

ケアマネ通信

日本介護支援専門員協会南関東ブロック研修会
神奈川県介護支援専門員研究大会 合同開催



第26号
2026
Mar.

研究大会運営委員会

第23回神奈川県介護支援専門員研究大会が、令和8年2月14日（土）古都かまぐらの鎌倉芸術館にて開催されました。昨年5月から運営委員会での丁寧な話し合いを毎月重ね県協会メンバーと鎌倉ケアマネ連絡会のメンバーが心ひとつに準備を進めてまいりました。

今年は、日本介護支援専門員協会の南関東ブロックとの同時開催でした。

南関東ブロックは、神奈川・東京・千葉・埼玉で、各協会の皆様とのご協力をいただきながら構成させていただきました。

研究大会テーマは「シン（新・真・進・深）ケアマネジメント～鎌倉からケアマネジメントの未来を拓く～」。鎌倉からケアマネジメントの未来への一步を踏み出す大会になりました。

研究大会運営委員 宮谷 清美

目次

第23回 神奈川県介護支援専門員研究大会	②	ケアマネリレーコラム	⑥
今後起こるかもしれない大規模災害に対して		ChatGPT 無料版と有料版の違い	⑥
ケアマネが出来る事	③	ケアマネあるある	⑦
音声文字起こしとAI	④	インフォメーション	⑧
委員会紹介	⑤	編集後記	⑧

第23回

神奈川県介護支援員専門員研究大会

今大会では、研究発表や講演、意見交換を通じて、現場実践の成果と今後の課題が幅広く共有されました。参加者一人ひとりが学びを深め、今後の支援に生かす具体的なヒントが共有されました。

午前の研究発表では5つの取り組みが紹介されました。1つ目は、鎌倉ケアマネ連絡会による「緊急時避難情報シート」の改訂で、専門職と利用者が情報を共有できる書式へと進化し、災害時の備えを「進」める成果が示されました。2つ目は「ケアマネジャーの専門性」をテーマに、チームビルドや伴走支援を軸に専門性をモデル化する研究で、専門性の「深」掘りにつながる内容でした。3つ目はICT活用による紙の削減で、書類の紙使用率を54.7%から25%へと大幅に減らした実践が紹介され、「新」たな取り組みの導入課題も示されました。4つ目は低栄養支援における多職種連携で、管理栄養士と作業療法士の協働により、生活機能や社会参加を踏まえた「真」の自立支援が示されました。5つ目は認知症行方不明者の実態調査で、傾向把握により行方不明者減少を「進」める取り組みでした。

午後は日本介護支援専門員協会・柴口会長より制度改正の「新」情報を交えた活動報告があり、専門職として声を上げ続ける重要性が語られました。東洋大学 福祉社会デザイン学部 教授・高野先生の基調講演では、地域ごとの将来人口を踏まえた支援策の必要性や、介護情報基盤整備に伴うICT・DX活用の重要性が示されました。

パネルディスカッションでは、介護DX、更新制廃止、相談支援、シャドウワークなど、最新の課題について議論が交わされました。大会を通じて、参加者一人ひとりが「シン(芯・辛・信…)」を持ち寄り、閉会後も活発な意見交換が続き、大きな盛り上がりを見せるなか、開催に尽力した関係者や登壇者、参加者への感謝をもって大会は締め括られました。

広報出版委員会 委員長 佐藤 明

今後起こるかもしれない大規模災害に対して
ケアマネが出来る事

災害支援委員会 委員長 近藤 誠

今年度より災害支援委員会の委員長を務めています近藤と申します。

私たちは昨年12月16日に災害派遣福祉チーム（DWA T）予備研修をオンライン開催しました。

DWA Tとは大規模災害時に、一般避難所等における要配慮者の福祉ニーズに的確に対応し、その避難生活中における生活機能の低下等の防止を図りつつ、一日でも早く安定的な日常生活へと移行できるよう、必要な支援を行う福祉専門職等で構成するチームの事を言います。

今回の研修はこのDWA T登録研修に参加して頂くにあたり、予備知識をつけてもらう事や実際に机上訓練を行い、有事の際にケアマネとしての動きを確認してもらう事を目的に毎年開催しています。今回の研修には15名の方に参加して頂き、部会員による講義と机上訓練を行いました。受講生の皆さんは真剣な表情で、部会員の講義に耳を傾けておりました。机上訓練では、部会員がそれぞれの役回りを受講生に情報を伝達し、その情報をグループに持ち帰り、シートに記入する事をして頂きました。最初は慣れないシートに戸惑いながらも活発なグループワークが出来ました。受講生の感想としては「ケアマネとしてどのような支援が求められているのか理解できた」や「普段から災害時の事を考えておかないといけない事を学んだ」や「事業所がある地域の防災情報を把握しないといけないと思った」等、参加してよかったとのご意見を頂く事が出来ました。

最近では東北地方での大きな地震が何度も起きたりしている事をニュース等で見る事があります。そして以前から南海トラフ巨大地震の事についてもいろいろな情報が出ております。もちろん、地震だけではなく台風等の自然災害はいつ起こるかわかりません。

備えあれば患いなしです。日頃からケアマネジャーとして災害時に何ができるのか考える機会になって欲しいと思いました。今回研修に参加出来なかった方は来年度の研修でお会いしたいと思いますのでご参加お待ちしております。



音声文字起こしとAI ～移動時間が「記録時間」になる～

ケアマネジャーの業務の中でも、支援経過記録の作成は欠かせない重要なプロセスです。しかし、訪問と訪問の合間に事業所へ戻る時間が取れなかったり、夕方以降にまとめて記録を入力することが習慣化してしまったりと、「記録のための時間確保」に悩む声は少なくありません。

近年、スマートフォンの音声文字変換技術が大きく進化し、ケアマネジャーの働き方を支える実用的なツールとして注目されています。

AndroidではGoogleの「音声文字変換」アプリ、iPhoneでは標準アプリの「ボイスメモ」が自動文字起こしに対応し、訪問直後に車内や移動中の待ち時間で、思い出しながら音声で記録内容を話すだけで、テキスト化が可能になりました。

さらに、テキスト化したデータをパソコンへ送ることで、生成AI（ChatGPT、Microsoft Copilot、Google Gemini等）に入力しやすくなり、支援経過記録として整える作業がよりスムーズになります。iPhoneでは、ボイスメモやメモアプリで文字起こしした内容を共有ボタンから「メール」で送るだけで、パソコン側でそのまま開いてAIに入力できます。Androidでは、Google「音声文字変換」アプリで作成したテキストをメールで送る方法に加え、Bluetooth対応のパソコンであれば「共有→Bluetooth」で直接送ることも可能です。どちらも特別な設定が不要で、誰でもすぐに使えるシンプルな方法です。

こうしてパソコンに送った文字起こしデータを生成AIに入力することで、

・生活状況 ・サービス利用状況 ・本人の意向 ・課題の有無 ・今後の支援方針
といったモニタリングの必要項目を含む文章に、自動で整理することができます。

これにより、従来は事業所に戻ってからまとめて行っていた記録作業を、移動時間や隙間時間に分散させることができ、業務負担の軽減につながります。また、訪問直後の記録は記憶が鮮明なため、より正確で質の高い記録作成にも寄与します。



もちろん、個人情報の取り扱いには十分な配慮が必要であり、端末のロック設定やクラウド保存の管理など、基本的な情報セキュリティ対策は欠かせません。しかし、適切な運用を行えば、音声文字変換と生成AIは、ケアマネジャーの業務効率化を大きく後押しする心強いツールとなります。ICTの活用は、決して特別なものではなく、日々の業務を少し楽にし、利用者支援により多くの時間とエネルギーを注ぐための手段です。

「移動時間が記録時間になる」——そんな働き方が、すでに現実のものとなりつつあります。これからも、現場の負担を軽減し、より質の高い支援につながるツールを積極的に取り入れていきたいものです。

広報出版委員長 佐藤

委員会紹介

ケアプラン適正化委員会 委員長 山本 玲子

ケアプラン適正化委員会の取り組みにつきまして、会員の皆さまへ紹介させていただく機会をいただきどうもありがとうございます。

現在の当委員会の主な活動は、介護保険法に基づき行政が実施する介護給付適正化事業の取り組みのひとつである【ケアプラン点検】にアドバイザー（委員）を派遣することです。

令和7年度は14名で委員構成し、相模原市と年間20回のアドバイザー派遣委託契約を結び、事業を実施しております。

相模原市との派遣委託契約は数年来にわたりますが、実施に際しては、毎年度かつ毎回の点検ごとに保険者と事前協議・協働し、『ケアプラン点検支援マニュアル』をもとに、介護保険の適正利用や利用者支援の質の向上・ケアマネジメントの標準化等の実現および自立支援に資する適切なケアプラン作成に向けた助言が行えるよう注力してまいりました。

また、当委員会（当協会）の強みのひとつとして、アドバイザー自身がケアマネジャー業務に携わっていることをあげたいと思います。

「自分（ケアマネジャー）自身が受けた【ケアプラン点検】であること」を意識し、そのために、アドバイスの際は対話的なプロセス重視の関わりによって、被点検者であるケアマネジャーの方がご自身の業務を振り返り、改善点を見つける機会を提供することに重点を置きたいと考えております。

今年度は新委員が多数加入したこともあり、上記の実現に向けて委員会内の独自研修会を実施した上で、保険者や被点検者の方々のご協力・ご了承のもと、実際の点検場面を見学させていただきました。

今後の委員会活動の展開ですが、現在数年来の委託契約を結んでいた相模原市以外にもご希望をいただけるようでしたら、委員増強もいたしましたので、ぜひ県内市町村の【ケアプラン点検】事業に関わらせていただけたら、と考えております。

もし会員の皆さまの地域で【ケアプラン点検】が話題に上りましたら、どうぞお気軽にお声がけくださいますようお願いいたします！

～神奈川県で働くケアマネジャーが日々思ったことなどを綴っていきます～

ケアマネリレーコラム

居宅介護支援センター鵜生園 井上 敦士

皆さんこんにちは。ケアネットケアステーション幸の須山さんからバトンをいただいた井上と申します。今年度から協会の理事に拝命いたしました。

勤務先は藤沢市で、目の前に江ノ島と海が見え、テレビのロケ地でも有名な、江ノ電が路面を走る場所の近くにあり、ロケーションが最高です。

この介護業界、低賃金や担い手不足とマイナスイメージが世間に広がっています。私は、仕事は賃金だけでなく「やりがい」も大事で、それには組織皆で、同じ方向や目標を目指し、その中で個人がどう役割を担うかだと思っています。

特養の施設ケアマネの頃、看取りケアのシステムや支援方法を多職種皆で構築し、逝去後のカンファレンスでは皆で良かった点を褒め合い、どのご家族からも感謝の言葉をいただきました。

居宅に異動してからもたくさんの方をお見送りし、これまでの経験上、看取りの時期は、その方の人生の集大成の最期のステージだという事を強く感じました。

意思疎通が取れない、寝たきりで認知症だった女性の看取りの際、娘さんと若かったモチ期の話しを、ベッドを囲んで談笑していると、常に目を閉じ眉間にしわを寄せていたお顔が、目尻が下がり、微笑みが浮かんでいました。ある男性の方は、小さいお孫さんやひ孫さんの笑い声が飛び交う中、奥様から苦勞して会社を立ち上げた話しを談笑交えていると、呼吸が落ち着いてきました。

利用者自身からも、これまでの昔のお話を伺い、いつしか人生の話しを最期に「聴く」事は、とても大事な事だと思いました。お見送り後、お線香をあげに訪問した際、どのご家族からも、自宅で看取って本当に良かったという言葉もらい、その方の最期のステージに関われた事が、私のケアマネとしての「やりがい」や「モチベーション」につながっています。皆さんも自分にとっての「やりがい」を一度考えてみてはいかがでしょうか。

ChatGPT 無料版 と 有料版 の違い

■はじめに

ケアマネジャー業務では記録・書類作成が多く、ICT活用は業務効率化に直結します。特にChatGPTは無料版と有料版で能力に差があり、“負担の軽減度”が大きく異なります。本稿ではその違いをわかりやすくまとめます。

■無料版と有料版の最も大きな違い

無料版は【文章生成の補助】が中心、有料版は【文章・資料そのものを作成できる】点が決定的に違います。特に有料版ではWord(docx)やPowerPoint(pptx)を実際に作成し、完成ファイルとして利用できます。

■無料版の特長(メリット・限界)

●メリット

- ・日常的な質問や文章の下書きができる
- ・ケアプラン案、説明文、記録の素案に活用可能

●限界

- ・長文の整合性が崩れやすい
- ・文章の質にムラがある
- ・WordやPowerPointの作成は不可
- ・混雑時は使用制限がある

■有料版(ChatGPT Plus)の特長

●最大のメリット

- ・WordやPowerPointの完成ファイルを直接作成できる
- ・長文でも構造が崩れず、専門内容の精度が高い
- ・混雑時でも安定した応答

●ケアマネ業務の具体的なメリット

- ・ケアプラン説明文の作成
- ・担当者会議資料の作成
- ・家族説明資料の作成
- ・研修スライドの作成 → 作業時間が大幅短縮し、質も安定する。

■まとめ(ケアマネに伝わる表現)

●無料版は“便利な辞書”

●有料版は“文章も資料も作ってくれる秘書”

まずは無料版で試し、業務負荷の大きい事業所では有料版の導入が効果的です。ChatGPTは、“わからなければ触ってはいけないICT”ではなく、“触ることによってわかるようになるICT”です。覚える必要も、完璧に使いこなす必要もありません。大切なのは、「少しだけ頼ってみる」最初の一步。ちなみに有料版は月々3000円かかります。

広報出版委員 前田

ケアマネあるある ～LINEの活用～

皆様、LINEを仕事でどう活用されていますか。自由に家族とやり取りしている事業所もあれば、セキュリティ面を考えて制限を設けている事業所もあるでしょう。最近では通常のLINEよりも安全性の高い「LINE WORKS」を導入するケースも増えています。とはいえ、家族から「LINEでやり取りしたいのですが」と相談を受けることは少なくありません。気づかないうちに家族とLINEをつないでしまい、後から「実は家族から苦情が届いているんです…」と長文を見せられて驚いた管理者もいるのではないのでしょうか。

LINEのメリットは確かに大きいです。メールやFAXと違い、相手が確認したかどうか分かる「既読機能」は便利です。家族にとっても「いつでも相談できる」という安心感につながります。緊急時や簡単な連絡には非常に役立ち、距離を縮めるツールとして優秀です。

しかし一方で、デメリットも見逃せません。誤送信や端末の紛失など、些細な油断が大きな問題につながる可能性があります。また業務時間外にもメッセージが届きやすく、仕事とプライベートの境界が曖昧になるのも悩みの種です。

結局のところ、LINEは「便利さ」と「リスク」が表裏一体。家族の安心感を優先して使い始めたものの、後から「やはりルールを決めておけばよかった」と反省する場面は少なくないでしょう。大切なのは職場として方針を明確にし、家族にも説明して理解を得ること。使うかどうかよりも、どう使うかが信頼関係を守る鍵になるのだと思います。

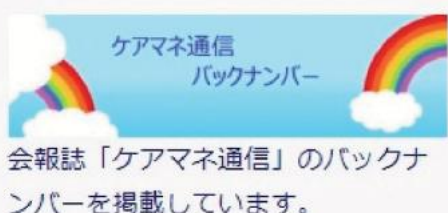
広報出版委員 諏訪部

■ケアマネ通信 アンケートご協力のお願い

今後のケアマネ通信がより良いものになるよう、アンケートを実施しております。

当協会ホームページ「ケアマネの森」のトップページ「ケアマネ通信バックナンバー」より、

アンケート（Google フォーム）にご協力ください。
<https://www.care-manager.or.jp/iinkai/kouho.html>
お手持ちのスマートフォンからも、ご回答いただけます。
会員の皆さまからのご意見・ご要望をお待ちしています。



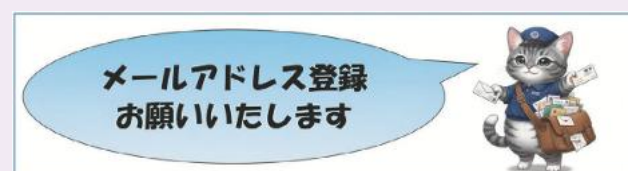
←アンケート
Google フォーム

■メールアドレス登録のお願い

会員の皆様へ、当協会主催研修等の情報をメールでご案内しています。

メールアドレスの登録がお済みでない方は、当協会ホームページ「ケアマネの森」のトップページ「メールアドレスご登録のお願い」より、ご登録をお願い致します。

メールアドレスを変更したい方も、こちらから変更をおこなってください。



←メールアドレス
ご登録はこちら

編集後記

先ごろ、横浜スポーツボランティアセンターに参加登録しました。いろんなスポーツ関連団体から、私にボランティア募集案内が届いています。

その中にはアイスホッケーリーグからの募集もあり、内容は会場装飾や警備、誘導、チケットのもぎりなどの仕事。試合自体は観戦できないかもしれませんが、今年はオリンピックなので、応募しようと考えました。

ところが、募集要項には「70歳以下」と書かれており、「過去に参加された70歳以上の方々の多くが、寒いリンクでの活動に支障があったため」と理由が説明されていました。

私の年齢条件は満たしていたものの、寒さが苦手なので今回は応募を見送りました。

でもこれからも、無理せずに新しい体験をしたいと思います。

広報出版委員 高砂

◎編集 / 発行
一般社団法人
神奈川県介護支援専門員協会
広報・出版委員長 佐藤 明



Facebook
はこちら↑



ホームページ
ユーザーはこちら↑

Contact

一般社団法人神奈川県介護支援専門員協会 事務局
〒231-0023
横浜市中区山下町 23 番地 日土地山下町ビル9階
TEL 045-671-0284 FAX 045-671-0287
E-mail jimu@care-manager.or.jp
H P <https://www.care-manager.or.jp/>