

# Care Work

「生きる」に寄り添う

一生モノのしごと。

～介護職の魅力～

## Contents

- 2-3… 介護職を知ろう 魅力・働きがい・資格
- 4… 介護の現場インタビュー 特別養護老人ホームサンパレス 介護福祉士 山市育美さん
- 5… 介護の現場インタビュー めだかのヘルパーステーション 訪問介護員 中野麗さん
- 6… 介護の現場インタビュー 特別養護老人ホーム聖愛園 園長 鈴木久美子さん
- 7… 介護福祉士養成施設校 学生インタビュー
- 8… 【プレゼント付】介護クロスワード&読者アンケート

# 介護の仕事ってなーに？



介護の仕事は、お年寄りや障がいのある方たちの生活を支えるために必要な仕事です。食べることに必要なこと、着替えることなど、日常生活を送る上で必要なサポートをする仕事です。高齢化が進んでいる日本では、介護の仕事を担当する介護士の需要は今後も増えていくと見込まれています。



具体的には、介護サービスの利用者の方やその家族から感謝の言葉や元気をもらったり、学ばせてもらうことが多くあります。最初は介護サービスを提供する側、サービスを受ける側だった関係が、少しずつ気持ちのつながりが生まれ、まるで家族のような関係になります。また、利用者の方の状態が良くなったり、できなかったことができるようになったり、変化を感じることができるとも、介護の仕事ならではのやりがいではないでしょうか。



## 実はメリットが多い介護職

### 年齢や性別に関係なく続けられる

介護職は基本的に性別や年齢に関係なく活躍できます。職場の特徴により、介護職の仕事内容や勤務時間は変わるため、育児や家事と両立しながら仕事をしたい人にも適した仕事です。



### より高まる需要

高齢化が進む日本では、介護職の需要は高く、景気や社会情勢に左右されない仕事であるため、他の仕事と比べても安定しています。需要が高いため、引っ越しなどで一度離職しても経験を活かして転職しやすいです。

### 仕事の経験を家族の介護に活かせる

仕事で身に付けたスキルや経験は、多くの方が経験することになる家族の介護に役立ちます。



### 働きながらキャリアアップができる

介護職の資格は、体系的に整理されており、介護士として働きながらも国家資格である介護福祉士を目指すことができる仕組みになっています。介護の基本を学ぶ介護職員初任者研修、介護福祉士を目指す過程で受講する介護福祉士実務者研修、そして、介護福祉士国家試験と、知識と技術を積み重ねながら専門性を高めていくことができます。資格を取得することで、賃金アップも見込めます。

# 介護職の資格



介護の仕事は、資格がない人や未経験者を歓迎する求人も多く、働く上で必ずしも資格が求められる仕事ではありません。しかし、介護業務には、資格がなくてもできる仕事と資格がなければできない仕事があります。

介護職の資格には、介護福祉士や介護支援専門員(ケアマネジャー)などがあります。資格があれば仕事の幅が広がり、さまざまな障がいや状態に合わせた専門性の高い介護ができます。



## 介護福祉士

国家資格

高齢者や障がい者など福祉サービスを必要とする人に対し、入浴・排せつ・食事やその人に必要な介護を実際に行うのが介護福祉士です。介護をする家族への指導という大切な役割もあります。高齢化が進み介護サービスの需要が増える中で、介護を行うための専門知識とスキルを持った質の高い介護福祉士のニーズはさらに高まっています。

訪問介護サービスの事業所に、必ず置かなければならないのがサービス提供責任者です。仕事内容は、訪問介護サービスを提供するまでに、まずはケアマネジャーなどと連絡を取り合い、訪問介護プランを考えて、利用者やその家族に提案し同意を得ることです。ヘルパーへの指示や人員配置、指導や育成を行ったり、地域のケアマネジャーと連携を図ったり、訪問介護がきちんと行われているかサービスの運用管理もしています。サービス提供責任者になるためには、介護福祉士などの資格が必要です。

## サービス提供責任者

## 介護支援専門員 (ケアマネジャー)

介護サービスを必要とする人の相談に乗り、適切なサービスが受けられるよう調整する仕事です。相談者の代わりに市区町村や介護サービス事業者などに連絡し、最適な介護プランを考えて、その介護プランが利用者の方に合っているかの確認も行います。活躍の場は、居宅介護支援事業所や地域包括支援センター、市町村などです。また、介護保険施設でケアマネジャーを担当することもあります。

社会福祉士は、高齢者や障がい者など福祉サービスを必要とする人の相談に乗りながら、社会的に自立できるようアドバイスをします。利用できる福祉制度や必要なサービス・情報に関する幅広い知識が求められます。主な活躍の場所は社会福祉施設や地域包括支援センター、行政機関、保健所や医療機関ですが、最近はサービス向上のため介護サービスを行う民間企業で働くケースも多くなっています。

## 社会福祉士

国家資格

# 介護に向いているのはこんな人

### 人と話すことが好き

利用者の方とのコミュニケーションは、介護の現場で最も重要です。相手のことを知り、自分のことを知ってもらうと信頼関係が生まれます。また、その家族や、周りのスタッフとの情報共有など連携も大切です。

### 相手の気持ちを考えることができる

何をして欲しいのか、どう感じているのか、利用者の方の意志や欲求を察して行動ができる人は介護の仕事に向いています。小さな様子の変化に気づくことで、状態が悪化する前に適切なケアにつなげることができます。

### 心と体が健康

介護は、命に関わる仕事です。介護の仕事は身体介助を行う場面が多く、体力が必要です。また、やりがいがある大きな仕事ですが、利用者の方のさまざまな感情を受け止めたり、ストレスに負けないメンタルの強さも重要です。

介護の仕事の魅力とは？

# 小さい喜びに 気づけること

山市育美

Yamaichi Ikumi

地域密着型特別養護老人ホーム サンパレス  
介護福祉士



●山市 育美さん

田子中、田子高、北日本医療福祉専門学校介護福祉科卒。2022年から二戸市の特別養護老人ホームサンパレスで介護福祉士として働く。青森県田子町出身、22歳。



県北を代表する景勝地の馬仙峡からほど近く、四季折々の自然美が楽しめる、二戸市石切所の特別養護老人ホームサンパレス。少人数で家庭的に暮らすユニット型施設で、介護スタッフと利用者が家族のように過ごしています。

「散歩にいこう。寒くなってきたから上着着ようね」。介護福祉士の山市育美さん(22)は青森県田子町出身。車いすに座る利用者の女性の耳元に頬を寄せ、優しく話しかけました。女性にはうなずき「わたし、育美さん大好きなの」と笑顔で返しました。

職場体験で介護に憧れ

山市さんは高齢者10人が利用するユニットで、昨年から働いています。介護職を目指したのは、中学校の職場体験でデイサービスを訪れたことがきっかけでした。介護職員が利用者

に寄り添いながら仕事をする姿を見て「かっこいい。こんな仕事があるんだ」と憧れを抱きました。

専門学校の学びが自信に

普通科の高校に進学しましたが、2年生のときに町の介護職員資格取得支援事業を利用して、介護職員初任者研修の資格を取得。高校卒業後は、盛岡市の北日本医療福祉専門学校に進学し、さらに福祉の知識と介護技術を学びました。

「コロナ禍で実習が中止になるなど、もどかしさはありませんが、専門学校での学びが自信につながり、今の仕事に臨むことができます」と振り返ります。



自宅に在るのかのように過ごすことができるユニットケアで働くことを希望し、現在の施設に就職を決めました。「一人一人と向き合い、その人にあったケアをすることは大変なことも多いですが、家族のような関係を築けるので楽しいです」と笑顔を見せます。



自分の人生も豊かになる

利用者から「ありがとう」と感謝されたことや落ち込んでいたときに「(育美さんが)頑張っているの、見てたよ」と励ましてもらったことがやりがいにつながっているといいます。

「たくさん利用者さんと接することで、たくさんの考え方を知り、自分の人生も豊かになっています。この人がいてよかった、と思ってもらえるような介護福祉士になりたいです」と、目標に向かって着実に歩んでいます。



社会福祉法人共生会  
地域密着型特別養護老人ホーム サンパレス  
二戸市石切所字森合92-1 TEL 0195-25-5222

山市さんの

1Day  
Schedule

※早番の場合

- 6:45 出勤
- 7:00 朝食の配膳と介助、歯磨き、トイレの介助など
- 8:30 車椅子からベッドへ移動する介助
- 9:00 オムツ交換、洗濯など
- 10:00 おやつや水分補給の介助、昼食の準備(ご飯を炊き、お味噌汁を作る)
- 11:30 昼食の配膳と介助、歯磨き、トイレの介助など
- 13:00 休憩
- 14:00 レクリエーション体操、おやつや水分補給の介助
- 15:30 片付けと事務作業
- 16:00 退勤

# 利用者さまの 生活の一部に なれること

## 中野 麗

Nakano Rei

めだかのヘルパーステーション 訪問介護員

### ●中野 麗さん

下小路中、岩手女子高、盛岡医療福祉専門学校介護福祉学科卒。2017年から盛岡市の  
いわてにつかコミュニティ企画の福祉施設で介護福祉士として働く。盛岡市出身、26歳。

盛岡市乙部のめだかのヘルパーステーションで訪問介護員として働く中野麗さん(26)は、全身の筋力が徐々に低下していく難病の筋ジストロフィーを患う、紫波町の会社員島山駿也さん(29)宅を訪れ、手際よく昼食の準備を始めました。

### 自然と福祉の道を目指す

訪問介護員の仕事は調理や買い物、掃除といった生活援助から、食事やトイレの介助、入浴、自立支援のための見守りなど多岐にわたります。盛岡、矢巾、紫波の3市町に利用者があり、一日で数軒を掛け持ちし、一週間で十数軒を訪問しています。

中野さんは幼い頃から障がいのある人や高齢者と関わる機会が多く、中学生の頃には自然と福祉の道を志すようになりました。高校時代から長期休みに障がいのある子どもたちの見守りのアルバイトに励み、盛岡医療福祉専門学校(現盛岡医療福祉スポーツ専門学校)に進学後は見守りの他に、デイサービスでアルバイトをしてきました。



### 経験を積むことで自信に

それでも就職した当初は「とにかく自信がなかった」と言います。1年目は住宅型有料老人ホームで介護とデイサービスを担当し、一人一人に寄り添ったケアをする難しさを目の当たりにしました。先輩から教わりながら、利用者も自分も負担がかからない介助方法を見つけると

「自然に体が動くようになり、それが自信につながりました」と振り返ります。

### 「家族のように」寄り添う

訪問介護員としてはまだ2年目。常に利用者の表情を見て、寄り添うことを心がけています。「島山さんはeスポーツでも活躍し、障がいがあるからと諦めず、何事にも挑戦する人。刺激を受けています。子どもからお年寄りまでたくさんの人と関わるのでできるのが介護の魅力です」と笑顔で話します。

「高齢の利用者さんは娘、孫のようにかわいがってくれます。利用者さんとその家族にも安心して仕事を任せていただき、本当の家族のように寄り添える介護士になりたいです」と日々ま



有限会社いわてにつかコミュニティ企画  
めだかのヘルパーステーション  
盛岡市乙部31-13-1 TEL 019-675-1199

### 中野さんの 1Day Schedule

※取材日の場合

- 8:00 自宅から直接島山さん宅へ着替えや朝食、トイレなどの起床介助
- 9:30 事務所に向かい、事務作業
- 11:00 休憩
- 12:00 再び島山さん宅で昼食を準備その後食事やトイレなどの介助

- 13:00 別の利用者宅へ移動生活援助から身体介護まで一通り行う
- 16:30 別の利用者宅へ
- 17:30 勤務終了後、直接帰宅

介護の仕事の魅力とは？

# 生き方を学べる 仕事です

## 鈴木久美子

Suzuki Kumiko  
特別養護老人ホーム聖愛園 園長

鈴木久美子

### ●鈴木久美子さん

江刺東中、岩谷堂高、専修大学北上福祉教育専門学校卒。2003年から奥州市江刺の特別養護老人ホーム聖愛園で働く。主な資格は介護福祉士(1997年)、介護福祉士実習指導者(2009年)、障害者職業生活相談員資格(2016年)など。奥州市江刺出身。46歳。



奥州市江刺の特別養護老人ホーム聖愛園(ユニット型)の鈴木久美子園長(46)は、介護職員歴が約20年のエキスパートです。入居者の身体介助を行い快適な生活をサポートする介護の仕事のやりがいは「自分らしく生きている方のお手伝いができること」と力を込めます。



園長にはユニット型が開所した今年4月に就きました。業務は書類の決裁や会議資料の作成などデスクワークが中心です。入居者の様子は生活相談員や看護師らから報告を受けて

奥州市江刺の特別養護老人ホーム聖愛園(ユニット型)の鈴木久美子園長(46)は、介護職員歴が約20年のエキスパートです。入居者の身体介助を行い快適な生活をサポートする介護の仕事のやりがいは「自分らしく生きている方のお手伝いができること」と力を込めます。

把握していますが、1日に1回は各ユニットを回り、自身でも直接確かめるように心がけています。

### 姉の影響で介護職に関心

介護職に関心を持ったのは中学生の頃。姉が専大北上福祉教育専門学校に進学したことがきっかけでした。

若い頃から介護の仕事が面白いと感じたことはなく、今でも熱意にあふれています。「No介護, No Life」(介護の仕事なくしてわが人生なし)と冗談交じりに自己紹介するほどです。さまざまな経験を積み重ね知識も吸収し、職員を指導する立場になりました。この間、2人の子どもを出産しました。

鈴木園長も姉と同じ専門学校で学び、卒業後は西和賀町の特別養護老人ホームに就職。元々地元就職を希望しており、26歳で聖愛育成会に移りました。

幼い頃はおばあちゃん子だったことも職業選択に影響しました。「祖母はとても身近で温かい存在でした。今でも入居者と一緒にいると安心します」と語るほどです。

### 「No介護, No Life」

一方で「家庭を顧みずに仕事をしていた時期もありました」と振り返ります。今では職場全体で意識を変え、特定の職員が休んでも仕事が回る働き方にシフトしています。「仕事は自己犠牲の上に成り立つものではないと、自分自身を大切にしたい」と自戒を込めます。



### 学生に温かいまなざし



社会福祉法人聖愛育成会  
特別養護老人ホーム聖愛園

奥州市江刺愛宕字八日市64 TEL 0197-35-2824

鈴木さんの

## 1Day Schedule

8:30 出勤、ミーティングで夜勤者から報告を受け、連絡事項の共有

9:00 ユニットの巡回し、入居者の様子をチェック

10:00 テスクワークで書類決裁、会議資料作成など

12:00 休憩

13:00 入居者の様子の報告を受け、対応を協議、テスクワーク、会議出席、職員間の打ち合わせなど

16:00 統括責任者に業務報告

17:30 退勤

介護福祉士養成施設で確かな知識と技術を学んでいる学生に  
「介護職を目指したきっかけ」と「どんな介護福祉士になりたいか」を聞きました。

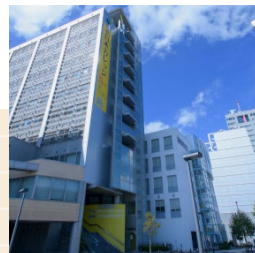
## 北日本医療福祉専門学校

盛岡市盛岡駅西通2-5-15  
TEL 019-621-2106(平日9:00~17:00)

オープンキャンパス

Instagram

「社会に寄り添う」をモットーに、心豊かで社会福祉に貢献できる人材を育成します。



**宮野 太希**

Miyano Taiki

介護福祉科2年。  
盛岡市出身。盛岡南高卒。

Interview

### Q 介護職を目指したきっかけは?

中学生の時に、高齢化の影響で、介護職員が今後さらに足りなくなっていくことを知り、人の手助けをしたい、人の役に立ちたいという思いからこの仕事に興味を持ちました。その後、介護福祉士として働く姉から、現場の様子や仕事内容を聞き、より介護福祉士として働きたい気持ちが大きくなりました。

### Q どんな介護福祉士になりたい?

利用者の方、第一。この人に任せたい、この人なら安心と思われ、信頼される介護福祉士になりたいです。そのために、介助される利用者の方の気持ちに寄り添って、共感できる力を伸ばしていきたいです。

「宮野さんが学んでいるのは」

#### 介護福祉科

介護を必要とする人の尊厳を大切に、自立した日常生活を営むことができるよう、介護現場に必要な「寄り添う心」と最新の知識技術を身に付けた「介護福祉士」を目指す2年制の学科

【その他の学科】

#### こどもマイスター養成科

「保育士」「幼稚園教諭」の国家資格取得を目指す2年制の学科

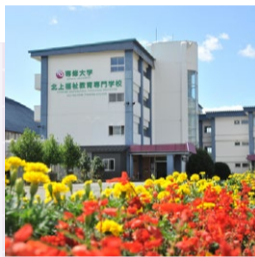
#### 薬業科

「登録販売者」「医療事務」「調剤事務」の資格取得を目指す2年制の学科

## 専修大学北上福祉教育専門学校

北上市鍛冶町1-3-1  
TEL 0197-61-2131(平日9:00~17:00)

「報恩奉仕」の理念のもと、専門的な知識・技術を習得し、丁寧にかかわっていきける人材を育成します。



オープンキャンパス

Instagram



「佐藤さんが学んでいるのは」

#### 福祉介護科

介護福祉士の資格を取得するための専門知識や技術を身に付け、高齢社会を中核として支える実践力を養う2年制の学科

【その他の学科】

#### 保育科

「保育士」「幼稚園教諭」の国家資格取得を目指す2年制の学科

### Q 介護職を目指したきっかけは?

進路を迷っている時に曾祖母が亡くなりました。曾祖母が寝たきりの状態の時に、自分は何もできずに、ただただ苦しんでいる姿を見ているだけで、とても悔しくなり、将来介護を必要としている人達が少しでも楽になれるよう、できる限り寄り添いたいと思ったのがきっかけです。

### Q どんな介護福祉士になりたい?

利用者の方を笑顔にできる介護福祉士になりたいです。私の長所は常に笑顔でいるところ。利用者の方には、私の笑顔とコミュニケーション力で、少しでも元気に笑顔で、心豊かな生活を過ごしてほしいです。



**佐藤 琳**

Sato Rin

福祉介護科1年。  
奥州市出身。岩谷堂高卒。

Interview



## MCL盛岡医療福祉スポーツ専門学校

盛岡市大沢川原3-5-18  
TEL 0120-514-124

オープンキャンパス

Instagram

授業に加え、各業界の企業様との実践授業・地域貢献活動での経験を通し、  
「主体性」「課題解決力」「実践力」を備えた「気づき、挑戦し続ける人材」を育成します。



**菊池 香名**

Kikuchi Kana

介護福祉学科1年。  
紫波町出身。紫波総合高卒。

Interview

### Q 介護職を目指したきっかけは?

介護支援専門員の方が、祖父と家族からの相談に応じ、どのような介護が祖父にとって良いかを考える姿勢を見て、福祉の仕事に興味を持ちました。また、中学生の時に職場体験学習で介護施設に行った際に、人に喜んでもらいながら自身も成長できる仕事だと感じたからです。

### Q どんな介護福祉士になりたい?

相手の表情や感情を理解し、利用者の方に必要な支援を提供し、相手を知り、信頼関係を築いて技術や知識を身に付けることができる介護福祉士を目指して日々の授業に取り組んでいます。

「菊池さんが学んでいるのは」

#### 介護福祉学科

高齢者や障がい者の方の身体的ケアはもちろん、「自分らしく生きる」を支える介護福祉士を目指す2年制の学科

【その他の学科】

#### こども未来学科

#### 社会福祉学科

#### 心理福祉学科

#### 医療事務学科

#### 医薬品アドバイザー学科

#### スポーツ健康学科

プレゼント付!

ここから申し込み!

# 介護クロスワードにチャレンジ!



クロスワードの答えと、この冊子を読んでの感想を二次元コードからお申し込みください。

抽選で10名に「クオカード3,000円分+岩手県介護福祉士養成施設協会加盟校のノベルティ」をプレゼント。

【応募締め切り：2023年12月15日(金)】

※応募多数の場合は抽選の上、プレゼントの発送をもって当選とします。 ※ご入力いただきました個人情報は、プレゼントの発送の目的にのみ利用させていただきます。

※ワードは全てひらがなで記入してください  
※「小文字」や「-」も一文字に数えます

クロスワードの答えは  
この冊子の中にあるよ

### 横のヒント

- 2 介護の仕事は〇〇〇〇〇が進む日本において、今後さらに需要が増していく
- 3 中野麗さんが思う介護の仕事の魅力は「利用者さまの〇〇〇〇の一部になれること」
- 5 訪問介護サービスの事業所に必ずおこななければならないのは「〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇責任者」
- 6 利用者が在宅のまま自立した日常生活が出来るよう、利用者宅を訪問して生活援助や身体介護をするサービスは「〇〇〇〇介護」
- 8 社会の機能維持に不可欠、といわれる介護職のような仕事は「〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇ワーカー」

### 縦のヒント

- 1 施設に入所せず、昼間に日帰りで利用できる通所介護サービスの通称は?
- 2 社会福祉士は〇〇〇資格
- 4 福祉サービスを必要とする人に対し、入浴・排泄などその人に必要な介護を行う職業は?
- 5 山市育美さんが働く介護施設の名称は「特別養護老人ホーム〇〇〇〇〇」
- 7 鈴木久美子さんが自己紹介で言う言葉を日本語にすると「介護の仕事なくしてわが〇〇〇〇なし」

答え:

発行元 / 岩手県介護福祉士養成施設協会 岩手県盛岡市盛岡駅西通2-5-15(北日本医療福祉専門学校内) TEL 019-621-2106

協会加盟校 / MCL盛岡医療福祉スポーツ専門学校・専修大学北上福祉教育専門学校・北日本医療福祉専門学校

※この冊子は「令和5年度岩手県介護従事者確保事業費補助金」を活用して制作しました。 ※写真撮影時のみマスクを外しております。