・配慮」【約8分】	7分37秒	T28-01-03		
		第2章 訪室時（ごみ回収、環境整備など） 【10分11秒】	①訪室の考え方【約3分】	2分55秒	T28-02-01		
			②訪室時の基本【約4分】	4分02秒	T28-02-02		
			③環境整備のポイント【約3分】	3分14秒	T28-02-03		
		第3章 ゴミ回収【6分41秒】	①基本的な考え方【約2分】	1分41秒	T28-03-01		
			②このゴミに要注意【約3分】	2分55秒	T28-03-02		
			③ゴミ回収の流れ【約2分】	2分05秒	T28-03-03		
		第4章 着替えの準備・洗濯物回収 【7分48秒】	①衣類を扱うことを考える【約2分】	2分14秒	T28-04-01		
			②着替えを準備する【約3分】	3分00秒	T28-04-02		
			③衣類を回収する【約3分】	2分34秒	T28-04-03		
		第5章 リネン交換 【8分59秒】	①リネン交換の方法 原則【約2分】	1分51秒	T28-05-01		
			②リネン交換の方法 シーツ【約3分】	3分19秒	T28-05-02		
			③リネン交換の方法 枕カバー【約2分】	1分54秒	T28-05-03		
			④注意したい汚れ・染み【約2分】	1分55秒	T28-05-04		
		第6章 配膳、配茶 【10分39秒】	①基本的な考え方【約2分】	2分23秒	T28-06-01		
			②配膳・配茶時の声かけ【約2分】	2分18秒	T28-06-02		
			③お膳・お茶を置く位置【約2分】	2分29秒	T28-06-03		
			④提供以外におこなうこと【約3分】	3分29秒	T28-06-04		
		第7章 見守り 【9分30秒】	①「見守り」の基本的な考え方【約4分】	3分49秒	T28-07-01		
			②見守りで観る対象【約3分】	3分28秒	T28-07-02		
			③ご利用者が立ったとき【約2分】	2分13秒	T28-07-03		
		29記録・アセスメント<福島 潤一>		第1章 アセスメント 【33分38秒】	①アセスメントとは【約3分】	3分05秒	T29-01-01
					②現場で求められるアセスメント【約8分】	8分09秒	T29-01-02
					③アセスメントの対象 本人【約5分】	4分43秒	T29-01-03
					④アセスメントの対象 環境【約5分】	4分34秒	T29-01-04
					⑤アセスメントの活用【約5分】	5分12秒	T29-01-05
					⑥アセスメントの目的【約8分】	7分55秒	T29-01-06
				第2章 記録 基本編 【39分36秒】	①記録とは【約3分】	2分59秒	T29-02-01
②記録を書く目的1【約3分】	3分24秒				T29-02-02		
③記録を書く目的2【約3分】	3分24秒				T29-02-03		
④記録の原則1【約5分】	4分58秒				T29-02-04		
⑤記録の原則2【約3分】	2分59秒				T29-02-05		
⑥目的を意識した記録の要素【約4分】	3分30秒				T29-02-06		
⑦記録のポイント1【約4分】	3分47秒				T29-02-07		
⑧記録のポイント2【約6分】	6分07秒				T29-02-08		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
	29記録・アセスメント<福嶋 潤一>	第2章 記録 基本編【39分36秒】	⑨記録のポイント3【約4分】	3分37秒	T29-02-09		
			⑩ワンポイント 略称・略語【約5分】	4分51秒	T29-02-10		
法定	30介護予防及び要介護度進行予防<有人宇宙システム>	第1章 トレーニング・リハビリと宇宙（講義編） 【16分02秒】	①トレーニングと宇宙との密接な関係とは【約4分】	3分38秒	T30-01-01		
			②宇宙飛行士の健康管理から介護予防を【約5分】	4分51秒	T30-01-02		
			③高齢者リハビリの目的と特徴【約4分】	3分32秒	T30-01-03		
			④高齢者リハビリの注意点【約4分】	4分01秒	T30-01-04		
		第2章 トレーニング・リハビリと宇宙（運動編） 【10分53秒】	①背中曲がりが気になる【約3分】	2分51秒	T30-02-01		
			②布団からの起き上がりがつらい【約3分】	2分39秒	T30-02-02		
			③床や椅子からの立ち上がりがつらい【約3分】	2分40秒	T30-02-03		
			④かぶりシャツが着にくい【約3分】	2分43秒	T30-02-04		
法定	31実践・認知症ケア<リンクマネジメント 木村 誠>	第1章 認知症ケアの考え方 【28分41秒】	①「認知症」の捉え方1 認知症の方の日記【約6分】	6分12秒	T31-01-01		
			②「認知症」の捉え方2 認知症は困りごと【約7分】	6分59秒	T31-01-02		
			③「認知症」の捉え方3 認知症の定義【約6分】	6分23秒	T31-01-03		
			④「認知症」の捉え方4 認知症は治る？【約3分】	3分15秒	T31-01-04		
			⑤「認知症」の捉え方5 中核症状と行動心理症状【約6分】	5分52秒	T31-01-05		
		第2章 考えてみよう ケーススタディ 【29分52秒】	①ケース1 入浴拒否 設定の紹介【約2分】	2分21秒	T31-02-01		
			②ケース1 入浴拒否 失敗例【約4分】	3分40秒	T31-02-02		
			③ケース1 入浴拒否 成功例と解説【約5分】	4分55秒	T31-02-03		
			④ケース2 徘徊と失禁 自分に当てはめた事例【約5分】	4分58秒	T31-02-04		
			⑤ケース3 不潔行為 自分に当てはめた事例【約4分】	4分18秒	T31-02-05		
			⑥ケース4 物盗られ妄想 ロールプレイ【約2分】	2分21秒	T31-02-06		
			⑦ケース4 物盗られ妄想 なぜ起こったか解説【約3分】	2分53秒	T31-02-07		
			⑧ケース4 物盗られ妄想 対応例【約4分】	4分26秒	T31-02-08		
		第3章 目先の技術よりも大切なこと 【17分23秒】	①最後まで残る記憶、感情記憶のしくみ【約4分】	3分59秒	T31-03-01		
			②認知症の方との信頼関係の作り方【約4分】	4分28秒	T31-03-02		
			③もしも失敗したと思ったらどうしたら良いか【約5分】	4分38秒	T31-03-03		
			④発想の転換【約4分】	4分18秒	T31-03-04		
			32口腔ケア<日本訪問歯科協会・口腔ケアチャンネルより>	第1章 口腔ケアの基礎理解 【8分06秒】	①歯石がしやすい場所はどこ？【約2分】	1分34秒	T32-01-01
					②要注意！清掃中に呼吸を止めていませんか？【約1分】	1分24秒	T32-01-02
③要介護の方もできる範囲で！自分で歯みがき【約1分】	1分18秒				T32-01-03		
④薬の副作用が口腔内に与える影響【約1分】	1分15秒				T32-01-04		
⑤薬の副作用の症状を緩和する口腔ケアのコツ【約1分】	1分19秒				T32-01-05		
⑥要注意！胃食道逆流による誤嚥【約1分】	1分16秒				T32-01-06		
第2章 入れ歯の扱い方【12分17秒】	①入れ歯のお手入れ【約2分】			1分49秒	T32-02-01		
	②入れ歯はどこが汚れますか？【約2分】			2分01秒	T32-02-02		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
	32口腔ケア<日本訪問歯科協会・口腔ケアチャンネルより>	第2章 入れ歯の扱い方 【12分17秒】	③入れ歯のお手入れ ブラッシングの向きは？【約1分】	1分21秒	T32-02-03
			④入れ歯をしたまま歯みがきをしてもいい？【約2分】	2分25秒	T32-02-04
			⑤入れ歯の保管方法は？【約2分】	2分09秒	T32-02-05
			⑥入れ歯のお手入れでは最後に指で確認【約1分】	1分12秒	T32-02-06
			⑦入れ歯の名入れで紛失防止！【約1分】	1分20秒	T32-02-07
		第3章 部分入れ歯の扱い方 【9分53秒】	①部分入れ歯の着脱方法【約2分】	2分12秒	T32-03-01
			②部分入れ歯着脱のコツ【約2分】	1分41秒	T32-03-02
			③部分入れ歯のお手入れ【約2分】	1分50秒	T32-03-03
			④部分入れ歯の人の歯みがきのコツ【約2分】	1分35秒	T32-03-04
			⑤部分入れ歯をつけなくなった人の歯みがき時のチェックポイント【約1分】	1分23秒	T32-03-05
			⑥部分入れ歯なのに金具がない？【約1分】	1分12秒	T32-03-06
		第4章 咀嚼について 【6分37秒】	①咀嚼はできるが嚥下できない人の主な症状【約1分】	1分27秒	T32-04-01
			②咀嚼できてる？モグモグをチェック！【約1分】	1分26秒	T32-04-02
			③咀嚼は口全体を動かしていますか？【約1分】	1分23秒	T32-04-03
			④咀嚼をスムーズにする舌のトレーニング&介助法【約1分】	1分10秒	T32-04-04
			⑤咀嚼力アップ おとがい運動！【約1分】	1分11秒	T32-04-05
		第5章 嚥下食の基礎理解 【8分06秒】	①嚥下食ピラミッドって？【約1分】	1分24秒	T32-05-01
			②嚥下食は人肌程度の温度にする？【約2分】	1分30秒	T32-05-02
			③嚥下食に適したパン、適さないパン？【約2分】	1分30秒	T32-05-03
			④嚥下食に向かない食べ物って？【約2分】	2分04秒	T32-05-04
			⑤嚥下食でも美味しく食べてもらう香りと温度のコツ【約2分】	1分38秒	T32-05-05
		第6章 嚥下障害の理解を深める 【13分32秒】	①嚥下障害を起こす3つの原因【約2分】	2分13秒	T32-06-01
			②嚥下障害の見つけ方【約3分】	2分30秒	T32-06-02
			③嚥下障害？こんなときは要注意！【約2分】	1分47秒	T32-06-03
			④嚥下障害の分類別、トロミの付け方の目安【約2分】	1分44秒	T32-06-04
			⑤嚥下障害の人の口腔ケアジェル【約2分】	1分48秒	T32-06-05
			⑥嚥下障害の人のためのゴムチューブ運動【約2分】	1分38秒	T32-06-06
			⑦嚥下障害でも座れる人の口すすぎの方法【約2分】	1分52秒	T32-06-07
法定	33虐待防止の基礎<金山 峰之>	第1章 虐待とは何か 【21分29秒】	①虐待防止関連法【約5分】	5分24秒	T33-01-01
			②虐待の定義【約5分】	5分16秒	T33-01-02
			③虐待の現状と課題【約7分】	6分36秒	T33-01-03
			④虐待がもたらす弊害【約4分】	4分13秒	T33-01-04
		第2章 虐待への対応 【16分29秒】	①養護者による虐待への対応【約5分】	5分26秒	T33-02-01
			②従事者等による虐待への対応【約6分】	5分43秒	T33-02-02
			③虐待の発覚経路【約5分】	5分20秒	T33-02-03

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	33虐待防止の基礎<金山 峰之>	第3章 虐待の予防 【42分47秒】	①養護者による虐待の予防【約6分】	6分05秒	T33-03-01
			②従事者による虐待が起きる要因【約4分】	4分04秒	T33-03-02
			③従事者による虐待の予防1【約6分】	5分50秒	T33-03-03
			④従事者による虐待の予防2【約6分】	6分00秒	T33-03-04
			⑤不適切ケア、グレーゾンの理解【約6分】	5分44秒	T33-03-05
			⑥階層ごとに求められる役割【約9分】	9分19秒	T33-03-06
			⑦介護・福祉の仕事の再認識【約6分】	5分45秒	T33-03-07
法定	34身体拘束防止の基礎<金山 峰之>	第1章 身体拘束とは何か 【24分21秒】	①身体拘束の現状と課題【約4分】	4分17秒	T34-01-01
			②身体拘束に関する歴史【約5分】	4分36秒	T34-01-02
			③具体的な身体拘束とは【約6分】	6分20秒	T34-01-03
			④身体拘束が行われる背景【約4分】	4分19秒	T34-01-04
			⑤身体拘束の弊害【約5分】	4分49秒	T34-01-05
		第2章 身体拘束の予防 【21分50秒】	①身体拘束を防ぐためには【約6分】	6分00秒	T34-02-01
			②身体拘束の例外規定【約5分】	4分40秒	T34-02-02
			③身体拘束廃止未実施減算について【約3分】	2分30秒	T34-02-03
			④委員会で考えるケアのあり方【約3分】	3分10秒	T34-02-04
			⑤身体拘束と事故の考え方【約6分】	5分30秒	T34-02-05
	35BCP関連<合同会社カサージュ 寺岡 純子>	第1章 BCPの概要 【23分50秒】	①BCPとは【約6分】	5分52秒	T35-01-01
			②介護事業者におけるBCP【約6分】	6分09秒	T35-01-02
			③感染症と自然災害でのBCPの違い【約5分】	5分22秒	T35-01-03
			④BCP策定のプロセス【約6分】	6分27秒	T35-01-04
		第2章 BCPの立て方【自然災害編】 【56分27秒】	①ステップ1 基本方針・周知【約6分】	5分39秒	T35-02-01
			②ステップ2 リスクの把握・分析【約5分】	4分57秒	T35-02-02
			③ステップ3 被害想定【約6分】	6分04秒	T35-02-03
			④ステップ4 通常業務の洗い出し【約3分】	2分39秒	T35-02-04
			⑤ステップ5 優先業務の整理【約9分】	8分30秒	T35-02-05
			⑥ステップ6 平常時の対応1【約7分】	6分36秒	T35-02-06
			⑦ステップ6 平常時の対応2【約5分】	5分22秒	T35-02-07
			⑧ステップ7 緊急時の対応1【約8分】	7分30秒	T35-02-08
			⑨ステップ7 緊急時の対応2【約6分】	5分55秒	T35-02-09
			⑩ステップ8 他施設・地域との連携【約3分】	3分15秒	T35-02-10
		第3章 BCPの立て方【感染症編】 【48分44秒】	①ステップ1 目的【約9分】	8分39秒	T35-03-01
			②ステップ2 基本方針・周知【約3分】	3分19秒	T35-03-02
			③ステップ3 平時からの備え1【約7分】	6分41秒	T35-03-03
④ステップ3 平時からの備え2【約4分】	3分45秒		T35-03-04		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
35BCP関連<合同会社カサージュ 寺岡 純子>		第3章 BCPの立て方【感染症編】 【48分44秒】	⑤ステップ4 初動対応1【約6分】	5分33秒	T35-03-05		
			⑥ステップ4 初動対応2【約4分】	4分12秒	T35-03-06		
			⑦ステップ5 感染拡大の防止1【約9分】	9分03秒	T35-03-07		
			⑧ステップ5 感染拡大の防止2【約8分】	7分32秒	T35-03-08		
		第4章 サービス別BCPのポイント【13分34秒】	①入所系サービス編【約3分】	2分39秒	T35-04-01		
			②通所系サービス編【約4分】	3分39秒	T35-04-02		
			③訪問系サービス編【約3分】	3分29秒	T35-04-03		
			④居宅介護支援サービス編【約4分】	3分47秒	T35-04-04		
		第5章 実効性を高める研修・訓練 【19分58秒】	①研修・訓練の必要性【約5分】	5分03秒	T35-05-01		
			②研修・訓練の種類と概要【約6分】	6分23秒	T35-05-02		
			③感染症訓練【約3分】	2分46秒	T35-05-03		
			④BCPのまとめ【約6分】	5分46秒	T35-05-04		
		36アドラー心理学の基本<中島 崇>		第1章 アドラー心理学の基本 【57分45秒】	①アドラー心理学とは【約4分】	3分36秒	T36-01-01
					②なぜ、今アドラー心理学が求められているのか【約4分】	3分36秒	T36-01-02
					③アドラー心理学の構成【約2分】	1分31秒	T36-01-03
					④アドラー心理学の構成1 自己決定性【約5分】	4分47秒	T36-01-04
⑤アドラー心理学の構成2 目的論【約4分】	3分56秒				T36-01-05		
⑥アドラー心理学の構成3 全体論【約4分】	4分14秒				T36-01-06		
⑦アドラー心理学の構成4 認知論【約4分】	3分58秒				T36-01-07		
⑧アドラー心理学の構成5 対人関係論【約5分】	4分52秒				T36-01-08		
⑨アドラー心理学の技法1 勇気づけ【約8分】	8分05秒				T36-01-09		
⑩アドラー心理学の技法1 勇気づけ 事例紹介【約5分】	4分51秒				T36-01-10		
⑪アドラー心理学の技法2 共同体感覚【約4分】	4分20秒				T36-01-11		
⑫まとめ【約3分】	4分23秒				T36-01-12		
⑬アドラー心理学への思い【約6分】	5分36秒				T36-01-13		
37音読療法<折江 ふみ>		第1章 音読療法とは 【1時間35分19秒】	①音読療法の概要1【約10分】	9分37秒	T37-01-01		
			②音読療法の概要2【約6分】	6分01秒	T37-01-02		
			③音読療法の概要3【約11分】	10分52秒	T37-01-03		
			④音読療法の概要4【約6分】	6分19秒	T37-01-04		
			⑤「いまここ」をとらえる ～マインドフルネス～【約5分】	5分02秒	T37-01-05		
			⑥呼吸法 ～呼吸の役割～【約5分】	5分13秒	T37-01-06		
			⑦呼吸法 ～呼吸の作用～【約8分】	7分30秒	T37-01-07		
			⑧呼吸法 ～3つの呼吸法1～【約4分】	4分25秒	T37-01-08		
			⑨呼吸法 ～3つの呼吸法2～【約2分】	1分49秒	T37-01-09		
			⑩呼吸法 ～3つの呼吸法3～【約2分】	2分13秒	T37-01-10		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
	37音読療法<折江 ふみ>	第1章 音読療法とは 【1時間35分19秒】	①発生と音読 ～ハミング～【約5分】	5分00秒	T37-01-11		
			②発生と音読 ～口の体操～【約5分】	5分27秒	T37-01-12		
			③発生と音読 ～音読エチュード～【約8分】	7分47秒	T37-01-13		
			④共感的コミュニケーション ～場を作る側のあり方～【約8分】	8分23秒	T37-01-14		
			⑤共感的コミュニケーション ～「共感的」ということ～【約5分】	4分45秒	T37-01-15		
			⑥音読療法の実践【約5分】	4分56秒	T37-01-16		
法定	38倫理及び法令遵守に関する研修<前川 武嗣>	第1章 倫理とは 【49分24秒】	①倫理、法令順守はなんのため？【約5分】	5分06秒	T38-01-01		
			②基本的人権、幸福追求権【約4分】	4分27秒	T38-01-02		
			③介護する側とされる側【約7分】	6分49秒	T38-01-03		
			④誠実さと信頼【約6分】	5分36秒	T38-01-04		
			⑤虐待、身体拘束【約6分】	6分00秒	T38-01-05		
			⑥権利を守る法令【約6分】	6分09秒	T38-01-06		
			⑦未来のため【約5分】	5分16秒	T38-01-07		
			⑧施設介護の倫理【約5分】	5分06秒	T38-01-08		
			⑨在宅介護の倫理【約5分】	4分55秒	T38-01-09		
		第2章 法令遵守 【21分19秒】	①なぜ守る必要があるのか【約5分】	5分05秒	T38-02-01		
			②現場で守るべき法令【約4分】	4分18秒	T38-02-02		
			③医療行為に近いもの【約8分】	8分24秒	T38-02-03		
			④人員配置【約4分】	3分32秒	T38-02-04		
	39介護保険制度について<前川 武嗣>	第1章 介護の歴史 【17分23秒】	①家族介護から介護の社会化へ【約5分】	4分52秒	T39-01-01		
			②3大介護から自立支援へ【約6分】	6分29秒	T39-01-02		
			③これからの介護【約6分】	6分02秒	T39-01-03		
		第2章 介護保険制度について 【24分04秒】	①保険制度の概要1【約6分】	5分39秒	T39-02-01		
			②保険制度の概要2【約6分】	6分26秒	T39-02-02		
			③介護認定について【約5分】	4分53秒	T39-02-03		
			④ケアプランについて【約7分】	7分06秒	T39-02-04		
		第3章 サービス種別 【25分05秒】	①総論【約5分】	5分13秒	T39-03-01		
			②施設系【約4分】	4分20秒	T39-03-02		
			③居宅系【約5分】	4分51秒	T39-03-03		
			④地域包括ケアシステム【約5分】	4分51秒	T39-03-04		
			⑤地域密着サービス【約6分】	5分50秒	T39-03-05		
		法定	40事故発生と再発防止<金山 峰之>	第1章 介護現場における事故とは 【22分45秒】	①介護事故のリスク【約6分】	5分30秒	T40-01-01
					②介護事故とは何か【約6分】	6分08秒	T40-01-02
					③介護事故の実態【約6分】	5分42秒	T40-01-03
④介護事故の原因【約5分】	5分25秒				T40-01-04		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	40事故発生と再発防止<金山 峰之>	第2章 介護事故発生時の対応 【28分51秒】	①事故発生に際して行うこと【約6分】	6分02秒	T40-02-01
			②事故発生時の記録【約6分】	5分57秒	T40-02-02
			③事故発生時の対応①（転倒、福祉用具）【約6分】	5分37秒	T40-02-03
			④事故発生時の対応②（物損事故、個人情報漏洩）【約6分】	5分31秒	T40-02-04
			⑤事故報告書【約6分】	5分44秒	T40-02-05
		第3章 介護事故の再発防止 【26分14分】	①ヒヤリハット報告書【約5分】	4分32秒	T40-03-01
			②事故防止検討委員会【約6分】	5分55秒	T40-03-02
			③組織で取り組む再発防止【約5分】	4分52秒	T40-03-03
			④事前の事故発生予防【約6分】	5分52秒	T40-03-04
			⑤当事者フォロー【約5分】	5分03秒	T40-03-05
法定	41プライバシーの保護<金山 峰之>	第1章 プライバシーの保護 【15分20秒】	①プライバシーとは何か【約3分】	5分27秒	T41-01-01
			②プライバシーと個人情報【約4分】	4分27秒	T41-01-02
			③秘密保持の原則【約5分】	5分26秒	T41-01-03
		第2章 介護現場におけるプライバシー 【22分20秒】	①プライバシーの侵害と弊害【約6分】	5分35秒	T41-02-01
			②プライバシーの侵害と虐待【約5分】	5分28秒	T41-02-02
			③介護現場とプライバシー【約5分】	5分11秒	T41-02-03
			④パターナリズムの理解【約6分】	6分06秒	T41-02-04
		第3章 プライバシー保護の実際 【14分47秒】	①基本的マナーと態度【約6分】	5分31秒	T41-03-01
			②プライバシーを守る職場風土【約6分】	5分31秒	T41-03-02
			③プライバシーと介護実践の線引き【約4分】	3分45秒	T41-03-03
			④プライバシーと個人情報【約4分】	4分27秒	T41-03-04
			⑤プライバシーと介護実践の線引き【約4分】	3分45秒	T41-03-05
法定	42事故防止・腰痛対策に関する研修<ラックヘルスケア>	第1章 5分でわかる座学編 【23分56秒】	①移乗時の介助者の負担【約6分】	5分47秒	T42-01-01
			②移乗時の利用者の負担【約4分】	4分23秒	T42-01-02
			③ラクに移乗するってどうするの？【約5分】	4分51秒	T42-01-03
			④用具を使うことは受け身ではない【約4分】	4分28秒	T42-01-04
			⑤自分が主体となることのメリット【約4分】	4分27秒	T42-01-05
		第2章 1分でわかる実践編 【8分44秒】	①介助ベルト編【約2分】	1分42秒	T42-02-01
			②トランスファーボード・準備ポイント編【約1分】	1分27秒	T42-02-02
			③トランスファーボード・基本動作編【約2分】	1分50秒	T42-02-03
			④トランスファーボード・選んでみよう！編【約2分】	1分38秒	T42-02-04
			⑤フレックスボード編【約2分】	2分07秒	T42-02-05
法定	43非常災害に関する研修<田原 ひとみ>	第1章 過去の災害から学ぶ 【9分16秒】	①災害の種類【約1分】	1分19秒	T43-01-01
			②近年の自然災害事例【約4分】	4分07秒	T43-01-02
			③高齢者施設での被害事例【約4分】	3分50秒	T43-01-03
		第2章 地震災害【8分45秒】	①プレートと地震発生【約3分】	2分41秒	T43-02-01
			②過去の巨大地震【約3分】	3分15秒	T43-02-03
			③プレートと地震発生【約3分】	2分41秒	T43-02-02

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
法定	43非常災害に関する研修<田原 ひとみ>	第2章 地震災害【8分45秒】	③震度別の揺れ（体感・物の動き等）【約3分】	2分49秒	T43-02-04		
		第3章 地震から命を守る 【35分21秒】	①災害を正しく恐れ正しく備える【約8分】	7分38秒	T43-03-01		
			②命を守るために大切なこと1【約7分】	7分27秒	T43-03-02		
			③命を守るために大切なこと2【約3分】	3分17秒	T43-03-03		
			④火災を防ぐ【約4分】	3分30秒	T43-03-04		
			⑤家屋の倒壊・家具の転倒を防止する1【約8分】	7分48秒	T43-03-05		
			⑥家屋の倒壊・家具の転倒を防止する2【約6分】	5分41秒	T43-03-06		
		第4章 水害（台風・暴風雨）から命を守る 【23分15秒】	①避難情報に関するガイドラインの改定【約2分】	2分27秒	T43-04-01		
			②土砂災害【約4分】	3分35秒	T43-04-02		
			③線状降水帯【約2分】	2分08秒	T43-04-03		
			④台風による被害と避難・備え【約5分】	4分34秒	T43-04-04		
			⑤車中死の危険【約5分】	4分38秒	T43-04-05		
			⑥タイムライン【約6分】	5分53秒	T43-04-06		
		第5章 災害対策 【35分24秒】	①災害対策の4つの視点【約5分】	5分23秒	T43-05-01		
			②平常時の対策【約9分】	8分44秒	T43-05-02		
			③現場の声（施設長・管理職）【約4分】	3分42秒	T43-05-03		
			④発災時対応【約5分】	5分26秒	T43-05-06		
			⑤避難訓練の目的・フィードバック【約3分】	2分33秒	T43-05-07		
			⑥避難持ち出し袋・備蓄品【約10分】	9分36秒	T43-05-08		
		法定	44感染症・食中毒の予防、蔓延防止<田原 ひとみ>	第1章 感染症とは 【18分35秒】	①感染症の歴史と新型コロナウイルスの脅威【約5分】	5分08秒	T44-01-01
					②感染成立の3要因・不顕性感染【約5分】	4分43秒	T44-01-02
③感染経路の種類と病原微生物【約3分】	2分30秒				T44-01-03		
④免疫とは【約3分】	2分45秒				T44-01-04		
⑤ワクチンの種類と期待される効果【約3分】	3分29秒				T44-01-05		
第2章 高齢者がかかりやすい感染症 【21分47秒】	①高齢者の特徴【約2分】			2分28秒	T44-02-01		
	②具体的な感染症1【約6分】			6分18秒	T44-02-02		
	③具体的な感染症2【約5分】			5分16秒	T44-02-03		
	④具体的な感染症3【約8分】			7分45秒	T44-02-04		
第3章 接触感染対策 【30分34秒】	①感染対策の原則【約6分】			5分33秒	T44-03-01		
	②健康チェック（正しい体温測定）【約1分】			1分29秒	T44-03-02		
	③新型コロナ感染症の感染経路について【約3分】			2分52秒	T44-03-03		
	④流水石鹸での手洗い・アルコール消毒【約6分】			5分47秒	T44-03-04		
	⑤手指衛生のタイミング【約3分】			3分23秒	T44-03-05		
	⑥介護現場で不特定多数の人が触れる場所【約5分】			5分09秒	T44-03-06		
	⑦衛生清掃（拭き掃除の仕方）と消毒薬【約6分】			6分21秒	T44-03-07		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
法定	44感染症・食中毒の予防、蔓延防止<田原 ひとみ>	第4章 飛沫感染対策 【10分33秒】	①正しい咳エチケット【約2分】	1分58秒	T44-04-01		
			②正しいマスク装着方法【約5分】	5分18秒	T44-04-02		
			③職員間の感染リスク【約3分】	3分17秒	T44-04-03		
		第5章 効果的な換気方法【9分33秒】	①効果的な窓の開け方【約4分】	4分01秒	T44-05-01		
			②冬場の換気の問題点【約6分】	5分32秒	T44-05-02		
		第6章 食中毒予防 【20分03秒】	①食中毒の種類と発生場所【約4分】	4分04秒	T44-06-01		
			②食中毒の原因となる細菌（特徴・症状・原因）1【約4分】	3分52秒	T44-06-02		
			③食中毒の原因となる細菌（特徴・症状・原因）2【約4分】	3分54秒	T44-06-03		
			④食中毒の原因となる細菌（特徴・症状・原因）3【約2分】	2分23秒	T44-06-04		
			⑤食中毒を予防するためのポイント3原則【約2分】	1分50秒	T44-06-05		
			⑥食中毒を予防するための6つのポイント【約4分】	4分00秒	T44-06-06		
		法定	45医療に関する研修<鈴木 夕子>	第1章 「健康」について考える 【11分19秒】	①WHOの「健康の定義」を考える【約5分】	4分54秒	T45-01-01
					②「平常状態」とは【約3分】	3分03秒	T45-01-02
③「平常状態」の先にある「健康」【約3分】	3分22秒				T45-01-03		
第2章 私たちが出すサイン 【13分50秒】	①「意欲」「行動」「食欲」からのサイン【約5分】			5分11秒	T45-02-01		
	②「顔色」「顔貌」からのサイン【約3分】			2分40秒	T45-02-02		
	③「反応」からのサイン【約6分】			5分59秒	T45-02-03		
第3章 計って分かる観察点～バイタルサイン 【50分03秒】	①バイタルサインが示すもの【約3分】			3分21秒	T45-03-01		
	②体温のしくみと測定方法1【約5分】			4分37秒	T45-03-02		
	③体温のしくみと測定方法2【約12分】			11分54秒	T45-03-03		
	④脈拍のしくみと測定方法【約5分】			4分43秒	T45-03-04		
	⑤呼吸のしくみと測定方法1【約3分】			3分07秒	T45-03-05		
	⑥呼吸のしくみと測定方法2【約7分】			6分48秒	T45-03-06		
	⑦酸素飽和度と測定方法【約9分】			8分48秒	T45-03-07		
	⑧血圧のしくみと測定方法【約7分】			6分45秒	T45-03-08		
第4章 急変状態と急変時の対応 【22分34秒】	①「急変状態」とは【約3分】			2分33秒	T45-04-01		
	②報告のポイント【約5分】			5分10秒	T45-04-02		
	③連絡のポイント【約2分】			1分58秒	T45-04-03		
	④応急処置のポイント【約6分】			5分53秒	T45-04-04		
	⑤記録のポイント【約7分】			7分00秒	T45-04-05		
法定	46感染症・食中毒の予防及びまん延防止<鈴木 夕子>			第1章 感染症の基本 【17分54秒】	①病原微生物と感染症【約5分】	5分15秒	T46-01-01
		②感染症の危険性【約6分】	5分31秒		T46-01-02		
		③感染症の成り立ち【約5分】	4分40秒		T46-01-03		
		④高齢者と感染症【約2分】	2分28秒		T46-01-04		
		第2章 高齢者施設で発生しやすい感染症と感染対策【23分49秒】	①高齢者介護施設で発生しやすい感染症と感染対策【約4分】	3分31秒	T46-02-01		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
法定	46感染症・食中毒の予防及びまん延防止<鈴木 タ子>	第2章 高齢者施設で発生しやすい感染症と感染対策 【23分49秒】	②感染対策1 感染源の排除【約8分】	8分00秒	T46-02-02		
			③感染対策2 感染経路の遮断するための3つの配慮【約4分】	4分19秒	T46-02-03		
			④感染対策2 感染経路の遮断【約4分】	4分13秒	T46-02-04		
			⑤感染対策3 感受性を持つ個体(宿主)の抵抗力の向上【約4分】	3分46秒	T46-02-05		
			①食中毒とは【約8分】	7分46秒	T46-03-01		
		第3章 食中毒の予防とまん延防止 【17分13秒】	②高齢者と食中毒の危険性【約2分】	1分47秒	T46-03-02		
			③食中毒の予防及びまん延防止【約8分】	7分40秒	T46-03-03		
			第1章 高齢者虐待予防基礎 【16分50秒】	①虐待の実情【約12分】	11分32秒	T47-01-01	
				②虐待防止関連法の内容【約5分】	4分38秒	T47-01-02	
				③職業倫理からみた虐待【約6分】	6分11秒	T47-01-03	
④なぜ、虐待が起きてしまうのか(心理的理解)【約4分】	4分29秒	T47-01-04					
法定	47虐待防止の基礎<鈴木 貴彦>	第2章 虐待予防応用編 【26分08秒】	①利用者対応編(認知症利用者・日常生活自立度の低い利用者)【約12分】	12分07秒	T47-02-01		
			②養護者への支援【約6分】	6分19秒	T47-02-02		
			③虐待を発見した場合【約3分】	2分33秒	T47-02-03		
			④虐待事案の事例紹介【約5分】	5分09秒	T47-02-04		
		第3章 虐待予防 管理者編【15分14秒】	①職員(加害者)は悪者?(職員への支援)【約9分】	8分54秒	T47-03-01		
			②普段からの行うべき事項【約6分】	6分20秒	T47-03-02		
		法定	48身体拘束防止の基礎<鈴木 貴彦>	第1章 身体拘束防止基礎編 【15分08秒】	①身体拘束の実情【約2分】	2分22秒	T48-01-01
					②身体拘束関係法の内容【約3分】	3分17秒	T48-01-02
③身体拘束例外規定と遵守すべき事項【約5分】	5分07秒				T48-01-03		
④なぜ、身体拘束をしてはいけないのか(身体拘束の弊害)【約4分】	4分22秒				T48-01-04		
第2章 身体拘束応用編【14分45秒】	①その行為、本当に大丈夫?【約3分】			3分00秒	T48-02-01		
	②身体拘束以外の方法【約12分】			11分45秒	T48-02-02		
第3章 身体拘束防止 管理者編 【25分55秒】	①身体拘束を実施する場合に必要な事項【約6分】			5分47秒	T48-03-01		
	②事案を放置してしまった事業所の責任【約3分】			2分58秒	T48-03-02		
	③身体拘束をしない組織づくりのために【約5分】			5分27秒	T48-03-03		
	④身体拘束事案の事例紹介【約12分】			11分43秒	T48-03-04		
法定	49レクリエーションの工夫・コツ<レクシル>			第1章 レクリエーションのコツ 講義その1 【57分50秒】	①レクリエーションの意味/脱マンネリ・ネタ切れ【約4分】	3分55秒	T49-01-01
					②リハレクで大切にしている3つの事【約11分】	10分47秒	T49-01-02
		③あなたの「強み」をレクリエーションに応用する【約12分】	11分31秒		T49-01-03		
		④「強み」からオリジナルレクを作りだす【約10分】	9分59秒		T49-01-04		
		⑤相手(高齢者)の強みを発見する方法【約14分】	14分05秒		T49-01-05		
		⑥人間は「歳をとる」とどんな体になるの?【約8分】	7分33秒		T49-01-06		
		第2章 レクリエーションのコツ 講義その2【46分17秒】	①回想法を応用したレクリエーションの工夫【約9分】	8分39秒	T49-02-01		
			②コミュニケーションが上手くいくレクの工夫【約11分】	11分09秒	T49-02-02		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
	49レクリエーションの工夫・コツ<レクシル>	第2章 レクリエーションのコツ 講義その2 【46分17秒】	③オノマトペ(擬音語・擬態語)を使ってみよう【約6分】	6分19秒	T49-02-03
④創造力を刺激する「イメージセラピー」【約5分】			4分41秒	T49-02-04	
⑤足裏を刺激して五感にアプローチしよう【約8分】			8分11秒	T49-02-05	
⑥「役割」をプラスすればやる気を引きだせる【約7分】			7分18秒	T49-02-06	
法定	50元NHKキャスターが伝える接遇研修<相澤 静>	第1章 接遇とは 【24分58秒】	①はじめに【約16分】	15分50秒	T50-01-01
			②第一印象を決める時間【約5分】	4分46秒	T50-01-02
			③第一印象を決める要素【約3分】	3分12秒	T50-01-03
			④相澤流「第一印象」を決める4大要素【約1分】	1分10秒	T50-01-04
		第2章 第一印象を良くするには 【34分41秒】	①身だしなみ編【約5分】	5分18秒	T50-02-01
			②表情編【約12分】	12分28秒	T50-02-02
			③姿勢編【約8分】	8分21秒	T50-02-03
			④動作編【約9分】	8分34秒	T50-02-04
		第3章 好感度の高い話し方の基本 【31分36秒】	①アナウンサーが身に付けている3大要素とは【約4分】	3分40秒	T50-03-01
			②正しい口の形編【約7分】	6分57秒	T50-03-02
			③腹式呼吸編【約9分】	8分34秒	T50-03-03
			④滑舌編【約12分】	12分25秒	T50-03-04
		第4章 好感度の高い話し方テクニックとは 【26分07秒】	①アナウンサーが駆使している4大テクニックとは【約3分】	2分44秒	T50-04-01
			②声のトーン編【約8分】	8分07秒	T50-04-02
			③間の取り方編【約6分】	5分57秒	T50-04-03
			④話すスピード編【約3分】	2分51秒	T50-04-04
			⑤語尾編【約6分】	6分28秒	T50-04-05
		第5章 好感度の高い聞き方の基本 【14分11秒】	①3種類の「キク」【約3分】	2分54秒	T50-05-01
			②話をキクときの基本姿勢1【約5分】	4分50秒	T50-05-02
			③話をキクときの基本姿勢2【約4分】	3分30秒	T50-05-03
			④話をキクときの基本姿勢3【約3分】	2分57秒	T50-05-04
		第6章 好感度の高い聞き方テクニックとは 【30分28秒】	①相槌編【約5分】	4分58秒	T50-06-01
			②頷き編【約3分】	3分06秒	T50-06-02
			③オウム返し編【約3分】	3分00秒	T50-06-03
			④質問編【約12分】	12分25秒	T50-06-04
			⑤メモの取り方編【約7分】	6分59秒	T50-06-05
		第7章 信頼関係を築くには 【15分35秒】	①相手との快適な距離【約3分】	2分36秒	T50-07-01
			②相手との快適な位置【約3分】	2分59秒	T50-07-02
③接遇話法【約5分】	5分29秒		T50-07-03		
④婉曲表現【約2分】	1分57秒		T50-07-04		
⑤肯定的否定【約3分】	2分34秒		T50-07-05		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	50元NHKキャスターが伝える接遇研修<相澤 静>	第8章 相手に感じが良いと思ってもらうには 【42分54秒】	①敬語の基本【約8分】	7分48秒	T50-08-01
			②間違いやすい敬語【約5分】	5分08秒	T50-08-02
			③間違っている日本語【約11分】	11分12秒	T50-08-03
			④講座で学んだことを活かして【約19分】	18分46秒	T50-08-04
法定	51プライバシー保護の取り組み<森 ゆき>	第1章 プライバシー保護の基本理解 【10分05秒】	①プライバシーとは【約2分】	2分02秒	T51-01-01
			②プライバシー保護の重要性【約3分】	2分48秒	T51-01-02
			③プライバシーの侵害とは【約2分】	1分43秒	T51-01-03
			④プライバシーと個人情報【約4分】	3分32秒	T51-01-04
		第2章 介護現場におけるプライバシー保護 【14分37秒】	①介護サービスとプライバシー保護【約4分】	3分55秒	T51-02-01
			②介護場面でのプライバシーへの配慮 1【約2分】	2分19秒	T51-02-02
			③介護場面でのプライバシーへの配慮 2【約2分】	2分25秒	T51-02-03
			④要介護度とプライバシーへの配慮【約6分】	5分58秒	T51-02-04
		第3章 個人情報の保護 【27分00秒】	①個人情報とは【約8分】	8分21秒	T51-03-01
			②介護現場における個人情報の特徴【約3分】	3分27秒	T51-03-02
			③介護現場に潜む情報漏洩リスク【約8分】	7分35秒	T51-03-03
			④個人情報漏洩対策のポイント【約8分】	7分37秒	T51-03-04
	52メンタルヘルス・マネジメント<森 ゆき>	第1章 メンタルヘルス・マネジメントの基本理解 【17分09秒】	①メンタルヘルス・マネジメントの重要性【約5分】	4分34秒	T52-01-01
			②4つのケアと3つの予防【約4分】	3分43秒	T52-01-02
			③ストレスチェック制度【約5分】	4分57秒	T52-01-03
			④心の健康問題の正しい理解【約4分】	3分55秒	T52-01-04
		第2章 自分のメンタルを大切にできるセルフケア 【33分34秒】	①セルフケアとストレス【約4分】	4分22秒	T52-02-01
			②ストレスの発生と要因を理解する【約8分】	8分14秒	T52-02-02
			③ストレス反応を知り、いつもと違うと気付く【約3分】	3分28秒	T52-02-03
			④ストレスと関係が深い、考え方・受け止め方【約3分】	2分43秒	T52-02-04
			⑤ストレスを生んでしまう思考のクセ【約8分】	8分03秒	T52-02-05
			⑥ストレスを軽減するためにできること【約7分】	6分44秒	T52-02-06
		第3章 周囲のメンタルを大切にできるラインケア 【17分15秒】	①ラインケアとは【約2分】	2分17秒	T52-03-01
			②メンタルヘルス不調者に気付いたら【約5分】	5分01秒	T52-03-02
③休業からの職場復帰支援【約5分】	5分19秒		T52-03-03		
④復帰者への対応と再発防止に向けた取り組み【約5分】	4分38秒		T52-03-04		
	53 ハラスメント防止<森 ゆき>	第1章 ハラスメントの基本理解 【14分07秒】	①ハラスメントとは【約3分】	2分43秒	T53-01-01
			②職場におけるハラスメント防止を理解する【約4分】	4分03秒	T53-01-02
			③ハラスメントが与える影響～被害者、周囲の人～【約3分】	3分01秒	T53-01-03
			④ハラスメントが与える影響～行為者、組織～【約4分】	4分20秒	T53-01-04
		第2章 職場における3大ハラスメント【32分17秒】	①職場における3大ハラスメントとは【約4分】	3分57秒	T53-02-01

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①						
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード	
法定	53 ハラスメント防止<森 ゆき>	第2章 職場における3大ハラスメント 【32分17秒】	②パワハラ（パワーハラスメント）【約7分】	7分05秒	T53-02-02	
			③パワハラ防止法の制定【約4分】	3分38秒	T53-02-03	
			④セクハラ（セクシャルハラスメント）【約6分】	6分02秒	T53-02-04	
			⑤セクハラの変化による変化【約4分】	3分47秒	T53-02-05	
			⑥育介ハラ（育児・介護ハラスメント）【約8分】	7分48秒	T53-02-06	
			①介護現場におけるハラスメントの特徴【約3分】	3分21秒	T53-03-01	
		第3章 介護現場におけるハラスメント 【14分01秒】	②介護現場におけるハラスメントの実態【約3分】	3分08秒	T53-03-02	
			③介護現場におけるハラスメントの事例【約2分】	2分22秒	T53-03-03	
			④ハラスメント防止に向けての取り組み【約5分】	5分10秒	T53-03-04	
			法定	54 食中毒予防<森 幸夫>	第1章 食中毒について 【32分43秒】	①食中毒とは何か【約9分】
	②主な食中毒の種類1【約7分】	6分57秒				T54-01-02
	③主な食中毒の種類2【約9分】	8分56秒				T54-01-03
	④主な食中毒の種類3【約3分】	3分25秒				T54-01-04
	⑤主な食中毒の種類4【約5分】	4分51秒				T54-01-05
第2章 食中毒の予防 【25分38秒】	①食中毒対策の3原則1【約6分】	6分22秒			T54-02-01	
	②食中毒対策の3原則2【約6分】	5分39秒			T54-02-02	
	③抵抗力(免疫力)を維持する【約7分】	6分56秒			T54-02-03	
	④基本は「手洗い」【約7分】	6分41秒			T54-02-04	
第3章 高齢者施設での食中毒対策 【46分38秒】	①施設での食中毒の特徴【約4分】	4分16秒			T54-03-01	
	②調理スタッフの心得【約9分】	8分42秒			T54-03-02	
	③介護職員の心得【約8分】	7分51秒			T54-03-03	
	④ノロウイルスによる食中毒の特徴【約5分】	4分59秒			T54-03-04	
	⑤ノロウイルスによる食中毒の予防【約7分】	6分45秒			T54-03-05	
	⑥嘔吐物処理の方法【約5分】	4分39秒	T54-03-06			
	⑦嘔吐物処理の手順【約9分】	9分26秒	T54-03-07			
第4章 在宅介護での食中毒対策 【35分53秒】	①在宅介護での食中毒の特徴【約7分】	7分22秒	T54-04-01			
	②食中毒の予防1【約7分】	7分05秒	T54-04-02			
	③食中毒の予防2【約5分】	4分59秒	T54-04-03			
	④食中毒の予防3【約4分】	3分50秒	T54-04-04			
	⑤生活の中で気を付けること【約13分】	12分37秒	T54-04-05			
法定	55 介護事業者向け 障がいに関する研修<鈴木 貴彦>	第1章 障がいの概念 【19分58秒】	①障がい者の実情【約6分】	6分01秒	T55-01-01	
			②障がい者の生活上での課題【約5分】	4分49秒	T55-01-02	
			③障がいの受容過程【約4分】	4分15秒	T55-01-03	
			④不安とは【約5分】	4分53秒	T55-01-04	
		第2章 障がい者の理解【13分33秒】	①精神障がい者のインテーク及びアセスメント方法【約4分】	4分09秒	T55-02-01	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	55 介護事業者向け 障がいに関する研修<鈴木 貴彦>	第2章 障がい者の理解【13分33秒】	②自己覚知【約4分】	4分24秒	T55-02-02
			③精神障がい者の支援事例【約5分】	5分00秒	T55-02-03
		第3章 障がい者の支援 【25分40秒】	①精神障がい者との関わり【約8分】	7分32秒	T55-03-01
			②支援者の心構え【約10分】	10分02秒	T55-03-02
			③関係機関との連携【約8分】	8分06秒	T55-03-03
法定	56 権利擁護に関する研修<鈴木 貴彦>	第1章 権利擁護の実情 【20分56秒】	①権利擁護 尊厳の保持【約7分】	6分58秒	T56-01-01
			②高齢者虐待防止法【約8分】	7分34秒	T56-01-02
			③エンパワメント・アドボカシー【約6分】	6分24秒	T56-01-03
		第2章 権利擁護の理解 【27分35秒】	①ICFとICFの視点【約8分】	8分05秒	T56-02-01
			②成年後見制度/日常生活自立支援事業の活用【約11分】	10分49秒	T56-02-02
			③権利擁護で重要なこと【約9分】	8分41秒	T56-02-03
法定	57 介護業界で知っておきたい医療知識<鈴木 タ子>	第1章 高齢者の特徴 【29分34秒】	①三側面の特徴【約9分】	8分35秒	T57-01-01
			②病気の特徴【約15分】	15分08秒	T57-01-02
			③高齢者に対する支援【約6分】	5分51秒	T57-01-03
		第2章 高齢者と健康 【15分19秒】	①高齢者と健康のとらえ方【約5分】	5分06秒	T57-02-01
			②健康の定義を考える【約5分】	4分48秒	T57-02-02
			③このときどうする？【約5分】	5分25秒	T57-02-03
		第3章 高齢者に起こりやすい転倒 【14分00秒】	①ロコモティブシンドロームと転倒【約3分】	2分31秒	T57-03-01
			②高齢者に多い骨折【約4分】	3分53秒	T57-03-02
			③どのような時に転ぶか【約8分】	7分36秒	T57-03-03
法定	58 介護施設におけるターミナルケア<鈴木 タ子>	第1章 高齢者の理解 【15分50秒】	①高齢者の三側面の特徴【約7分】	6分36秒	T58-01-01
			②高齢者を取り巻く環境【約5分】	5分01秒	T58-01-02
			③高齢者が抱える不安【約4分】	4分13秒	T58-01-03
		第2章 「死」について 【18分06秒】	①「死」の概念【約9分】	8分47秒	T58-02-01
			②死の受容過程【約6分】	5分32秒	T58-02-02
			③「死」と家族【約4分】	3分47秒	T58-02-03
		第3章 「ターミナルケア」とは 【13分23秒】	①ターミナルケアとは【約3分】	2分36秒	T58-03-01
			②老衰について【約4分】	3分50秒	T58-03-02
			③旅立ちまでの段階【約7分】	6分57秒	T58-03-03
		第4章 ターミナルケアの実際 【31分58秒】	①倫理とジレンマ【約9分】	8分36秒	T58-04-01
			②ケアのポイント1【約6分】	5分58秒	T58-04-02
			③ケアのポイント2【約13分】	13分20秒	T58-04-03
④ケアのポイント3【約4分】	4分04秒		T58-04-04		
法定	59 精神的ケア（グリーフケア）<鈴木 タ子>	第1章 序説【19分00秒】	①「死」とはなにか【約10分】	10分29秒	T59-01-01
			②グリーフケアの対象となる人【約9分】	8分31秒	T59-01-02

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	59 精神的ケア（グリーフケア）＜鈴木 タ子＞	第2章 悲嘆のプロセス 【16分17秒】	①悲嘆のプロセス1 2段階【約8分】	7分55秒	T59-02-01
			②特徴的な性質をもつ喪失や悲嘆【約6分】	6分12秒	T59-02-02
			③悲しみへの配慮【約2分】	2分10秒	T59-02-03
		第3章 グリーフケアの実際 【6分57秒】	①グリーフケアを行うための指針【約3分】	2分52秒	T59-03-01
			②グリーフケアの実際【約4分】	4分24秒	T59-03-02
			③デスエデュケーション【約2分】	1分41秒	T59-03-03
法定	60 緊急時の対応＜森 幸夫＞	第1章 緊急時とは何か 【25分31秒】	①介護における「緊急時」とは1【約8分】	8分29秒	T60-01-01
			②介護における「緊急時」とは2【約7分】	6分35秒	T60-01-02
			③高齢者はなぜ急変するのか～身体的特徴～【約5分】	5分27秒	T60-01-03
			④高齢者はなぜ急変するのか～身体的変化～【約5分】	5分00秒	T60-01-04
		第2章 緊急時が起きる前に 【40分50秒】	①緊急時に対応できる心と知識を身につける1【約5分】	5分14秒	T60-02-01
			②緊急時に対応できる心と知識を身につける2【約5分】	4分33秒	T60-02-02
			③「いつもの状態」を把握する【約6分】	5分59秒	T60-02-03
			④バイタルサインとは何か1【約6分】	6分21秒	T60-02-04
			⑤バイタルサインとは何か2【約7分】	6分49秒	T60-02-05
			⑥バイタルサインとは何か3【約6分】	6分17秒	T60-02-06
			⑦バイタルサインとは何か4【約6分】	5分37秒	T60-02-07
		第3章 緊急時にまず行うこと 【37分54秒】	①介護職に気づいて欲しい「緊急時」【約8分】	7分34秒	T60-03-01
			②今の状態の把握【約4分】	4分01秒	T60-03-02
			③緊急時の対応1【約6分】	6分17秒	T60-03-03
			④緊急時の対応2【約5分】	4分51秒	T60-03-04
			⑤119番通報【約5分】	5分24秒	T60-03-05
			⑥介護現場で取り組んで欲しいこと【約10分】	9分47秒	T60-03-06
		第4章 症状別の対応方法 【31分11秒】	①慌てずに対応しましょう1【約8分】	7分59秒	T60-04-01
			②慌てずに対応しましょう2【約6分】	6分17秒	T60-04-02
			③慌てずに対応しましょう3【約8分】	7分52秒	T60-04-03
			④現場で対応できる症状【約9分】	9分03秒	T60-04-04
		第5章 在宅介護での緊急時の対応 【1時間02分13秒】	①契約時の取り決め【約7分】	7分19秒	T60-05-01
			②緊急時が起きる前に【約6分】	6分21秒	T60-05-02
			③自宅での熱中症に注意【約7分】	7分11秒	T60-05-03
			④入浴での緊急事態【約7分】	7分10秒	T60-05-04
			⑤ヒートショックの予防と対応【約9分】	8分54秒	T60-05-05
			⑥訪問したら倒れていた【約6分】	6分29秒	T60-05-06
			⑦「孤独死」とは何か？【約5分】	5分28秒	T60-05-07
			⑧緊急通報システムについて【約7分】	7分27秒	T60-05-08

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
法定	60 緊急時の対応<森 幸夫>	第5章 在宅介護での緊急時の対応【1時間02分13秒】	⑨認知症高齢者の見守り【約6分】	5分54秒	T60-05-09		
	61 排泄介助<前川 武嗣>	第1章 排泄介助の基本的な考え方 【29分53秒】	①排泄介助されたいですか？【約5分】	5分29秒	T61-01-01		
			②排尿についての基礎知識【約4分】	4分02秒	T61-01-02		
			③排便についての基礎知識【約5分】	5分12秒	T61-01-03		
			④トイレかオムツか判断基準は？【約7分】	6分47秒	T61-01-04		
			⑤排泄用品いろいろ【約8分】	8分23秒	T61-01-05		
		第2章 トイレ・オムツの介助 【27分07秒】	①立位がとれる方の介助【約4分】	3分34秒	T61-02-01		
			②立位が難しい方の介助【約4分】	4分25秒	T61-02-02		
			③オムツ類の扱い方【約4分】	4分03秒	T61-02-03		
			④漏れにくいテープ式の当て方のコツ【約6分】	6分00秒	T61-02-04		
			⑤陰部洗浄のコツ【約5分】	5分24秒	T61-02-05		
		⑥陰部洗浄での困りごと【約4分】	3分41秒	T61-02-06			
法定	62 事故発生又は再発防止<健心会 馬場博文>	第1章 転倒の概要 【10分47秒】	①転倒事故について【約2分】	2分00秒	T62-01-01		
			②転倒の要因【約5分】	4分45秒	T62-01-02		
			③転倒発生の危険因子【約2分】	2分15秒	T62-01-03		
			④転倒予防の必要性とは【約2分】	1分42秒	T62-01-04		
		第2章 転倒の内的要因 【11分43秒】	①転倒の内的要因とは【約3分】	2分45秒	T62-02-01		
			②転倒しない身体づくり バランス編【約2分】	2分25秒	T62-02-02		
			③転倒しない身体づくり 筋力編【約4分】	4分15秒	T62-02-03		
			④転倒しない身体づくり 筋持久力編【約2分】	2分18秒	T62-02-04		
		第3章 転倒の外的要因 【22分07秒】	①転倒の外的要因とは【約3分】	2分30秒	T62-03-01		
			②転倒しやすい自宅環境【約6分】	6分17秒	T62-03-02		
			③転倒しやすい環境 屋外編【約2分】	1分59秒	T62-03-03		
			④転倒しない環境づくり【約7分】	6分30秒	T62-03-04		
			⑤転倒しない動作の工夫【約5分】	4分51秒	T62-03-05		
			63 排泄ケア 基本編<大関 美里>	第1章 排泄ケアの前提 【20分34秒】	①現在地を知る【約5分】	4分37秒	T63-01-01
					②失禁することで何が辛いのか？【約4分】	4分08秒	T63-01-02
③コンチネンスケアの枠組み【約4分】	4分28秒				T63-01-03		
④ベースとなる4つの視点【約3分】	3分21秒				T63-01-04		
⑤誰にとっての問題？【約4分】	4分00秒				T63-01-05		
第2章 知っておきたい正常値 【28分55秒】	①一連の排泄動作から考える【約5分】			4分40秒	T63-02-01		
	②排尿の正常値【約8分】			7分34秒	T63-02-02		
	③排尿のメカニズム【約4分】			4分24秒	T63-02-03		
	④その人に合った水分の出納と排尿量【約3分】			2分54秒	T63-02-04		
	⑤排便の正常値とメカニズム【約5分】			4分44秒	T63-02-05		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
63 排泄ケア 基本編<大関 美里>		第2章 知っておきたい正常値【28分55秒】	⑥排便と蓄便【約5分】	4分39秒	T63-02-06		
		第3章 排泄の不都合とは【尿編】 【21分53秒】	①排尿障害の種類【約4分】	4分27秒	T63-03-01		
			②尿失禁の種類と対応（腹圧性尿失禁）【約4分】	4分13秒	T63-03-02		
			③尿失禁の種類と対応（切迫性尿失禁）【約4分】	3分50秒	T63-03-03		
			④尿失禁の種類と対応（溢流性尿失禁）【約3分】	2分38秒	T63-03-04		
			⑤尿失禁の種類と対応（機能性尿失禁）【約7分】	6分45秒	T63-03-05		
		第4章 排泄の不都合とは【便編】 【39分00秒】	①排便障害の種類と便失禁【約5分】	4分54秒	T63-04-01		
			②便秘とは【約10分】	10分07秒	T63-04-02		
			③下剤の効果と作用時間【約7分】	7分00秒	T63-04-03		
			④快便3つのポイント1 食事【約6分】	5分40秒	T63-04-04		
			⑤快便3つのポイント2 トランジット【約5分】	5分28秒	T63-04-05		
			⑥快便3つのポイント3 アウトレット【約6分】	5分51秒	T63-04-06		
		64 排泄ケア 実践・応用編<大関 美里>		第1章 排泄ケアのアセスメント編 【33分40秒】	①排泄ケアのアセスメント 1【約5分】	5分12秒	T64-01-01
					②排泄ケアのアセスメント 2【約5分】	5分02秒	T64-01-02
③プリストルスケールとは【約3分】	3分26秒				T64-01-03		
④排尿日誌の意味と付け方【約5分】	5分14秒				T64-01-04		
⑤排尿日誌の読み解き方【約4分】	4分14秒				T64-01-05		
⑥排便日誌の意味と付け方【約4分】	4分02秒				T64-01-06		
⑦排便日誌の読み解き方【約7分】	6分30秒				T64-01-07		
第2章 トイレでの排泄ケアを考える 【38分18秒】	①なぜトイレでの排泄が求められるのか？【約5分】			4分41秒	T64-02-01		
	②頻尿とは【約5分】			5分10秒	T64-02-02		
	③頻尿へのケア【約7分】			6分39秒	T64-02-03		
	④夜間頻尿、夜間多尿とは【約4分】			4分00秒	T64-02-04		
	⑤夜間頻尿、夜間多尿へのケア【約8分】			7分38秒	T64-02-05		
	⑥排泄に関わる福祉用具【約10分】			10分10秒	T64-02-06		
第3章 よくあるお悩みから実践編 【29分12秒】	①頻回に尿意を訴える方へのケア①アセスメント【約5分】			5分03秒	T64-03-01		
	②頻回に尿意を訴える方へのケア②対応【約4分】			4分14秒	T64-03-02		
	③トイレ介助に抵抗のある方への対応【約4分】			4分00秒	T64-03-03		
	④便秘へのケア①アセスメント【約3分】			2分53秒	T64-03-04		
	⑤便秘へのケア②排便日誌【約5分】			4分36秒	T64-03-05		
	⑥便秘へのケア③対応方法【約8分】			8分26秒	T64-03-06		
65 排泄ケア 実技編<大関 美里>				第1章 おむつ交換に関わる実技 【40分11秒】	①実技：おむつのいろは【約7分】	6分37秒	T65-01-01
					②実技：アウターの選び方【約4分】	4分17秒	T65-01-02
		③実技：パッドの選び方【約6分】	6分23秒		T65-01-03		
		④実技：テープ止めタイプの装着【約14分】	14分10秒		T65-01-04		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①								
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード			
	65 排泄ケア 実技編<大関 美里>	第1章 おむつ交換に関わる実技【40分11秒】	⑤実技：よくあるお困り事への対応【約4分】	4分11秒	T65-01-05			
			⑥実技：履くタイプおむつの履き方【約5分】	4分33秒	T65-01-06			
法定	66 身体拘束～専門職として知っておきたい視点～<木村 誠>	第1章 身体拘束の基本的知識 【21分07秒】	①身体拘束を学ぶにあたって【約7分】	6分59秒	T66-01-01			
			②身体拘束の定義【約3分】	3分20秒	T66-01-02			
			③身体拘束が認められる3要件【約4分】	3分31秒	T66-01-03			
			④身体拘束の対象となる行為【約4分】	3分53秒	T66-01-04			
			⑤身体拘束の弊害【約3分】	3分24秒	T66-01-05			
		第2章 身体拘束の具体例と改善例 【24分51秒】	①四点柵【約7分】	6分38秒	T66-02-01			
			②ミトン【約6分】	6分05秒	T66-02-02			
			③椅子への固定【約6分】	6分05秒	T66-02-03			
			④身体拘束と認知症ケアの関連性【約6分】	6分03秒	T66-02-04			
			⑤身体拘束と認知症ケアの関連性【約6分】	6分03秒	T66-02-04			
法定	67 虐待～専門職として知っておきたい視点～<木村 誠>	第1章 虐待の基本的知識 【12分08秒】	①高齢者虐待を学ぶにあたって【約6分】	5分53秒	T67-01-01			
			②高齢者虐待とは？【約2分】	2分10秒	T67-01-02			
			③虐待の種類【約4分】	4分05秒	T67-01-03			
		第2章 虐待が起きない職場環境に向けて 【44分00秒】	①見逃しがちな認知症の知識不足によるストレス【約2分】	2分26秒	T67-02-01			
			②無理やりお風呂に連れていくことは虐待？【約5分】	5分11秒	T67-02-02			
			③金銭搾取の例【約6分】	5分57秒	T67-02-03			
			④「誰も見ていないから」の落とし穴【約6分】	6分18秒	T67-02-04			
			⑤経験年数が増えるとストレスも増える？【約6分】	5分46秒	T67-02-05			
			⑥葛藤できるというスキル【約6分】	5分50秒	T67-02-06			
			⑦何故を繰り返すカンファレンスのススメ【約6分】	6分11秒	T67-02-07			
			⑧失敗を共有できるというスキル【約6分】	6分21秒	T67-02-08			
			法定	68 介護予防及び要介護度進行予防<健芯会 馬場 博文>	第1章 フレイルの概要 【16分23秒】	①フレイルとは【約8分】	7分58秒	T68-01-01
						②身体的フレイル【約2分】	2分23秒	T68-01-02
						③精神・心理的フレイル【約2分】	2分02秒	T68-01-03
④社会的フレイル【約1分】	1分20秒	T68-01-04						
⑤新型コロナウイルスの感染症による影響【約3分】	2分40秒	T68-01-05						
第2章 フレイル予防 【30分14秒】	①フレイル予防 概要【約6分】	5分49秒	T68-02-01					
	②フレイル予防の為に運動【約5分】	5分08秒	T68-02-02					
	③フレイル予防の為に口腔・栄養【約7分】	7分24秒	T68-02-03					
	④フレイル予防の為に生活【約6分】	5分42秒	T68-02-04					
	⑤フレイル予防の為に社会参加【約6分】	6分11秒	T68-02-05					
第3章 自立支援と重度化防止 【23分39秒】	①自立とは【約4分】	3分54秒	T68-03-01					
	②自立支援について【約3分】	3分18秒	T68-03-02					
	③自立支援におけるリスク管理【約4分】	4分00秒	T68-03-03					

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧①					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	68 介護予防及び要介護度進行予防<健芯会 馬場 博文>	第3章 自立支援と重度化防止【23分39秒】	④自立支援における関わり方【約8分】	7分30秒	T68-03-04
			⑤重度化防止のための関わり方【約5分】	4分57秒	T68-03-05
法定	69 褥瘡について知っトク講座<健芯会 高石 知洋>	第1章 褥瘡の概要 【5分33秒】	①褥瘡の定義とリスク要因【約2分】	2分17秒	T69-01-01
			②褥瘡が発生しやすい人の特徴【約1分】	1分28秒	T69-01-02
			③創傷治癒過程【約2分】	1分48秒	T69-01-03
		第2章 褥瘡の評価・管理について 【11分12秒】	①褥瘡予防・管理のアルゴリズム【約2分】	1分35秒	T69-02-01
			②褥瘡評価【約3分】	2分30秒	T69-02-02
			③栄養評価【約5分】	5分02秒	T69-02-03
			④日常生活動作能力/座位能力評価/身体機能の評価【約2分】	2分05秒	T69-02-04
			⑤褥瘡予防・管理のアルゴリズム【約2分】	1分35秒	T69-02-01
法定	70 接遇に関する研修<小関 昇平>	第1章 原則論 【30分13秒】	①人の印象を決めるもの【約4分】	4分23秒	T70-01-01
			②接遇5原則その1 表情【約6分】	6分00秒	T70-01-02
			③接遇5原則その2 挨拶【約3分】	3分28秒	T70-01-03
			④接遇5原則その3 身だしなみ【約4分】	3分45秒	T70-01-04
			⑤接遇5原則その4 話し方【約6分】	6分13秒	T70-01-05
			⑥接遇5原則その5 聴く態度【約6分】	6分24秒	T70-01-06
		第2章 場面ごとの応用 【24分11秒】	①電話応対について【約7分】	6分31秒	T70-02-01
			②否定形を肯定形へ【約6分】	5分48秒	T70-02-02
			③スピーチロックとは【約6分】	5分56秒	T70-02-03
			④適切な空間管理【約6分】	5分56秒	T70-02-04

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

B：テーマ別一覧②（教科：71～）※2024年1月配信分から

法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
		<p>第1章 令和6年度 介護報酬改定の解説 【18分25秒】 ※2024/1/27撮影</p>	第1章をまとめて視聴する場合はこちら【約18分】	18分25秒	E00-01-01
			①改定の概要 基本的な視点【約3分】	3分19秒	E00-01-02
			②地域包括ケアシステムの深化・推進【約4分】	3分31秒	E00-01-03
			③自立支援・重度化防止に向けた対応【約2分】	2分17秒	E00-01-04
			④働きやすい職場づくり【約3分】	2分36秒	E00-01-05
			⑤制度の安定性・持続可能性の確保【約2分】	1分39秒	E00-01-06
			⑥その他の改定【約3分】	3分26秒	E00-01-07
			⑦改定率【約2分】	2分16秒	E00-01-08
		<p>第2章 令和6年度 介護報酬改定の解説 居宅介護支援編 【15分4秒】 ※2024/1/27撮影</p>	第2章をまとめて視聴する場合はこちら【約15分】	15分04秒	E00-02-01
			①1人あたりの取扱い件数の見直し【約4分】	3分52秒	E00-02-02
			②特定事業所加算の見直し【約2分】	2分03秒	E00-02-03
			③介護予防支援の見直し【約2分】	1分51秒	E00-02-04
			④モニタリングの見直し【約2分】	1分54秒	E00-02-05
			⑤入院時・通院時情報連携加算【約2分】	2分10秒	E00-02-06
			⑥ターミナルケアマネジメント加算の見直し【約2分】	1分43秒	E00-02-07
		⑦その他の見直し【約2分】	2分14秒	E00-02-08	
		<p>令和6年度 介護報酬改定の解説 ＜金谷 勇歩＞</p> <p>第3章 令和6年度 介護報酬改定の解説 在宅サービス編 【18分46秒】 ※2024/1/27撮影</p>	第3章をまとめて視聴する場合はこちら【約19分】	18分46秒	E00-03-01
			①個別機能訓練等の見直し【約2分】	2分10秒	E00-03-02
			②入浴介助加算の見直し【約2分】	2分11秒	E00-03-03
			③訪問介護の見直し【約2分】	2分16秒	E00-03-04
			④LIFE関連加算の見直し【約3分】	2分32秒	E00-03-05
			⑤訪問看護関連の見直し【約2分】	2分20秒	E00-03-06
			⑥リハビリテーションの見直し【約2分】	2分12秒	E00-03-07
			⑦看取り関連の見直し【約2分】	1分38秒	E00-03-08
			⑧高齢者虐待防止等の見直し【約2分】	2分23秒	E00-03-09
			⑨業務継続計画未作成の減算【約2分】	1分56秒	E00-03-10
		<p>第4章 令和6年度 介護報酬改定の解説 施設サービス編 【29分12秒】 ※2024/3/2撮影</p>	第4章をまとめて視聴する場合はこちら【約29分】	29分12秒	E00-04-01
			①協力医療機関との連携体制【約4分】	3分34秒	E00-04-02
			②夜間看護体制加算・医療連携体制加算の見直し【約4分】	3分31秒	E00-04-03
			③入院時等の医療機関への情報提供【約1分】	1分26秒	E00-04-04
			④感染症対応力の向上、施設内療養の見直し【約4分】	4分05秒	E00-04-05
			⑤リハビリテーション関連の見直し【約4分】	4分06秒	E00-04-06
			⑥LIFE関連加算の見直し【約2分】	2分02秒	E00-04-07
			⑦認知症チームケア推進加算【約3分】	2分58秒	E00-04-08

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧②							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード		
	令和6年度 介護報酬改定の解説 ＜金谷 勇歩＞	第4章 令和6年度 介護報酬改定の解説 施設サービス編 【29分12秒】 ※2024/3/2撮影	⑧生産性向上の推進【約5分】	5分13秒	E00-04-09		
			⑨高齢者虐待防止等の見直し【約2分】	1分33秒	E00-04-10		
			⑩業務継続計画未作成の減算【約2分】	1分35秒	E00-04-11		
法定	71 褥瘡について知っトク講座 第二弾＜健芯会 高石 知洋＞	第1章 褥瘡ケア・予防について 【12分45秒】	①褥瘡ケア・予防のアルゴリズム【約3分】	3分09秒	T71-01-01		
			②外科的治療【約3分】	2分59秒	T71-01-02		
			③保存的治療【約5分】	4分55秒	T71-01-03		
			④発生後ケア【約2分】	1分42秒	T71-01-04		
		第2章 福祉用具を活用した褥瘡ケア 【19分22秒】	①体位変換【約6分】	5分49秒	T71-02-01		
			②ポジショニング【約3分】	2分51秒	T71-02-02		
			③マットレス【約3分】	3分04秒	T71-02-03		
			④車椅子、体圧分散クッション、福祉用具の貸与・購入【約8分】	7分38秒	T71-02-04		
法定	71 褥瘡について知っトク講座 第二弾＜健芯会 高石 知洋＞	第3章 具体的なケア 【19分12秒】	①スキンケア【約3分】	3分15秒	T71-03-01		
			②栄養指導、教育【約3分】	3分08秒	T71-03-02		
			③物理療法、運動療法【約3分】	2分36秒	T71-03-03		
			④発生予測、皮膚観察【約4分】	4分18秒	T71-03-04		
			⑤連携について【約3分】	3分27秒	T71-03-05		
			⑥医療行為の境界と注意点【約2分】	2分28秒	T71-03-06		
	72 STが教える食事介助＜健芯会 笠巻 海音＞	第1章 食べる・飲み込むを考える 【14分57秒】	①食事の意義【約2分】	1分41秒	T72-01-01		
			②摂食嚥下【約5分】	4分38秒	T72-01-02		
			③飲み込みについて【約9分】	8分38秒	T72-01-03		
		第2章 食事介助のレベルアップ！ 【23分20秒】	①おいしい・安全な食事介助【約2分】	1分35秒	T72-02-01		
			②食事前のサポート【約7分】	6分50秒	T72-02-02		
			③食事中・後のサポート【約4分】	4分03秒	T72-02-03		
			④食事介助の三原則【約5分】	4分35秒	T72-02-04		
			⑤こんなときに要注意！【約3分】	3分17秒	T72-02-05		
			⑥食事介助にプラスワン！【約3分】	3分00秒	T72-02-06		
			73 STが教える口腔ケア＜健芯会 笠巻 海音＞	第1章 口腔ケアを学ぼう 【6分56秒】	①口腔ケアの意義【約3分】	3分22秒	T73-01-01
					②基礎知識【約3分】	2分31秒	T73-01-02
					③口腔ケアを始める前に【約1分】	1分03秒	T73-01-03
第2章 口腔ケアの実施手順 【19分23秒】	①介助者と物品の準備【約3分】			2分38秒	T73-02-01		
	②介助を受ける人の準備【約4分】			3分43秒	T73-02-02		
	③観察・うがい【約4分】			3分55秒	T73-02-03		
	④入れ歯の清掃【約3分】			3分05秒	T73-02-04		
	⑤歯ブラシ・舌の掃除【約3分】			3分02秒	T73-02-05		
	⑥プラスポイント【約3分】			3分00秒	T73-02-06		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧②					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	74 認知症の基礎知識<森 幸夫>	第1章 認知症とは何か 【25分15秒】	①認知症とは何か【約6分】	5分38秒	T74-01-01
			②認知症の診断方法【約5分】	5分03秒	T74-01-02
			③認知症の種類と特徴1【約5分】	5分01秒	T74-01-03
			④認知症の種類と特徴2【約5分】	4分36秒	T74-01-04
			⑤認知症の種類と特徴3【約5分】	4分57秒	T74-01-05
		第2章 認知症の症状 【24分55秒】	①中核症状について1【約3分】	3分29秒	T74-02-01
			②中核症状について2【約4分】	4分24秒	T74-02-02
			③中核症状について3【約5分】	4分41秒	T74-02-03
			④BPSDについて1【約7分】	6分45秒	T74-02-04
			⑤BPSDについて2【約6分】	5分36秒	T74-02-05
法定	75 認知症のケア<森 幸夫>	第1章 基本的な対応 【34分10秒】	①認知症の人の気持ちを知ろう1【約6分】	6分11秒	T75-01-01
			②認知症の人の気持ちを知ろう2【約6分】	5分56秒	T75-01-02
			③認知症の人への対応の基本【約4分】	4分28秒	T75-01-03
			④認知症の人への対応方法1【約6分】	5分49秒	T75-01-04
			⑤認知症の人への対応方法2【約6分】	5分33秒	T75-01-05
			⑥行方不明に備える【約6分】	6分13秒	T75-01-06
		第2章 タイプ別対応方法 【35分01秒】	①身体不調型【約7分】	6分57秒	T75-02-01
			②認知障がい型【約6分】	6分22秒	T75-02-02
			③環境不応型【約5分】	5分25秒	T75-02-03
			④葛藤型【約5分】	5分15秒	T75-02-04
			⑤回帰型【約6分】	5分47秒	T75-02-05
			⑥遊離型【約6分】	5分15秒	T75-02-06
法定	76 認知症高齢者の権利を守る<森 幸夫>	第1章 認知症高齢者の自立支援 【30分00秒】	①認知症高齢者の尊厳を守る【約7分】	6分47秒	T76-01-01
			②自立支援と自律支援【約6分】	5分59秒	T76-01-02
			③自己決定支援【約5分】	5分29秒	T76-01-03
			④生活の中での自己決定支援【約5分】	5分21秒	T76-01-04
			⑤地域の理解【約6分】	6分24秒	T76-01-05
		第2章 生活上の障がいを守る 【33分57秒】	①個人情報を守る【約6分】	6分17秒	T76-02-01
			②プライバシーを守る【約8分】	7分32秒	T76-02-02
			③消費者被害から守る【約7分】	6分45秒	T76-02-03
			④虐待から守る1【約7分】	6分30秒	T76-02-04
			⑤虐待から守る2【約7分】	6分53秒	T76-02-05
法定	77 高齢者介護事業者向け 障がいに関する研修<木村 誠>	第1章 高齢者支援と障がい者支援の違いを知る 【14分31秒】	①高齢者分野で働く介護職が障害者支援を学ぶ意味【約2分】	2分22秒	T77-01-01
			②障害福祉と介護保険の違い【約3分】	3分04秒	T77-01-02
			③障害福祉サービスの利用者サービス利用計画【約4分】	4分15秒	T77-01-03

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧②					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	77 高齢者介護事業者向け 障がいに関する研修<木村 誠>	第1章 高齢者支援と障がい者支援の違いを知る	④65歳問題【約5分】	4分50秒	T77-01-04
		第2章 障がい者支援の実践 【35分31秒】	①障害者支援サービスの特徴【約3分】	3分26秒	T77-02-01
			②外出支援のエピソード紹介【約8分】	8分01秒	T77-02-02
			③医療的ケア【約3分】	3分04秒	T77-02-03
			④見守り技術【約2分】	2分28秒	T77-02-04
			⑤コミュニケーション技法①文字盤【約4分】	4分25秒	T77-02-05
			⑥コミュニケーション技法②口文字【約4分】	3分45秒	T77-02-06
			⑦高齢者介護に活かせること【約5分】	4分58秒	T77-02-07
			⑧インタビュー～ヘルパーと利用者の関係～【約5分】	5分27秒	T77-02-08
法定	78 権利擁護に関する研修<木村 誠>	第1章 障がい者支援の歴史と権利擁護 【21分2秒】	①障がい者福祉の歴史1【約5分】	4分33秒	T78-01-01
			②障がい者福祉の歴史2【約4分】	4分01秒	T78-01-02
			③障がい者福祉の歴史3【約3分】	3分05秒	T78-01-03
			④障がい者福祉の歴史4【約3分】	2分47秒	T78-01-04
			⑤障がい者福祉の歴史5【約7分】	6分36秒	T78-01-05
		第2章 障がい者の権利擁護の実際 【16分14秒】	①当事者の視点①～障害の捉え方って?～【約3分】	3分24秒	T78-02-01
			②当事者の視点②～障害者権利条約批准に至るまで～【約2分】	1分45秒	T78-02-02
			③当事者の視点③～自分史～【約8分】	7分33秒	T78-02-03
			④当事者の視点④～今後、注力すべきこと～【約4分】	3分32秒	T78-02-04
			法定	79 医療に関する教育・研修Ⅰ<徳山 和宏>	第1章 介護に必要な医学的知識～パーキンソン病など～ 【32分4秒】
②パーキンソン病 その2【約4分】	4分22秒	T79-01-02			
③パーキンソン病 その3【約6分】	5分30秒	T79-01-03			
④パーキンソン病 その4【約6分】	5分41秒	T79-01-04			
⑤脊髄小脳変性症【約5分】	5分07秒	T79-01-05			
⑥多系統萎縮症【約6分】	5分43秒	T79-01-06			
第2章 介護に必要な医学的知識～脳血管障害など～ 【33分57秒】	①生活習慣病 その1【約6分】	6分01秒			T79-02-01
	②生活習慣病 その2【約6分】	5分43秒			T79-02-02
	③脳血管障害 その1【約5分】	5分03秒			T79-02-03
	④脳血管障害 その2【約6分】	6分16秒			T79-02-04
	⑤脳血管障害 その3【約5分】	5分21秒			T79-02-05
⑥閉塞性動脈硬化症【約6分】	5分33秒	T79-02-06			
法定	80 医療に関する教育・研修Ⅱ<徳山 和宏>	第1章 介護に必要な医学的知識～骨折など～ 【29分3秒】	①慢性閉塞性肺疾患（COPD）【約4分】	4分02秒	T80-01-01
			②骨粗鬆症と骨折【約5分】	5分15秒	T80-01-02
			③大腿骨頸部骨折【約4分】	4分24秒	T80-01-03
			④変形性関節症【約5分】	5分17秒	T80-01-04
			⑤脊髄損傷、後縦靭帯骨化症【約4分】	4分04秒	T80-01-05

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

テーマ別一覧②					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教材コード
法定	80 医療に関する教育・研修Ⅱ <徳山 和宏>	第1章 介護に必要な医学的知識～骨折など～	⑥関節リウマチ【約6分】	6分01秒	T80-01-06
法定		第2章 介護に必要な医学的知識～廃用症候群など～ 【30分35秒】	①廃用症候群 その1【約7分】	7分27秒	T80-02-01
			②廃用症候群 その2【約4分】	4分02秒	T80-02-02
			③廃用症候群 その3【約5分】	4分39秒	T80-02-03
			④がん（悪性新生物）【約5分】	5分27秒	T80-02-04
			⑤筋萎縮性側索硬化症【約5分】	4分42秒	T80-02-05
			⑥脊柱管狭窄症【約4分】	4分18秒	T80-02-06
NEW 81 OTが教える入浴介助 <健芯会 馬場 博文>	第1章 入浴介助を学ぶ 【33分17秒】	①入浴介助の目的・特徴【約5分】	5分03秒	T81-01-01	
		②入浴介助加算【約6分】	5分57秒	T81-01-02	
		③入浴介助の過程と援助の視点【約4分】	3分49秒	T81-01-03	
		④入浴前の事前確認事項【約9分】	8分28秒	T81-01-04	
		⑤入浴介助の際に準備するもの【約5分】	4分38秒	T81-01-05	
		⑥入浴に関する感染予防対策【約6分】	5分22秒	T81-01-06	
	第2章 入浴介助のポイント 【26分12秒】	①入浴事故とリスク管理【約5分】	5分28秒	T81-02-01	
		②入浴介助事例～入浴拒否のある方【約7分】	6分38秒	T81-02-02	
		③福祉用具を活用してみよう【約3分】	3分10秒	T81-02-03	
		④自助具を活用してみよう【約3分】	3分07秒	T81-02-04	
		⑤在宅での浴室評価のポイント【約4分】	4分21秒	T81-02-05	
		⑥まとめ【約3分】	3分28秒	T81-02-06	

C：階層別一覧

法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
01新規採用職員（新人対象）＜菊地 みほ＞		第1章 社会人としての心得 【22分20秒】	①社会人としての心構え【約4分】	4分17秒	C01-01-01
			②自分を振り返る事の大切さ【約3分】	3分11秒	C01-01-02
			③評価の受け止め方を考える【約4分】	3分32秒	C01-01-03
			④褒められ方のポイント【約6分】	5分46秒	C01-01-04
			⑤叱られ方のポイント【約6分】	5分34秒	C01-01-05
02リーダーシップ（中堅以上対象）＜菊地 みほ＞	第1章 リーダーシップの基礎理解 【21分05秒】	①リーダーシップが必要な理由【約4分】	4分04秒	C02-01-01	
		②リーダーシップの役割(初級)【約5分】	4分51秒	C02-01-02	
		③リーダーシップの役割(上級)【約5分】	5分23秒	C02-01-03	
		④心がけたい4つの目標【約4分】	3分38秒	C02-01-04	
		⑤リーダーの組織に与える影響力【約3分】	3分09秒	C02-01-05	
	第2章 リーダーに必要な説得スキル 【20分58秒】	①説得のポイント【約4分】	3分37秒	C02-02-01	
		②行動意欲を促す説得の基本【約7分】	6分36秒	C02-02-02	
		③代表的な説得の技法(1)【約6分】	5分44秒	C02-02-03	
		④代表的な説得の技法(2)【約5分】	5分01秒	C02-02-04	
	第3章 リーダーに必要な問題解決思考 【45分21秒】	①問題解決とは【約4分】	3分44秒	C02-03-01	
		②解決すべき問題の3分類【約3分】	3分17秒	C02-03-02	
		③問題解決の2つの視点【約3分】	2分39秒	C02-03-03	
		④問題解決のステップ【約6分】	5分43秒	C02-03-04	
		⑤原因分析の手法【約4分】	4分02秒	C02-03-05	
		⑥対策検討に必要な話し合いの進め方【約4分】	3分59秒	C02-03-06	
		⑦対策決定のための基準【約4分】	3分45秒	C02-03-07	
		⑧対策案の論理を考える【約5分】	4分32秒	C02-03-08	
		⑨周囲を巻き込む際のポイント【約3分】	2分53秒	C02-03-09	
		⑩解決志向による問題解決【約5分】	5分19秒	C02-03-10	
		⑪ソリューションフォーカスのステップ【約5分】	5分28秒	C02-03-11	
03指導・育成力（中堅以上対象）＜山郷 政史＞	第1章 指導者の基礎知識 【33分14秒】	①社会人教育の3本柱 OJTとは何か【約3分】	3分00秒	C03-01-01	
		②OJTの時代的变化 目的【約4分】	4分11秒	C03-01-02	
		③OJTの時代的变化 指導内容【約6分】	6分12秒	C03-01-03	
		④指導担当者制 メリット・デメリット【約8分】	7分39秒	C03-01-04	
		⑤福祉職場における指導環境の特徴1 レッテル効果【約5分】	5分13秒	C03-01-05	
		⑥福祉職場における指導環境の特徴2 正しさの多様性【約7分】	6分59秒	C03-01-06	
	第2章 OJTの流れと注意点 【24分58秒】	①OJTの4ステップ【約4分】	3分51秒	C03-02-01	
		②陥りがちな問題1 計画の共有【約6分】	6分05秒	C03-02-02	
		③陥りがちな問題2 先入観のコントロール【約3分】	3分19秒	C03-02-03	

階層別一覧							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード		
03指導・育能力（中堅以上対象）＜山郷 政史＞		第2章 OJTの流れと注意点【24分58秒】	④陥りがちな問題3 自己満足【約6分】	5分54秒	C03-02-04		
			⑤陥りがちな問題4 宣言の活用【約6分】	5分49秒	C03-02-05		
		第3章 レクチャースキル 【1時間00分55秒】	①カギとなる感受作用への理解【約8分】	8分27秒	C03-03-01		
			②受容させる話し方1 音調・語調への配慮【約3分】	2分38秒	C03-03-02		
			③受容させる話し方2 上昇表現【約6分】	5分31秒	C03-03-03		
			④受容させる話し方3 肯定的表現【約7分】	6分43秒	C03-03-04		
			⑤受容させる話し方4 依頼表現【約3分】	2分54秒	C03-03-05		
			⑥理解させる話し方1 聞き取りやすさ【約7分】	7分09秒	C03-03-06		
			⑦理解させる話し方2 言葉の選び方【約7分】	7分02秒	C03-03-07		
			⑧理解させる話し方3 具体性【約7分】	6分54秒	C03-03-08		
			⑨理解させる話し方4 順序の工夫【約4分】	3分43秒	C03-03-09		
			⑩理解させる話し方5 整理の工夫【約5分】	4分37秒	C03-03-10		
			⑪理解させる話し方6 質問のタイミングと精度【約5分】	5分17秒	C03-03-11		
		第4章 評価スキル 【1時間12分03秒】	①褒める・叱ることの目的とは【約4分】	4分21秒	C03-04-01		
			②褒め方の基本1 言葉数を増やす【約6分】	6分26秒	C03-04-02		
			③褒め方の基本2 のびしろを残して【約2分】	1分46秒	C03-04-03		
			④褒め方の基本3 継続点を具体的に【約2分】	2分19秒	C03-04-04		
			⑤褒め方の基本4 屈折法の活用【約3分】	3分02秒	C03-04-05		
			⑥褒め方の基本5 周囲への好影響を【約3分】	2分38秒	C03-04-06		
			⑦叱り方の基本1 冷静に【約4分】	4分09秒	C03-04-07		
			⑧叱り方の基本2 ヒヤリングから入る【約7分】	7分05秒	C03-04-08		
			⑨叱り方の基本3 根拠と改善方向を明らかに【約3分】	3分14秒	C03-04-09		
			⑩叱り方の基本4 一叱一時【約5分】	4分31秒	C03-04-10		
			⑪叱り方の基本5 周囲への配慮を【約3分】	2分45秒	C03-04-11		
			⑫ケーストレーニング1 褒めてみよう【約9分】	9分01秒	C03-04-12		
			⑬ケーストレーニング2 叱ってみよう【約13分】	12分52秒	C03-04-13		
			⑭まとめ【約3分】	7分54秒	C03-04-14		
		04新人定着力（管理監督職対象）＜山郷 政史＞		第1章 新人受け入れの基本 【40分15秒】	①求職者を取り巻く環境【約8分】	8分25秒	C04-01-01
					②新人受け入れの3原則【約12分】	11分43秒	C04-01-02
					③背景に合わせた受け入れ方の工夫 新卒・若年者【約8分】	7分32秒	C04-01-03
					④背景に合わせた受け入れ方の工夫 中途採用【約7分】	6分59秒	C04-01-04
					⑤新人から見た職場の評価とは【約6分】	5分36秒	C04-01-05
第2章 受け入れ段階ごとの工夫 【33分16秒】	①感激と安心を与える採用面接時のポイント【約8分】			8分11秒	C04-02-01		
	②採用～初出勤日までの準備【約3分】			3分03秒	C04-02-02		
	③勤務初日の満足度を高める【約8分】			7分32秒	C04-02-03		

階層別一覧					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
04新人定着力（管理監督職対象）＜山郷 政史＞		第2章 受け入れ段階ごとの工夫【33分16秒】	④勤務2日目以降の安心の積み上げ方【約7分】	7分01秒	C04-02-04
			⑤1人立ちのタイミングですべきこと【約7分】	7分29秒	C04-02-05
		第1章 中堅に期待される役割【19分16秒】	①中堅職員の立ち位置とは【約7分】	6分46秒	C05-01-01
05中堅職員対象＜福嶋 潤一＞		第2章 磨きたい指導・育能力【41分13秒】	②周囲からの見られ方を考える【約6分】	6分14秒	C05-01-02
			③中堅職員が磨きたいスキル三選【約6分】	6分16秒	C05-01-03
			①中堅が指導・育成をおこなう重要性【約8分】	8分16秒	C05-02-01
		第2章 磨きたい指導・育能力【41分13秒】	②指導の前に知っておきたいこと【約5分】	5分14秒	C05-02-02
			③計画を立てる大切さ【約8分】	8分19秒	C05-02-03
			④実践の工夫1【約5分】	4分39秒	C05-02-04
			⑤実践の工夫2【約5分】	4分34秒	C05-02-05
			⑥実践の工夫3【約5分】	4分52秒	C05-02-06
			⑦一人独り立ち後の関わり方【約5分】	5分19秒	C05-02-07
			第3章 期待される改善・提案力【38分44秒】	①中堅職員にとっての改善・提案とは【約5分】	5分09秒
		②改善の前提にある気付き【約7分】		7分18秒	C05-03-02
		③提案前に挟みたい思考ステップ1【約5分】		4分48秒	C05-03-03
		④提案前に挟みたい思考ステップ2【約3分】		3分12秒	C05-03-04
		⑤役職者への提案のコツ【約7分】		7分18秒	C05-03-05
		⑥それでも提案が通らなかったとき【約6分】		5分40秒	C05-03-06
⑦まとめ【約3分】	5分19秒	C05-03-12			
06メンタルヘルス～部下と職場を守る～＜庄司 順子＞		第1章 メンタルヘルス対策の重要性【20分08秒】	①メンタルヘルスと対策の目的【約3分】	3分08秒	C06-01-01
			②コロナ禍の介護現場【約2分】	1分48秒	C06-01-02
			③メンタルヘルス対策の重要性【約5分】	4分37秒	C06-01-03
			④メンタルヘルス対策の4つのケアと全体像【約7分】	6分43秒	C06-01-04
			⑤ラインケアを行うことのメリット【約4分】	3分52秒	C06-01-05
		第2章 ストレスとメンタル不調の理解【22分43秒】	①ストレスとは【約3分】	2分58秒	C06-02-01
			②介護職はなぜストレスが溜まりやすいか【約2分】	2分29秒	C06-02-02
			③ストレスの男女の違い【約3分】	2分55秒	C06-02-03
			④燃え尽き症候群【約4分】	4分06秒	C06-02-04
			⑤メンタル疾患について【約5分】	5分07秒	C06-02-05
			⑥メンタル不調になる人とならない人の違い【約5分】	5分08秒	C06-02-06
		第3章 管理者が行う3つの予防【43分27秒】	①1次予防 ストレス要因の把握と軽減【約5分】	5分14秒	C06-03-01
			②ストレスを軽減するために【約4分】	4分00秒	C06-03-02
			③2次予防 早期発見と早期対応【約2分】	1分44秒	C06-03-03
			④2次予防 1. 関心を寄せる【約4分】	4分23秒	C06-03-04
⑤2次予防 2. 気付く【約4分】	3分44秒		C06-03-05		

階層別一覧

法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード	
	06メンタルヘルス～部下と職場を守る～<庄司 順子>	第3章 管理者が行う3つの予防 【43分27秒】	⑥2次予防 3. 声をかける【約4分】	3分48秒	C06-03-06	
			⑦2次予防 4. 話を聞く【約2分】	2分06秒	C06-03-07	
			⑧2次予防 5. つなぐ【約3分】	2分53秒	C06-03-08	
			⑨3次予防 1. 休職中の病態【約4分】	4分08秒	C06-03-09	
			⑩3次予防 2. 復職トラブルを防ぐポイント【約5分】	4分40秒	C06-03-10	
			⑪3次予防 3. 復職者への接し方【約5分】	5分22秒	C06-03-11	
			⑫3次予防 4. 復職・休職の流れ【約1分】	1分25秒	C06-03-12	
		第4章 ストレスを減らす話の聴き方 【17分07秒】	①話を聞くのがなぜ大切か【約3分】	3分12秒	C06-04-01	
			②傾聴の効果【約4分】	3分37秒	C06-04-02	
			③聴き方のくせと対処法【約5分】	4分59秒	C06-04-03	
			④相談時の傾聴のポイント【約5分】	5分19秒	C06-04-04	
		第5章 働きやすい職場作り3つのポイント 【32分35秒】	①メンタルヘルス対策の全体像【約1分】	1分24秒	C06-05-01	
			②3つのポイント 1. 管理者自身のセルフケア【約8分】	7分33秒	C06-05-02	
			③3つのポイント 2. 日ごろから承認する【約6分】	5分45秒	C06-05-03	
			④具体的な承認の仕方【約6分】	5分56秒	C06-05-04	
			⑤3つのポイント 3. パラハラにならない指摘【約4分】	3分39秒	C06-05-05	
			⑥I (アイ) メッセージ【約4分】	4分08秒	C06-05-06	
			⑦パワハラにならないためのポイント【約4分】	4分10秒	C06-05-07	
		07 指導方法に関する研修<小関 昇平>	第1章 指導するうえで知っておきたいこと	①そもそも指導の目的とは【約5分】	4分50秒	C07-01-01
				②価値観の違いを理解する【約5分】	4分43秒	C07-01-02
				③社会人に求められる最低限のルール【約5分】	4分46秒	C07-01-03
④信頼関係を築くには【約7分】	7分08秒			C07-01-04		
第2章 指導で活用したいテクニック	①話を聴く時のポイント【約5分】		5分04秒	C07-02-01		
	②言いにくいことの伝え方【約9分】		8分46秒	C07-02-02		
	③ティーチングとコーチング【約7分】		6分50秒	C07-02-03		
	④質問と詰問【約5分】		4分57秒	C07-02-04		
	⑤指導が機能しないとき【約6分】		5分49秒	C07-02-05		

D：職種別一覧

法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
	01介護支援専門員の基本姿勢<渡邊 望>	第1章 介護支援専門員とは 【8分48秒】	①介護支援専門員の定義【約2分】	1分41秒	S01-01-01
			②介護支援専門員の責務【約2分】	1分42秒	S01-01-02
			③介護支援専門員の仕事内容【約5分】	5分25秒	S01-01-03
		第2章 介護支援専門員の役割 【10分35秒】	①利用者本位【約2分】	2分12秒	S01-02-01
			②活動と参加【約1分】	1分19秒	S01-02-02
			③チームアプローチの実施・信頼関係の構築【約3分】	2分40秒	S01-02-03
			④社会資源の開発【約2分】	1分43秒	S01-02-04
			⑤ケアマネジメントプロセスの実施【約3分】	2分41秒	S01-02-05
		第3章 介護支援専門員倫理綱領より 【25分41秒】	①前文【約3分】	2分33秒	S01-03-01
			②倫理綱領1【約5分】	4分58秒	S01-03-02
			③倫理綱領2【約5分】	5分21秒	S01-03-03
			④倫理綱領3【約7分】	7分09秒	S01-03-04
			⑤倫理綱領4【約6分】	5分40秒	S01-03-05

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

E：章ごと/まとめて再生					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
法定	テーマ別研修（章ごと/まとめて再生）	第1章 虐待・身体拘束（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①虐待の基礎知識（連続再生）【約19分】	19分19秒	MT-01-01
			②身体拘束（連続再生）【約22分】	22分09秒	MT-01-02
法定		第2章 感染症（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①感染症の基礎知識（連続再生）【約12分】	36分22秒	MT-02-01
			②スタンダードプリコーション（連続再生）【約19分】	19分13秒	MT-02-02
法定		第3章 認知症 基礎（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①認知症の理解（連続再生）【約35分】	35分10秒	MT-03-01
			②認知症ケアの基礎（連続再生）【約37分】	37分25秒	MT-03-02
			③中核症状 種類と対応（連続再生）【約27分】	26分47秒	MT-03-03
			④周辺症状 種類と対応（連続再生）【約42分】	42分21秒	MT-03-04
法定		第4章 認知症 応用（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①介護過程の理解（連続再生）【約25分】	24分38秒	MT-04-01
			②対応力の強化を考える（連続再生）【約27分】	26分44秒	MT-04-02
			③認知症ケアアプローチの実践（連続再生）【約17分】	17分15秒	MT-04-03
		第5章 介助技術の基礎知識（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①介助の基本（連続再生）【約17分】	16分48秒	MT-05-01
	②立つ・座る動作の基本（連続再生）【約14分】		13分57秒	MT-05-02	
	③ボディメカニクス（連続再生）【約25分】		24分51秒	MT-05-03	
	④ワンポイントレッスン（連続再生）【約5分】		5分00秒	MT-05-04	
	⑤さらに負担が少ない介助を目指す（連続再生）【約27分】		27分09秒	MT-05-05	
	第6章 移乗介助（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①移乗介助 基礎編（連続再生）【約6分】	6分19秒	MT-06-01	
		②移乗介助 実践編（連続再生）【約19分】	19分05秒	MT-06-02	
	第7章 歩行介助（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①歩行介助の実践（連続再生）【約5分】	5分26秒	MT-07-01	
	第8章 車いすを使った移動介助（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①車いすの基礎知識（連続再生）【約13分】	13分19秒	MT-08-01	
	第9章 食事介助（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①食事介助 基礎編（連続再生）【約30分】	30分24秒	MT-09-01	
		②食事介助 実践編（連続再生）【約24分】	24分26秒	MT-09-02	
	第10章 排泄介助（連続再生）＜KOYOディスパース協力＞	①排泄介助 基礎編（連続再生）【約16分】	15分50秒	MT-10-01	
		②排泄介助の流れ・陰部洗浄の方法（連続再生）【約23分】	22分58秒	MT-10-02	
		③紙オムツのあて方「テープタイプ編」（連続再生）【約9分】	9分14秒	MT-10-03	
		④紙オムツのあて方「パンツ・ベルトタイプ編」（連続再生）【約5分】	4分51秒	MT-10-04	
		⑤紙オムツのあて方「パッド・両面吸収パッド編」（連続再生）【約7分】	6分43秒	MT-10-05	
法定	第11章 介助場面でのリスクマネジメント（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①介助現場のリスク 基礎知識（連続再生）【約17分】	17分13秒	MT-11-01	
		②危険予知トレーニング（連続再生）【約15分】	14分38秒	MT-11-02	
法定	第12章 接遇・マナー（連続再生）＜菊地 みほ＞	①接遇の基礎理解（連続再生）【約24分】	24分15秒	MT-12-01	
		②話し方のマナー（連続再生）【約31分】	31分02秒	MT-12-02	
		③きき方のマナー（連続再生）【約21分】	21分10秒	MT-12-03	
		④電話のマナー（連続再生）【約17分】	16分34秒	MT-12-04	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

章ごと/まとめて再生							
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード		
法定	テーマ別研修（章ごと/まとめて再生）	第12章 接遇・マナー（連続再生）＜菊地 みほ＞	⑤態度と身だしなみの整え方（連続再生）【約16分】	15分43秒	MT-12-05		
			⑥マナー ～訪問系～（連続再生）【約23分】	23分24秒	MT-12-06		
			⑦マナー ～施設系～（連続再生）【約19分】	18分41秒	MT-12-07		
			第13章 チームワーク（連続再生）＜菊地 みほ＞	①チームワークの基礎理解（連続再生）【約42分】	42分15秒	MT-13-01	
			第14章 モチベーションマネジメント（連続再生）＜菊地 みほ＞	①モチベーションの基礎理解（連続再生）【約23分】	22分33秒	MT-14-01	
法定			第15章 倫理及び法令順守（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①倫理及び法令順守（連続再生）【約41分】	41分14秒	MT-15-01	
法定			第16章 プライバシーの保護（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①プライバシーの保護（連続再生）【約20分】	19分57秒	MT-16-01	
			第17章 クレーム対応力（連続再生）＜山郷 政史＞	①クレーム対応の基礎知識（連続再生）【約35分】	34分54秒	MT-17-01	
				②クレーム対応の流れと対応法（連続再生）【約63分】	1時間3分17秒	MT-17-02	
法定			第18章 介護予防及び要介護度進行予防（連続再生）＜林 悠太＞	①生活リハビリの基礎知識（連続再生）【約55分】	55分22秒	MT-18-01	
					②生活リハビリに活かせる豆知識（連続再生）【約17分】	16分38秒	MT-18-02
法定			第19章 医療に関する教育・研修（連続再生）＜永澤 彩加＞	①高齢者の特徴（連続再生）【約10分】	9分53秒	MT-19-01	
					②バイタルサイン（連続再生）【約14分】	14分28秒	MT-19-02
					③高齢者に多い疾患（連続再生）【約23分】	22分56秒	MT-19-03
法定			第20章 ターミナルケアに関する研修（連続再生）＜大波 由香＞	①ターミナルケア（連続再生）【約50分】	49分44秒	MT-20-01	
法定			第21章 精神的ケアに関する研修（連続再生）＜進藤 浩康＞	①看取りから初期処置まで（連続再生）【約26分】	25分48秒	MT-21-01	
					②他界されてからの流れ（連続再生）【約33分】	32分31秒	MT-21-02
					③お葬式についての知識（連続再生）【約34分】	33分42秒	MT-21-03
					④供養と埋葬（連続再生）【約21分】	20分37秒	MT-21-04
					⑤グリーフケア（連続再生）【約11分】	11分10秒	MT-21-05
法定			第22章 緊急時の対応に関する研修（連続再生）＜川崎 英夫＞	①緊急対応の基礎知識【約18分】	17分46秒	MT-22-01	
				②心停止【約20分】	19分33秒	MT-22-02	
				③窒息【約5分】	5分18秒	MT-22-03	
				④転倒・転落【約15分】	15分14秒	MT-22-04	
				⑤意識障害【約18分】	17分37秒	MT-22-05	
				⑥頭痛【約24分】	24分14秒	MT-22-06	
				⑦胸痛【約9分】	9分21秒	MT-22-07	
				⑧呼吸困難【約5分】	5分09秒	MT-22-08	
				⑨腹痛【約17分】	17分00秒	MT-22-09	
				⑩出血【約13分】	13分01秒	MT-22-10	
				⑪頭部外傷【約10分】	9分30秒	MT-22-11	
				⑫脳神経～難病～【約6分】	6分21秒	MT-22-12	
法定		第23章 非常災害時の対応（連続再生）＜須賀 啓臣＞	①災害に対する備え1【約7分】	6分37秒	MT-23-01		
				②災害に対する備え2【約8分】	8分22秒	MT-23-02	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

章ごと/まとめて再生						
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード	
法定	テーマ別研修（章ごと/まとめて再生）	第23章 非常災害時の対応（連続再生）＜須賀 啓臣＞	③避難確保計画とは【約3分】	3分14秒	MT-23-03	
			④非常災害対策計画とは【約3分】	3分09秒	MT-23-04	
⑤防災の基礎知識【約10分】			9分57秒	MT-23-05		
⑥気象情報等【約10分】			10分24秒	MT-23-06		
⑦災害情報の収集手段と方法【約16分】			16分06秒	MT-23-07		
⑧要配慮者等の避難の実効性の確保【約7分】			7分23秒	MT-23-08		
⑨地震・津波・その他の災害対策【約35分】			34分51秒	MT-23-09		
⑩消防用設備【約11分】			11分20秒	MT-23-10		
法定			第24章 精神的ケアに関する研修（連続再生）＜井手 敏郎＞	①グリーンケアの基礎理解（連続再生）【約56分】	56分00秒	MT-24-01
				②死別の悲嘆とグリーンケア（連続再生）【約61分】	1時間1分55秒	MT-24-02
		③グリーンケアの実践（連続再生）【約45分】		44分53秒	MT-24-03	
		第25章 メンタルヘルスに関する研修（連続再生）＜宮沢 佳子＞	①自らの心身は自らで保つ～セルフケア～（連続再生）【約56分】	55分54秒	MT-25-01	
			②職場のメンタルヘルス対策～ラインケア～（連続再生）【約38分】	38分11秒	MT-25-02	
		第26章 ハラスメントに関する研修（連続再生）＜宮沢 佳子＞	①撲滅しよう職場のハラスメント（連続再生）【約75分】	1時間14分55秒	MT-26-01	
		第27章 間接業務（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①間接業務の基礎知識（連続再生）【約27分】	15分27秒	MT-27-01	
			②訪室時（ごみ回収、環境整備など）（連続再生）【約58分】	8分58秒	MT-27-02	
			③ゴミ回収（連続再生）【約33分】	5分33秒	MT-27-03	
			④着替えの準備・洗濯物回収（連続再生）【約47分】	6分47秒	MT-27-04	
			⑤リネン交換（連続再生）【約33分】	7分33秒	MT-27-05	
			⑥配膳、配茶（連続再生）【約12分】	9分12秒	MT-27-06	
			⑦見守り（連続再生）【約18分】	8分18秒	MT-27-07	
		第28章 記録・アセスメント（連続再生）＜福嶋 潤一＞	①アセスメント（連続再生）【約31分】	30分55秒	MT-28-01	
			②記録 基本編（連続再生）【約36分】	36分04秒	MT-28-02	
法定		第29章 介護予防・要介護度進行予防（連続再生）＜有人宇宙システム＞	①トレーニング・リハビリと宇宙（講義編）（連続再生）【約15分】	14分41秒	MT-29-01	
			②トレーニング・リハビリと宇宙（運動編）（連続再生）【約10分】	9分37秒	MT-29-02	
法定		第30章 実践・認知症ケア（連続再生）＜木村 誠＞	①認知症ケアの考え方（連続再生）【約25分】	25分29秒	MT-30-01	
			②考えてみよう ケーススタディ（連続再生）【約24分】	24分00秒	MT-30-02	
			③目先の技術よりも大切なこと（連続再生）【約15分】	15分29秒	MT-30-03	
法定		第31章 虐待防止の基礎（連続再生）＜金山 峰之＞	①虐待とは何か（連続再生）【約20分】	19分45秒	MT-31-01	
			②虐待への対応（連続再生）【約15分】	15分23秒	MT-31-02	
			③虐待の予防（連続再生）【約39分】	39分25秒	MT-31-03	
	第32章 BCP関連（連続再生）＜寺岡 純子＞	①BCPの概要（連続再生）【約21分】	21分56秒	MT-32-01		
		②BCPの立て方【自然災害編】（連続再生）【約49分】	49分10秒	MT-32-02		
		③BCPの立て方【感染症編】（連続再生）【約43分】	43分18秒	MT-32-03		

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

章ごと/まとめて再生					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
	テーマ別研修（章ごと/まとめて再生）	第32章 BCP関連（連続再生）＜寺岡 純子＞	④サービス別BCPのポイント（連続再生）【約11分】	11分19秒	MT-32-04
			⑤実効性を高める研修・訓練（連続再生）【約18分】	17分55秒	MT-32-05
法定		第33章 身体拘束防止の基礎（連続再生）＜金山 峰之＞	①身体拘束とは何か（連続再生）【約22分】	21分56秒	MT-33-01
			②身体拘束の予防（連続再生）【約21分】	20分47秒	MT-33-02
		第34章 アドラー心理学の基本（連続再生）＜中島 崇＞	①アドラー心理学の基本（連続再生）【約49分】	49分14秒	MT-34-01
		第35章 音読療法（連続再生）＜折江 ふみ＞	①音読療法とは（連続再生）【約86分】	1時間26分11秒	MT-35-01
法定		第36章 倫理及び法令遵守に関する研修（連続再生）＜前川 武嗣＞	①倫理とは（連続再生）【約44分】	43分59秒	MT-36-01
			②法令遵守（連続再生）【約20分】	19分35秒	MT-36-02
		第37章 介護保険制度について（連続再生）＜前川 武嗣＞	①介護の歴史（連続再生）【約15分】	15分26秒	MT-37-01
			②介護保険制度について（連続再生）【約22分】	21分58秒	MT-37-02
			③サービス種別（連続再生）【約22分】	22分04秒	MT-37-03
法定		第38章 事故発生と再発防止（連続再生）＜金山 峰之＞	①介護現場における事故とは（連続再生）【約21分】	20分58秒	MT-38-01
			②介護事故発生時の対応（連続再生）【約26分】	26分12秒	MT-38-02
			③介護事故の再発防止（連続再生）【約24分】	24分02秒	MT-38-03
法定		第39章 プライバシーの保護（連続再生）＜金山 峰之＞	①プライバシーの保護（連続再生）【約20分】	14分12秒	MT-39-01
			②介護現場におけるプライバシー（連続再生）【約20分】	20分19秒	MT-39-02
			③プライバシー保護の実際（連続再生）【約14分】	13分32秒	MT-39-03
法定		第40章 事故防止・腰痛対策研修（連続再生）＜ラックヘルスケア＞	①5分でわかる座学編（連続再生）【約20分】	19分59秒	MT-40-01
			②1分でわかる実践編（連続再生）【約6分】	6分28秒	MT-40-02
法定		第41章 非常災害に関する研修（連続再生）＜田原 ひとみ＞	①過去の災害から学ぶ（連続再生）【約9分】	8分49秒	MT-41-01
			②地震災害（連続再生）【約8分】	8分27秒	MT-41-02
			③地震から命を守る（連続再生）【約35分】	34分39秒	MT-41-03
			④水害（台風・暴風雨）から命を守る（連続再生）【約23分】	22分30秒	MT-41-04
	⑤災害対策（連続再生）【約34分】		34分27秒	MT-41-05	
法定	第42章 感染症・食中毒の予防及び蔓延防止に関する研修＜田原 ひとみ＞	①感染症とは（連続再生）【約18分】	17分56秒	MT-42-01	
		②高齢者がかかりやすい感染症（連続再生）【約21分】	21分22秒	MT-42-02	
		③接触感染対策（連続再生）【約30分】	30分06秒	MT-42-03	
		④飛沫感染対策（連続再生）【約10分】	10分27秒	MT-42-04	
		⑤効果的な換気方法（連続再生）【約10分】	9分30秒	MT-42-05	
		⑥食中毒予防（連続再生）【約20分】	19分48秒	MT-42-06	
法定	第43章 医療に関する研修（連続再生）＜鈴木 夕子＞	①「健康」について考える（連続再生）【約11分】	11分05秒	MT-43-01	
		②私たちが出すサイン（連続再生）【約14分】	13分36秒	MT-43-02	
		③計って分かる観察点～バイタルサイン（連続再生）【約49分】	49分09秒	MT-43-03	
		④急変状態と急変時の対応（連続再生）【約22分】	22分03秒	MT-43-04	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

章ごと/まとめて再生					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
法定	テーマ別研修(章ごと/まとめて再生)	第44章 感染症・食中毒の予防及びまん延防止(連続再生) 鈴木夕子	①感染症の基本(連続再生)【約18分】	17分30秒	MT-44-01
			②高齢者施設で発生しやすい感染症と感染対策(連続再生)【約23分】	23分21秒	MT-44-02
			③食中毒の予防とまん延防止(連続再生)【約24分】	23分46秒	MT-44-03
法定		第45章 虐待防止の基礎(連続再生) <鈴木 貴彦>	①高齢者虐待予防基礎(連続再生)【約26分】	25分58秒	MT-45-01
			②虐待予防応用編(連続再生)【約26分】	25分44秒	MT-45-02
			③虐待予防 管理者編(連続再生)【約20分】	19分45秒	MT-45-03
法定		第46章 身体拘束防止の基礎(連続再生) <鈴木 貴彦>	①身体拘束防止基礎編(連続再生)【約15分】	14分45秒	MT-46-01
			②身体拘束応用編(連続再生)【約15分】	14分35秒	MT-46-02
			③身体拘束防止 管理者編(連続再生)【約26分】	25分33秒	MT-46-03
法定		第47章 元NHKキャスターが伝える接遇研修(連続再生) <相澤 静>	①接遇とは【約25分】	24分35秒	MT-47-01
			②第一印象を良くするには【約34分】	34分20秒	MT-47-02
			③好感度の高い話し方の基本【約31分】	31分15秒	MT-47-03
			④好感度の高い話し方テクニックとは【約26分】	25分43秒	MT-47-04
			⑤好感度の高い聞き方の基本【約14分】	13分51秒	MT-47-05
			⑥好感度の高い聞き方テクニックとは【約30分】	30分00秒	MT-47-06
	⑦信頼関係を築くには【約15分】		15分06秒	MT-47-07	
	⑧相手に感じが良いと思ってもらうには【約43分】		42分33秒	MT-47-08	
	第48章 メンタルヘルス・マネジメント(連続再生) <森 ゆき>	①メンタルヘルス・マネジメントの基本理解【約17分】	16分49秒	MT-48-01	
		②自分のメンタルを大切にセルフケア【約33分】	33分00秒	MT-48-02	
		③周囲のメンタルを大切にラインケア【約17分】	16分56秒	MT-48-03	
法定	第49章 プライバシー保護の取り組み(連続再生) <森 ゆき>	①プライバシー保護の基本理解【約10分】	9分45秒	MT-49-01	
		②介護現場におけるプライバシー保護【約14分】	14分09秒	MT-49-02	
		③個人情報の保護【約27分】	26分36秒	MT-49-03	
	第50章 ハラスメント防止(連続再生) <森 ゆき>	①ハラスメントの基本理解【約14分】	13分48秒	MT-50-01	
		②職場における3大ハラスメント【約32分】	31分45秒	MT-50-02	
		③介護現場におけるハラスメント【約14分】	13分40秒	MT-50-03	
法定	第51章 食中毒予防(連続再生) <森 幸夫>	①食中毒について【約32分】	32分08秒	MT-51-01	
		②食中毒の予防【約23分】	23分11秒	MT-51-02	
		③高齢者施設での食中毒対策【約46分】	45分43秒	MT-51-03	
		④在宅介護での食中毒対策【約35分】	35分10秒	MT-51-04	
	第52章 介護事業者向け 障がいの研修(連続再生) <鈴木 貴彦>	①障がいの概念【約20分】	19分31秒	MT-52-01	
		②障がい者の理解【約13分】	13分15秒	MT-52-02	
		③障がい者の支援【約25分】	25分23秒	MT-52-03	
	第53章 権利擁護に関する研修(連続再生) <鈴木 貴彦>	①権利擁護の実情【約21分】	20分38秒	MT-53-01	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

章ごと/まとめて再生					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
	テーマ別研修(章ごと/まとめて再生)	第53章 権利擁護に関する研修(連続再生) <鈴木 貴彦>	②権利擁護の理解【約27分】	26分51秒	MT-53-02
法定		第54章 介護業界で知っておきたい医療知識(連続再生) <鈴木 タ子>	①高齢者の特徴【約29分】	29分20秒	MT-54-01
			②高齢者と健康【約15分】	15分18秒	MT-54-02
			③高齢者に起こりやすい転倒【約14分】	13分42秒	MT-54-03
法定		第55章 介護施設におけるターミナルケア(連続再生) <鈴木 タ子>	①高齢者の理解【約16分】	15分39秒	MT-55-01
			②「死」について【約18分】	17分55秒	MT-55-02
			③「ターミナルケア」とは【約13分】	13分08秒	MT-55-03
			④ターミナルケアの実際【約32分】	31分41秒	MT-55-04
法定		第56章 グリーフケア(精神的ケア)(連続再生) <鈴木 タ子>	①序説【約19分】	18分52秒	MT-56-01
			②悲嘆のプロセス【約16分】	16分04秒	MT-56-02
			③グリーフケアの実際【約9分】	8分43秒	MT-56-03
法定		第57章 緊急時の対応(連続再生) <森 幸夫>	①緊急時とは何か【約25分】	25分13秒	MT-57-01
			②緊急時が起きる前に【約40分】	40分15秒	MT-57-02
			③緊急時にまず行うこと【約37分】	37分26秒	MT-57-03
			④症状別の対応方法【約31分】	30分53秒	MT-57-04
			⑤在宅介護での緊急時の対応【約56分】	55分40秒	MT-57-05
		第58章 排泄介助(連続再生) <前川 武嗣>	①排泄介助の基本的な考え方(連続再生)【約30分】	29分30秒	MT-58-01
			②トイレ・オムツの介助(連続再生)【約27分】	26分33秒	MT-58-02
法定		第59章 事故発生又は再発防止(連再) <健芯会 馬場博文>	①転倒の概要(連続再生)【約10分】	10分23秒	MT-59-01
			②転倒の内的要因(連続再生)【約11分】	11分23秒	MT-59-02
			③転倒の外的要因(連続再生)【約22分】	21分42秒	MT-59-03
		第60章 排泄ケア 基本編(連続再生) <大関 美里>	①排泄ケアの前提【約20分】	20分06秒	MT-61-01
			②知っておきたい正常値【約28分】	28分23秒	MT-61-02
	③排泄の不都合とは【尿編】【約21分】		21分28秒	MT-61-03	
	④排泄の不都合とは【便編】【約38分】		38分06秒	MT-61-04	
	第61章 排泄ケア 実践・応用編(連続再生) <大関 美里>	①排泄ケアのアセスメント編【約0分】	33分08秒	MT-62-01	
		②トイレでの排泄ケアを考える【約0分】	37分49秒	MT-62-02	
		③よくあるお悩みから実践編【約0分】	28分42秒	MT-62-03	
	第62章 排泄ケア 実技編(連続再生) <大関 美里>	①おむつ交換に関わる実技【約0分】	39分44秒	MT-63-01	
法定	第63章 身体拘束～専門職として知っておきたい視点～(連再) <木村 誠>	①身体拘束の基本的知識【約19分】	19分29秒	MT-64-01	
		②身体拘束の具体例と改善例【約24分】	23分37秒	MT-64-02	
法定	第64章 虐待～専門職として知っておきたい視点～(連再) <木村 誠>	①虐待の基本的知識【約12分】	12分04秒	MT-65-01	
		②虐待が起きない職場環境に向けて【約43分】	43分17秒	MT-64-02	
法定	第65章 介護予防及び要介護度進行予防(連再) <健芯会 馬場博文>	①フレイルの概要【約16分】	15分56秒	MT-64-01	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

章ごと/まとめて再生					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
法定	テーマ別研修(章ごと/まとめて再生)	第65章 介護予防及び要介護度進行予防(連再) <健心会 馬場博文>	②フレイル予防【約30分】	29分48秒	MT-65-02
			③自立支援と重度化防止【約23分】	23分13秒	MT-65-03
第66章 褥瘡について知っトク講座(連再) <健心会 高石知洋>		①褥瘡の概要(連続再生)【約5分】	5分18秒	MT-66-01	
		②褥瘡の評価・管理について【約11分】	10分52秒	MT-66-02	
法定		第67章 接遇に関する研修(連続再生) <小関 昇平>	①原則論(連続再生)【約30分】	29分43秒	MT-67-01
			②場面ごとの活用(連続再生)【約24分】	23分54秒	MT-67-02
		第68章 褥瘡について知っトク講座 第二弾(連再) <高石>	①褥瘡ケア・予防について(連続再生)【約12分】	12分26秒	MT-68-01
			②福祉用具を活用した褥瘡ケア(連続再生)【約19分】	19分04秒	MT-68-02
			③具体的なケア(連続再生)【約19分】	18分42秒	MT-68-03
		第69章 STが教える食事介助(連続再生) <健心会 笠巻 海音>	①食べる・飲み込むを考える【約15分】	14分45秒	MT-69-01
			②食事介助のレベルアップ!【約23分】	22分51秒	MT-69-02
		第70章 STが教える食事介助(連続再生) <健心会 笠巻 海音>	①口腔ケアを学ぼう【約7分】	6分46秒	MT-70-01
			②口腔ケアの実施手順【約19分】	18分53秒	MT-70-02
法定		第71章 認知症の基礎知識(連続再生) <森 幸夫>	①認知症とは何か【約25分】	24分50秒	MT-71-01
			②認知症の症状【約24分】	24分29秒	MT-71-02
法定		第72章 認知症のケア(連続再生) <森 幸夫>	①基本的な対応【約34分】	33分39秒	MT-72-01
			②タイプ別の対応方法【約34分】	34分27秒	MT-72-02
法定		第73章 認知症高齢者の権利を守る(連続再生) <森 幸夫>	①認知症高齢者の自立支援【約30分】	29分34秒	MT-73-01
			②生活上の障がいを守る【約34分】	33分31秒	MT-73-02
法定		第74章 高齢者介護士業者向け 障がいに関する研修(連再) <木村誠>	①高齢者支援と障がい者支援の違いを知る【約14分】	14分14秒	MT-74-01
	②障がい者支援の実践【約36分】		35分45秒	MT-74-02	
法定	第75章 権利擁護に関する研修(連再) <木村 誠>	①障がい者支援の歴史と権利擁護【約21分】	20分39秒	MT-75-01	
		②障がい者の権利擁護の実践【約16分】	15分56秒	MT-75-02	
	NEW 第76章 医療に関する教育・研修Ⅰ(連続再生) <徳山 和宏>	①介護に必要な医学的知識～パーキンソン病など～	31分19秒	MT-76-01	
		②介護に必要な医学的知識～脳血管障害など～	33分12秒	MT-76-02	
	NEW 第77章 医療に関する教育・研修Ⅱ(連続再生) <徳山 和宏>	①介護に必要な医学的知識～骨折など～	28分17秒	MT-77-01	
		②介護に必要な医学的知識～廃用症候群など～	29分49秒	MT-77-02	

オレンジの部分はふりがな付きテキストの掲載をしています。

章ごと/まとめて再生					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
	階層別研修（章ごと/まとめて再生）	第1章 新規採用職員（新人対象・連続再生）＜菊地 みほ＞	①社会人としての心得（連続再生）【約22分】	22分00秒	MC-01-01
		第2章 リーダーシップ（中堅以上対象・連続再生）＜菊地 みほ＞	①リーダーシップの基礎理解（連続再生）【約21分】	20分45秒	MC-02-01
			②リーダーに必要な説得スキル（連続再生）【約21分】	20分44秒	MC-02-02
			③リーダーに必要な問題解決思考（連続再生）【約45分】	44分30秒	MC-02-03
		第3章 指導・育成力（中堅以上対象・連続再生）＜山郷 政史＞	①指導者の基礎知識（連続再生）【約33分】	32分51秒	MC-03-01
			②OJTの流れと注意点（連続再生）【約25分】	24分39秒	MC-03-02
			③レクチャースキル（連続再生）【約60分】	1時間00分10秒	MC-03-03
			④評価スキル（連続再生）【約71分】	1時間10分58秒	MC-03-04
		第4章 新人定着力（管理監督職対象・連続再生）＜山郷 政史＞	①新人受け入れの基本（連続再生）【約40分】	39分54秒	MC-04-01
			②受け入れ段階ごとの工夫（連続再生）【約33分】	32分57秒	MC-04-02
		第5章 中堅職員対象（連続再生）	①中堅に期待される役割【約19分】	18分58秒	MC-05-01
			②磨きたい指導・育成力【約41分】	40分46秒	MC-05-02
			③期待される改善・提案力【約38分】	38分23秒	MC-05-03
		第6章 メンタルヘルス～部下と職場を守る～（連続再生）＜庄司 順子＞	①メンタルヘルス対策の重要性【約20分】	19分45秒	MC-06-01
			②ストレスとメンタル不調の理解【約22分】	21分57秒	MC-06-02
			③管理者が行う3つの予防【約42分】	42分21秒	MC-06-03
			④ストレスを減らす話の聴き方【約17分】	16分50秒	MC-06-04
			⑤働きやすい職場作り3つのポイント【約28分】	28分13秒	MC-06-05
		第7章 指導方法に関する研修（連続再生）＜小関 昇平＞	①指導するうえで知っておきたいこと（連続再生）【約21分】	21分08秒	MC-07-01
			②指導で活用したいテクニック（連続再生）【約31分】	31分02秒	MC-07-02

章ごと/まとめて再生					
法定	教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
	職種別研修（章ごと/まとめて再生）	第1章 介護支援専門員の基本姿勢（連続再生）<渡邊 望>	①介護支援専門員とは【約9分】	8分36秒	MS-01-01
②介護支援専門員の役割【約10分】			10分08秒	MS-01-02	
③介護支援専門員倫理綱領より【約25分】			25分16秒	MS-01-03	

F：アクティビティ支援ツール

教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
レクリエーション動画（レクシル提供）2022年度版	レクシル旅気分～世界遺産・日本の名所～	①日本各地の名所へ旅行！ 富山編【約7分】	6分42秒	-
		②日本各地の名所へ旅行！ 静岡編【約7分】	7分23秒	-
		③日本各地の名所へ旅行！ 屋久島編【約6分】	5分53秒	-
		④日本各地の名所へ旅行！ 松島編【約6分】	6分05秒	-
		⑤日本各地の名所へ旅行！ 知床編【約6分】	5分49秒	-
		⑥日本各地の名所へ旅行！ 広島編【約6分】	5分48秒	-
		⑦日本各地の名所へ旅行！ 富岡製糸場編【約6分】	6分26秒	-
		⑧日本各地の名所へ旅行！ 日光東照宮編【約6分】	6分08秒	-
		⑨世界遺産を旅する ウユニ塩湖編【約7分】	6分41秒	-
		⑩世界遺産を旅する マリ編【約6分】	6分32秒	-
		⑪世界遺産を旅する イタリア編【約6分】	6分28秒	-
		⑫世界遺産を旅する グランドキャニオン編【約7分】	7分12秒	-
	100均レク～体操・脳トレ～	①ブロックで転倒予防体操パート1【約8分】	8分06秒	-
		②ブロックで転倒予防体操パート2【約10分】	9分48秒	-
		③お手玉で体操 1【約7分】	7分12秒	-
		④お手玉で体操 2【約8分】	8分10秒	-
		⑤ゴムボールで全身体操パート1【約11分】	11分12秒	-
		⑥ゴムボールで全身体操パート2【約11分】	11分00秒	-
		⑦紙コップモグラたたき【約4分】	3分45秒	-
		⑧紙コップ神経衰弱【約4分】	4分33秒	-
		⑨新聞棒を使った全身体操パート1【約11分】	11分02秒	-
		⑩新聞棒を使った全身体操パート2【約13分】	12分42秒	-
	狙いをもったレク～場面・対象別～	①【送迎前】空き時間を楽しむレクリエーション【約8分】	7分29秒	-
		②【食事前】パタカラカードで新感覚口腔体操【約4分】	4分13秒	-
		③【食事前】体操で口の中や首周りをほぐそう【約10分】	10分34秒	-
		④【食事前】舌の体操で食事が楽しくなる【約5分】	5分19秒	-
		⑤【睡眠前】体操で全身リラックス【約8分】	8分06秒	-
		⑥【表情筋豊かに】体を左右に揺らして表情を変える【約4分】	4分05秒	-
		⑦【片麻痺の方も！】身体の片側で行う楽しい体操【約8分】	8分10秒	-
	体操・脳トレ	①【体操】キツネと猟師で脳トレ体操【約5分】	5分33秒	-
		②【体操】脳トレ+転倒予防+足踏み+体を触ろう【約5分】	5分06秒	-
		③【タオル体操】上半身と下半身を動かす全身体操【約11分】	10分40秒	-
		④【脳トレ】1人じゃんけんで脳の活性化【約4分】	4分04秒	-

アクティビティ支援ツール				
教科	章	単元	標準学習時間	教科コード
レクリエーション動画（レクシル提供）2022年度版	体操・脳トレ	⑤【脳トレ】グーチョキパーにひと工夫で脳の活性化【約5分】	4分46秒	-
		⑥【脳トレ】的と鉄砲【約4分】	3分40秒	-
		⑦【脳トレ】電話と数字で脳の活性化【約4分】	4分04秒	-
		⑧【脳トレ】カラーボールで想像力を鍛える！【約4分】	3分56秒	-
		⑨【脳トレ】親指と人差し指を動かして脳の活性化【約4分】	4分20秒	-
レクリエーション動画（レクシル提供）2023年度版	プロが届けるアクティビティ～季節のレク夏・秋～	①【初夏】海に関する雑学・豆知識クイズ【約5分】	5分24秒	-
		②【初夏】梅雨に関する雑学・豆知識クイズ【約5分】	5分08秒	-
		③【初夏】食中毒の知識を高めるクイズ【約5分】	4分56秒	-
		④【初夏】宇宙に関する雑学・豆知識クイズ【約5分】	5分03秒	-
		⑤【夏】七夕に関する雑学・豆知識クイズ【約4分】	4分10秒	-
		⑥【夏】納豆に関する雑学・豆知識クイズ【約5分】	4分47秒	-
		⑦【夏】大相撲に関する雑学・豆知識クイズ【約5分】	4分34秒	-
		⑧【夏】スイカに関する雑学・豆知識クイズ【約5分】	5分12秒	-
		⑨【夏】熱中症予防教室【約10分】	9分51秒	-
		⑩【夏】「はひふへほ」で大笑い体操【約8分】	8分05秒	-
		⑪【秋】災害から身を守るレクリエーション【約7分】	6分45秒	-
		⑫【秋】認知症・転倒予防につながる指体操【約4分】	3分58秒	-
		⑬【秋】歯と口の健康を守るレクリエーション【約8分】	8分00秒	-
		⑭【秋】感染症予防に最適！正しい手洗い体操【約8分】	7分35秒	-
		⑮【秋】骨粗しょう症予防につながるレク【約7分】	6分40秒	-
		⑯【秋】もう漏らさない！尿漏れ予防体操【約6分】	6分10秒	-
	プロが届けるアクティビティ～100均レク～	① スカーフをつかった上半身のトレーニング【約10分】	10分27秒	-
		② 紙コップカーリング【約4分】	4分00秒	-
		③ 紙コップで魚釣り【約7分】	7分11秒	-
		④ 洗濯ばさみを使った指と脳のトレーニング【約5分】	4分37秒	-
プロが届けるアクティビティ～体操～	①【家で5分運動】座りながら膝の曲げ伸ばし【約7分】	7分09秒	-	
	②【家で5分運動】内ももの運動【約3分】	3分27秒	-	
	③【家で5分運動】背中運動【約3分】	2分48秒	-	
	④【食前】舌の動きがよくなる体操【約5分】	5分19秒	-	
	⑤【食前】唾液腺マッサージで食事の準備を整えよう【約6分】	5分40秒	-	
レクシル旅気分～世界遺産・日本の名所2023～	① 日本各地の名所へ旅行！山形編【約7分】	7分20秒	-	
	② 日本各地の名所へ旅行！兵庫編【約6分】	5分43秒	-	
	③ 日本各地の名所へ旅行！沖ノ島編【約6分】	5分51秒	-	
	④ 日本各地の名所へ旅行！岐阜・飛騨高山編【約6分】	5分30秒	-	

教科	アクティビティ支援ツール			
	章	単元	標準学習時間	教科コード
レクリエーション動画（レクシル提供）2023年度版	レクシル旅気分～世界遺産・日本の名所2023～	⑤ 日本各地の名所へ旅行！山梨・富士山編【約5分】	5分27秒	-
		⑥ 日本各地の名所へ旅行！小笠原諸島編【約5分】	5分18秒	-
		⑦ 日本各地の名所へ旅行！奈良編【約5分】	5分28秒	-
		⑧ 日本各地の名所へ旅行！平泉編【約6分】	6分07秒	-
		⑨ 世界遺産を旅する アルゼンチン編【約6分】	6分17秒	-
		⑩ 世界遺産を旅する イエメンのソコトラ島編【約7分】	7分29秒	-
		⑪ 世界遺産を旅する イギリス編【約5分】	4分38秒	-
		⑫ 世界遺産を旅する エジプト編【約5分】	4分39秒	-
		⑬ 世界遺産を旅する スペイン編【約6分】	5分49秒	-
		⑭ 世界遺産を旅する ナスカの地上絵編【約5分】	5分24秒	-
		⑮ 世界遺産を旅する フランス編【約5分】	4分51秒	-
		⑯ 世界遺産を旅する 中国編【約5分】	4分30秒	-
	プロが届けるアクティビティ～季節のレク冬・春～	① 【春】 紙に数字を書いて脳トレ【約4分】	4分24秒	-
		② 【春】 田植え動作のレクリエーション【約6分】	5分46秒	-
		③ 【春】 『人生グラフ』で人生の振り返りをしよう【約4分】	4分23秒	-
		④ 【春】 カビを防ぐためのクイズレク【約5分】	5分11秒	-
		⑤ 【春】 エベレストに関する雑学クイズ【約6分】	5分33秒	-
		⑥ 【冬】 目の運動・目に良いトレーニング【約5分】	4分46秒	-
		⑦ 【冬】 笑顔が生まれる喜怒哀楽体操【約5分】	5分09秒	-
⑧ 【冬】 インフルエンザを予防するためのレク【約8分】		7分31秒	-	
⑨ 【冬】 ウンコ出しやすくなる体操【約5分】		4分47秒	-	
生き生き音読ワーク<折江 ふみ>	第1章 ウォーミングアップ	①ストレッチ、マッサージ【約10分】	10分27秒	-
		②呼吸法【約16分】	16分28秒	-
		⑤ハミング【約4分】	3分35秒	-
		⑥口の体操 パタカラ、リムレマ【約6分】	6分02秒	-
	第2章 音読の実践	⑦音読（ふるさと）群読、声の大小、お経読み、スピードアップ【約13分】	12分56秒	-
		⑧音読（花）群読、スピードアップ、交互読み、輪読【約17分】	16分36秒	-
	第3章 クールダウン	⑨味わう 心や体の変化（感じる・話す）【約2分】	1分32秒	-
		⑩味わう お名前と感謝のワーク【約3分】	2分58秒	-
		⑪味わう ボディスキャン(瞑想)【約20分】	20分23秒	-