

## 介護職員初任者研修カリキュラム(通信課程用)

事業者名 株式会社ニチイ学館

研修事業の名称 介護職員初任者研修(通信)

1 職務の理解 (6時間)					
項目名	時間数	講義内容及び演習の実施方法			
①多様なサービスの理解	2.5時間	[講義内容] ・介護保険サービス(居宅、施設)と介護保険外サービスについて理解する。			
②介護職の仕事内容や働く現場の理解	3.5時間	[講義内容] ・居宅、施設の多様な働く現場を理解する ・居宅、施設の実際のサービス提供現場の具体的なイメージを、視覚教材の活用により持たせる。 ・ケアプランの位置付けに始まり、サービスの提供に至るまでの一連の業務の流れとチームアプローチ・多職種、介護保険外サービスを含めた地域の社会資源との連携を理解する。 [演習内容] ・DVDを視聴後、高齢者支援と障害者支援での相違点は何であることをグループワークで話し合い発表する。			
合計	6				
2 介護における尊厳の保持・自立支援 (9時間)					
項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	添削 課題 番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
①人権と尊厳を支える介護	5時間	1時間	4時間	1-1～ 1-4 1-18	[講義内容] ・個人の尊重、アドボカシー、エンパワーメント、役割の実感、尊厳のある暮らしを理解する。 ・QOLの考え方、生活の質を理解する。 ・介護分野におけるICFを理解する。 ・ノーマライゼーションの考え方を「普通の生活」を交えて理解させる。 ・身体拘束禁止、高齢者虐待防止法、養護者に対する支援を理解する。 ・個人情報保護法、成年後見制度、日常生活自立支援事業、生活保護制度を理解する。 [演習内容] ・グループワークなどにおいて尊厳を支えるということはどういうことかなどを理解する。 (添削課題出題ポイント) ・尊厳に関する問題・成年後見制度に関する問題・高齢者の虐待に関する問題・身体拘束禁止に関する問題・ノーマライゼーションの考え方

②自立に向けた介護	4 時間	0.5 時間	3.5 時間	1-5～ 1-8	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自立支援を理解する。</li> <li>・自立・自立支援</li> <li>・残存能力の活用、動機と欲求、意欲を高める支援、個別性/個別ケア、</li> <li>・重度化防止</li> <li>・介護予防の考え方を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・個別ケアの事例の概略を伝え、何に着目しどのように支援したのかについて列挙してもらう</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防に関する問題</li> <li>・自立支援に関する問題</li> <li>・マズローの欲求5段階説に関する問題</li> <li>・個別ケアに関する問題</li> </ul>
合計	9	1.5	7.5		

3 介護の基本（6時間）					
項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	添削 課題 番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
①介護職の役割、専門性と多職種との連携	2時間	1時間	1時間	1-9 1-10 1-19	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・訪問介護と施設介護サービスの違い、地域包括ケアの方向性を理解する。</li> <li>・重度化防止、遅延化の考え方を理解する。</li> <li>・自立した生活を支えるための援助、根拠のある介護を理解する。</li> </ul> <p>チームケアの重要性、事業所内のチーム、多職種から成るチームを理解する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護支援専門員、サービス提供責任者、医療職との連携、チームケアにおける役割を理解する。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護の専門性に関する問題</li> <li>・介護に関わる職種に関する問題</li> <li>・チームにおける介護職員としての心得</li> </ul>
②介護職の職業倫理	2時間	1時間	1時間	1-11 1-12	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・専門職の倫理の意義、介護の倫理、介護職員としての社会的責任を理解する。</li> </ul> <p>プライバシーの保護と尊重を理解する。</p> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護現場でプライバシーの配慮が必要な場面について考えさせ発表を行う。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・専門職の倫理の意義に関する問題 <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護職員の倫理における「プライバシー保護・尊重」に関する問題</li> </ul> </li> </ul>
③介護における安全の確保とリスクマネジメント	1時間	0.5時間	0.5時間	1-13 1-14 1-15	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハザードとリスク、事故に結びつく要因を探り対応していく技術を理解する。</li> <li>・リスクマネジメント、リスク分析の手法と視点を理解する。</li> <li>・事故に至った経緯の報告、情報の共有を理解する。</li> <li>・感染の種類、感染の原因と経路、感染に対する正しい知識を理解する。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護における事故防止、安全対策に関する問題</li> <li>・リスクマネジメントに関する問題 <ul style="list-style-type: none"> <li>・感染症に関する問題</li> </ul> </li> </ul>

④介護職の安全	1 時間	0.5 時間	0.5 時間	1-16 1-17	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護職員の健康管理、ストレスマネジメント、腰痛の予防に関する知識を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・感染予防対策、感染症対策が実践できるようにする。手洗い・グローブ・ガウンの着脱を行う。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護職員の健康管理に関する問題</li> <li>・ストレスマネジメントに関する問題</li> </ul>
合計	6	3	3		

4 介護・福祉サービスの理解と医療との連携 (9 時間)					
項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	添削 課題 番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
①介護保険制度	4 時間	1 時間	3 時間	2-1 2-2 2-3 2-34	<p>[講義内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ケアマネジメント、予防重視型システムへの転換、地域包括支援センターを理解する。</li> <li>・保険制度としての基本的仕組み、介護給付、予防給付、要介護認定の手順を理解する。</li> </ul> <p>[演習内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護保険の理念などの理解をグループワークにて深める。</li> </ul> <p>[添削課題出題ポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護保険に関する問題</li> <li>・介護保険制度を支える財源に関する問題</li> <li>・介護保険制度の目的に関する問題</li> </ul>
②医療との連携とリハビリテーション	3 時間	時間	3 時間	2-4 2-5 2-6 2-7 2-8	<p>[添削課題出題のポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・医行為と介護に関する問題</li> <li>・施設における看護と介護の役割に関する問題</li> <li>・リハビリテーションの理念についての問題</li> <li>・リハビリテーション介護に関する問題</li> <li>・医行為についての問題</li> </ul>
③障害福祉制度およびその他制度	2 時間	0.5 時間	1.5 時間	2-9 2-10 2-11 2-12 2-13	<p>[講義内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・障害の概念、ICF（国際生活機能分類）、支援費制度、障害福祉制度を理解する。</li> <li>・介護給付、訓練等給付の申請から支給決定までを理解する。</li> <li>・基本理念の規定、谷間のない支援を理解する。個人情報保護法、成年後見制度、日常生活自立支援制度</li> </ul> <p>[添削課題出題のポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体障害者福祉に関する問題</li> <li>・障害者総合支援法の概要に関する問題</li> <li>・障害福祉制度に関する問題</li> <li>・障害者総合支援法に関する問題</li> </ul>
合計	9	1.5	7.5		

5 介護におけるコミュニケーション技術 (6時間)					
項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	添削 課題 番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
①介護におけるコミュニケーション	4時間	2時間	2時間	2-14 2-15 2-35	<p>[講義内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>相手のコミュニケーション能力に対する理解や配慮、傾聴。共感的理解、受容を理解する。</li> <li>言語的コミュニケーション、非言語的コミュニケーション、障害を補う道具を理解する。</li> <li>利用者の思いの把握、意欲低下の要因、家族の心理的理解、いたわりと励まし、信頼関係の形成を理解する。</li> <li>相手を非難しない、アセスメントの手法とニーズとデマンドの違いを理解する。</li> </ul> <p>視力・聴力の障害に応じたコミュニケーション技術、失語症に応じたコミュニケーション技術、構音障害に応じたコミュニケーション技術、認知症に応じたコミュニケーション技術を理解する。</p> <p>[演習内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>言語的コミュニケーションをとる際には、非言語的コミュニケーションが重要になることを体験し理解する。</li> </ul> <p>[添削課題出題ポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>介護におけるコミュニケーションに関する問題</li> <li>コミュニケーション技法に関する問題</li> <li>聴覚障害者とのコミュニケーションに関する問題</li> </ul>
②介護におけるチームのコミュニケーション	2時間	1時間	1時間	2-16 2-17 2-18	<p>[講義内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>介護におけるチームコミュニケーションの必要性、報告・連絡・相談の留意点について理解する。個別援助計画書(訪問・通所・入所・福祉用具貸与等)、ヒヤリハット報告書、5W1H</li> <li>ケアカンファレンスの重要性を理解する。</li> <li>記録の目的と意義、種類を理解する</li> <li>記録の書き方を理解する。</li> </ul> <p>[演習内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>個別援助計画を作成、サービスを実践し、サービス内容を記録することを理解する。</li> </ul> <p>[添削課題出題ポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>記録に関する問題</li> <li>介護におけるチームコミュニケーションの効果と意義に関する問題</li> <li>チームコミュニケーションに関する問題</li> </ul>
合計	6	3	3		

6 老化の理解 (6 時間)					
項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	添削 課題 番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
①老化に伴うこころとからだ の変化と日常	3 時間	1.5 時 間	1.5 時 間	2-19 2-20 2-21 2-22	<p>[講義内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 防御反応の変化と喪失を理解する。</li> <li>・ 身体的機能の変化と日常生活への影響、咀嚼機能の低下、筋・骨・関節の変化、精神的機能の変化を理解する。</li> </ul> <p>[演習内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 精神的機能の変化を理解することの必要性についてグループワークを行う。</li> </ul> <p>[添削課題出題のポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 老化に伴う心身の変化に関する問題</li> <li>・ 身体的機能の変化と日常生活への影響に関する問題</li> <li>・ 加齢による筋・関節・骨の変化に関する問題</li> <li>・ 老化に伴う心身の機能の変化と日常生活に関する問題</li> </ul>
②高齢者と健康	3 時間	1.5 時 間	1.5 時 間	2-23 2-24 2-25 2-36	<p>[講義内容]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者の疾病と生活上の留意点、高齢者に多い病気とその日常生活上の留意点を理解する。</li> </ul> <p>[添削課題出題ポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者と健康に関する問題</li> <li>・ 高齢者に多い病気と日常生活に関する問題</li> <li>・ 老人性難聴の特徴と生活に関する問題</li> </ul>
合計	6	3	3		

7 認知症の理解(6時間)					
項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	添削 課題 番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
①認知症を取り巻く状況	1.5時間	1.5時間	時間		〔講義内容〕 ・認知症ケアの理念を理解する。 ・パーソンセンタードケア、認知症ケアの視点
②医学的側面から見た認知症の基礎と健康管理	1.5時間	1.5時間	時間		〔講義内容〕 ・認知症の概念、認知症の原因疾患とその病態、原因疾患別ケアのポイント、健康管理を理解する。 ・認知症の定義、もの忘れとの違い、せん妄の症状、健康管理（脱水、便秘、低栄養、低運動の防止、口腔ケア）、治療、薬物療法、認知症に使用される薬 〔演習内容〕 ・もの忘れと、認知症による記憶障害の違いについてグループワークを行う。
③認知症に伴うこころとからだの変化と日常生活	1.5時間	1.5時間	時間		〔講義内容〕 ・認知症の人の生活障害、心理・行動の特徴を理解する。 ・認知症の中核症状、認知症の行動・心理症状（BPSD）、不適切なケア、生活環境で改善 ・認知症の利用者への対応を理解する。 ・本人の気持ちを推察する、プライドを傷つけない、相手の世界に合わせる、失敗しないような状況をつくる、すべての援助行為がコミュニケーションであること、身体を通したコミュニケーション、相手の様子・表情・視線・姿勢などから気持ちを洞察する、認知症の進行に合わせたケアを理解する。
④家族への支援	1.5時間	1.5時間	時間		〔講義内容〕 ・認知症の受容過程での援助、介護負担の軽減を理解する。
合計	6	6			



8 障害の理解 (3時間)					
項目名	時間数	通学 時間数	通信 時間数	添削 課題 番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
①障害の基礎的理解	1時間	1時間	時間		〔講義内容〕 ・障害の概念とICFを理解する。 ・ICFの分類と医学的分類、ICFの考え方 ・障害者福祉の基本的な考え方について理解する。 ・ノーマライゼーションの概念
②障害の医学的側面、生活障害、心理・行動の特徴、かかわり支援等の基礎的知識	0.5時間	0.5時間	時間		〔講義内容〕 ・高齢者介護との違いを念頭に置きながら、それぞれの障害の特性と介護上の留意点を理解する。 ・視覚障害、聴覚、平衡障害、音声・言語・咀嚼障害 ・肢体不自由、内部障害 ・知的障害 ・統合失調症・気分（感情障害）・依存症などの精神疾患 ・高次脳機能障害 ・広汎性発達障害・学習障害・注意欠陥多動性障害などの発達障害
③家族の心理、かかわり支援の理解	1.5時間	1.5時間	時間		〔講義内容〕 ・障害の理解、障害の受容支援、介護負担の軽減を理解する。 〔演習内容〕 ・家族のストレスやレスパイトケアなどについてグループワークを行う。
合計	3	3			

9 こころとからだのしくみと生活支援技術 (75 時間)

基本知識の学習	項目名	時間数	通学時間数	通信時間数	添削課題番号	講義内容及び演習の実施方法 通信課題の概要
	①介護の基本的な考え方	4 時間	3 時間	1 時間	2-26 2-27	[講義内容] ・理論に基づく介護、法的根拠に基づく介護を理解する。 [演習内容] ・ICFや法的根拠に基づく介護についてグループワークを行い理解を深める。 [添削課題出題ポイント] ・適切な介護を行うための基本的な考え方の問題 ・介護の基本的な考え方に関する問題
	②介護に関するこころのしくみの基礎的理解	5 時間	3 時間	2 時間	2-28 2-29 2-30	[講義内容] ・学習と記憶の基礎知識、感情と意欲の基礎知識、自己概念と生きがい、老化や障害を受け入れる適応行動とその阻害要因、こころの持ち方が行動に与える影響、からだの状態がこころに与える影響を理解する。 [演習内容] ・人の記憶のメカニズムを支援に結び付けて考えることをグループワークにて理解する。 [添削課題出題ポイント] ・老いによるこころのしくみに関する問題 ・自己概念と生きがいに関する問題
	③介護に関するからだのしくみの基礎的理解	5 時間	3 時間	2 時間	2-31 2-32 2-33	[講義内容] ・人体の各部の名称と動きに関する基礎知識、骨・関節・筋肉に関する基礎知識、ボディメカニクスの活用、中枢神経系と体性神経に関する基礎知識、自律神経と内部器官に関する基礎知識、こころとからだを一体的に捉える、利用者の様子の普段との違いに気づく視点、緊急時の対応を理解する。 [演習内容] ・人体の構造を理解し、演習にてボディメカニクスを体験することにより理解を深める。 [添削課題出題ポイント] ・人体の基礎知識に関する問題 ・こころとからだに関する問題
生活支援技術の講義・演習	④生活と家事	4 時間	3 時間	1 時間	3-1 3-2	[講義内容] ・生活歴、自立支援、予防的な対応、主体性・能動性を引き出す、多様な生活習慣、価値観を理解する。 [演習内容] ・支援を行うにおいて生活歴を知ることの重要性をグループワークにて理解する。 [添削課題出題ポイント] ・生活援助に関する問題
	⑤快適な居住環境整備と介護	3.5 時間	3 時間	0.5 時間	3-3	[講義内容] ・家庭内に多い事故、バリアフリーを理解する。 ・住宅改修、福祉用具貸与について理解する。 [演習内容] ・家庭内で多い事故についてグループワークにて防止方法等を検討する。 [添削課題出題ポイント] ・高齢者の居住環境に関する問題
	⑥整容に関連したこころとからだのしくみと自立に向けた介護	7.5 時間	6 時間	1.5 時間	3-4 3-5 3-13	[講義内容] ・身体状況に合わせた衣服の選択、着脱、身じたく、整容行動、洗面の意義・効果を理解する。 [演習内容] ・衣類の着脱（前開き・かぶり上下）の技術演習を行い習得する。 [添削課題出題ポイント] ・衣服に関する問題 ・衣類の着脱介助に関する問題 ・整容介助に関する問題

⑦移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	6.5時間	6時間	0.5時間	3-6	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護者にとって負担の少ない支援方法、移動と社会参加の留意点と支援を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・車いすへの移乗、車いすの移動（坂道・段差越え）杖介助歩行、視覚障害者の移動介助の技術演習を行い習得する。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・移動・移乗に関する器具の活用方法に関する問題</li> </ul>
⑧食事に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	7時間	6時間	1時間	3-7 3-8	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事形態とからだのしくみ、楽しい食事を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・座位、ベッド上、視覚障害者への障害者への食事介助の技術演習を行い習得する。</li> <li>・口腔ケア（座位、ベッド上）、口腔清拭の技術演習を行い習得する。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食卓で食事をする際の正しい姿勢に関する問題</li> <li>・口腔ケアを行う効果に関する問題</li> </ul>
⑨入浴、清潔保持に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	6.5時間	6時間	0.5時間	3-9	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・入浴、清潔保持に関連した基礎知識、入浴用具と整容用具の活用方法を理解する。</li> <li>・洗髪に関する基礎知識、ベッド上での洗髪方法を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・入浴介助、全身清拭、部分浴（足、手）、洗髪の技術演習を行い習得する。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・入浴介助の留意点に関する問題</li> </ul>
⑩排泄に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	6.5時間	6時間	0.5時間	3-10	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・排泄に関する基礎知識や排泄環境整備と排泄用具の活用方法、爽快な排泄を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポータブルトイレでの排泄介助、一部介助の技術演習を行い習得する。</li> <li>・差込便器による排泄介助、一部介助の技術演習を行い習得する。</li> <li>・紙おむつの交換の技術演習を行い習得する。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・排泄介助に関する問題</li> </ul>
⑪睡眠に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	6.5時間	6時間	0.5時間	3-11	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠に関する基礎知識、様々な睡眠環境と用具の活用方法、快い睡眠を阻害するところとからだの要因の理解と支援方法を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ベッドメイキング、シーツ交換の技術演習を行い習得する。</li> <li>・体位変換（仰臥位から側臥位、仰臥位から端座位（一部介助、全介助）、上方移動、水平移動の技術演習を行い習得する。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠の意義と目的に関する問題</li> </ul>
⑫死にゆく人に関したところとからだのしくみと終末期介護	2.5時間	1.5時間	1時間	3-12 3-14	<p>〔講義内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・終末期に関する基礎知識とところとからだのしくみ、生から死への過程、「死」に向き合うところの理解、苦痛の少ない死への支援を理解する。</li> </ul> <p>〔演習内容〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・尊厳ある「死」についてグループワークにて考え、介護職の役割の理解を深める。</li> </ul> <p>〔添削課題出題ポイント〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ターミナルケアに関する問題</li> <li>・終末期に関する問題</li> </ul>

生活支援技術演習	⑬介護過程の基礎的理解	4.5時間	〔講義内容〕 ・介護過程の目的・意義・展開、介護過程とチームアプローチを理解する。 〔演習内容〕 ・個別援助計画の作成演習にて介護過程の展開の理解を深める。
	⑭総合生活支援技術演習	6時間	・グループワークにて事例に基づき討議し、実技演習にて理解を深める。 ・事例の提示→ところとからだの力が発揮できない要因の分析→適切な支援技術の検討→支援技術演習→支援技術の課題 〔事例〕 ・高齢（82歳） 要介護4 右半身麻痺、認知症、座位保持不可 ・高齢（84歳） 要介護1 アルツハイマー型認知症
合計		75	
10 振り返り（4時間）			
項目名		時間数	講義内容及び演習の実施方法
①振り返り		2.5時間	〔講義内容〕 ・研修を通して学んだこと、今後継続して学ぶべきこと、根拠に基づく介護についての要点を再確認する。 〔演習内容〕 ・研修を通じて学んだ事を「修了時の評価ポイント」にあわせ自己評価を行う。アセスメントの項目（健康状態・ADL・IADL・認知・コミュニケーション能力・社会との関わり・排尿・排便・褥瘡・皮膚の問題・口腔衛生・食事摂取・行動障害・介護力・居住環境・特別な状況）の内容についてグループワークを行う。
②就業への備えと研修修了後における継続的な研修		1.5時間	〔講義内容〕 ・継続的に学ぶべきこと、研修修了後における継続的な研修について理解する。 ・具体的にイメージできるような事業所等における事例を紹介、キャリアアップに関する国の考え方
合計		4	
全カリキュラム合計時間		130時間	

※規定時間数以上のカリキュラムを組んでもかまわない。

※本研修で独自に追加した科目には、科目名の前に「追加」と表示すること