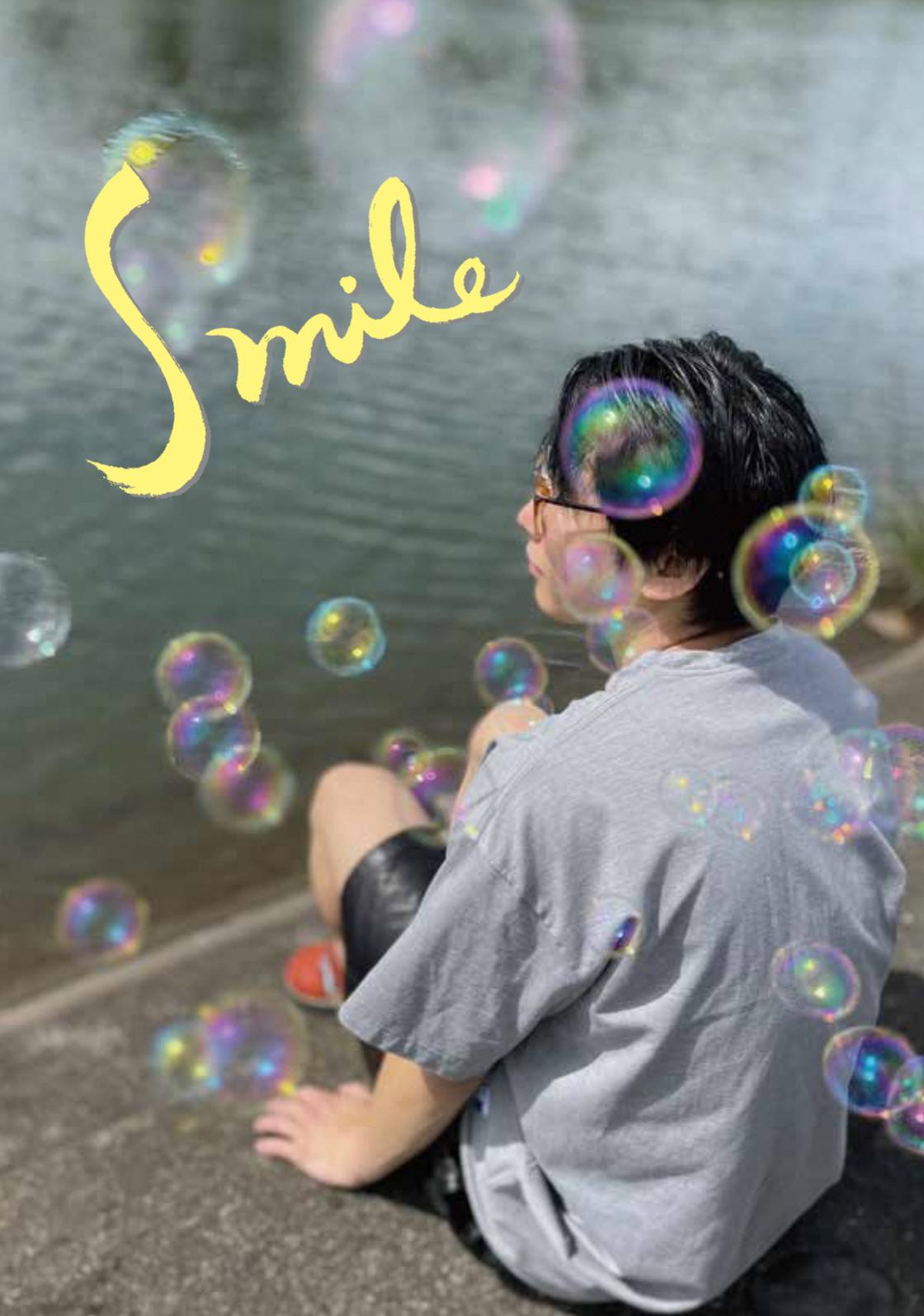


Smile





大人になったら

作られたSmileなんて簡単にできるけれど

そうじゃない本当のSmileを見つけることができた

働く人が心の底からSmileでいられる仕事

利用する人の本当のSmileを引き出すことができる仕事

仕事だからもちろん大変なこともあるけれど

それ以上のSmileがここにはある

そんな本当のSmileを見てほしい

## はじめに

おじいちゃんやおばあちゃんのお世話をする仕事って・・・  
なんだか大変そう・・・

と思ったことはありませんか？

歳を重ねていくと、体が思うように動かなくなり、  
人の手助けが必要になっていきます。

誰でも、いつかは人の手助け、  
つまりは介護が必要になる可能性があります。

冊子「Smile」は、そうなったときに助けてくれる、前橋市で働く  
高齢者介護のスペシャリストのSmileを紹介していきます。

みなさんにやりがいや楽しさ、かっこよさなど、  
たくさんの魅力について気づいてもらい、  
みなさんが将来どんな仕事をしたいか考えるときに、  
ささえ合うことの大切さや  
わらい声と感謝につつまれた職場で仕事をしたい！

と思ってもらえるきっかけとなれば嬉しいです。

## CONTENTS

### Smile interview

プロにインタビューしてみた

- #01 IN 小規模多機能型居宅介護・・・1  
「毎日笑っておしゃべりできて、  
こんな良い仕事ない！」
- #02 IN 特別養護老人ホーム・・・2  
「ひとつではない正解が見つけられる！」
- #03 AS ホームヘルパー・・・3  
「私の元気の源です！」
- #04 IN 地域包括支援センター・・・4  
「毎日が新鮮で飽きない！」

### Road to Kaigo Worker

介護の仕事への道

- #目指せ！介護職！・・・5
- #介護職1年生！・・・6

### Question&answer

もっと知りたい！介護の仕事

- #介護の仕事Q&A・・・7

# #01 IN 小規模多機能型居宅介護

Smile interview



## ★介護職を目指したきっかけ

大好きなおじいちゃんが勧めてくれて、ヘルパー講習を受けたのがきっかけです。ホントのところ、乗り気じゃなかったんですけどね。笑

## ★仕事をしていてSmileになる瞬間

利用者様と話が盛り上がり、笑顔がたくさん見られたとき。

## ★伝えたいこと

私は、介護の仕事は絶対やらないと思っていました。でも、やってみたら面白かった。面白さを知ってしまったから、もうほかの仕事はできない。大変ばかりじゃないよ、地味な仕事でもないよ。とにかく楽しいよ！

休日は子供と公園に行きます♪



## ★介護の仕事のここが魅力！

大変だけど大変じゃなくて、大変なことが楽しい仕事だと思います。その人がその人らしく生きていける為に自分に何が出来るか。たくさん考えて、それが相手の役に立てたとき凄い達成感！

相手からの『ありがとう』も嬉しいけれど、それよりも自分の顔を覚えてもらえたほうが嬉しいです。とにかく毎日笑える仕事です。



最近ハマっていることは  
顔パック！

# #02 IN 特別養護老人ホーム

Smile interview



ひとつではない正解が  
見つけられる！

## ★介護職を目指したきっかけ

高校生の頃、叔母と介護について話す機会があり、誰かのために役立ち、働き甲斐があると聞き、専門学校に進学を決めました。

## ★仕事をしていてSmileになる瞬間

求めていることや困っていることなど理解して取り組んだことが入所者様の笑顔に繋がった時、自分も笑っています。



インカムを付けて  
仕事しています♪

## ★仕事の中で好きな時間

入所者様に心から喜んでいただけるようなレクリエーションや行事を計画し、実行している時間が好きです。入所者様が積極的に参加している姿を見られることが最も嬉しいです。

一番人気のマグロ解体ショー



## ★伝えたいこと・・・

子育てしながら働いている職員も多く、夜間勤務などシフト制による勤務は大変な面もありますが、やりくり次第で日中の自由時間が多く持てる職種だと思います。色々な趣味に費やす時間も取れますよ！



節分の日に鬼になりました！

# #03 AS ホームヘルパー

Smile interview



## ★介護職を目指したきっかけ

インドネシアでは日本の介護が人気だったため、日本へ来て、学校に通いながら介護の仕事をしました。仕事をしているうちに、気付いたら介護の仕事が好きになっていました。

## ★仕事をしていてSmileになる瞬間

心をこめて介護の仕事をしているので、笑顔になる瞬間がたくさんあります。一番笑顔になるときは、利用者様が「ありがとう」と言ってくれるときです。



家族が作ってくれたマスクバンド

## ★休日の過ごし方

家族と出かけたり、遊んだりすると気分転換になります。一番のストレス解消法は家族と登山をして、山頂で景色をみながらお弁当を食べることです。



## ★介護の仕事のここが魅力!

介護の仕事は大変ではありません。最初は大変に感じるかもしれませんが、仕事をしていくうちに楽しく、面白くなっていく仕事です。心を込めて仕事をするとうちが笑顔で返してくれるあたたかい仕事です。

## ★伝えたいこと・・・

仕事をすることは全部大変です。それは介護の仕事だけではありません。心を込めて笑顔で行うことで、仕事は楽しくなると思います。

# # 04 IN 地域包括支援センター

Smile interview



毎日が新鮮で飽きない!

## ★介護職を目指したきっかけ

高校3年時に進路を考える中で、夢ややりたいことがなかなか思い浮かばず、どうせなら直接人の役に立つ仕事がしたいな、と思ったのがきっかけです。



## ★伝えたいこと・・・

介護職というとマイナスイメージを持たれがちですが、「人の役に立っていることを実感できる仕事」「人生の先輩方を支える為になくってはならない大切な仕事」だと思っています。また、介護といっても、職種や働く場所により求められる能力は異なり、広い世界の中で成長できる仕事でもあります。この冊子を読んで、少しでも介護業界に興味を持ってくだされば嬉しいです。

## ★最近ハマっていること

東京リベンジャーズ/宝くじを買うこと  
YouTubeをみること

## ★仕事をしていてSmileになる瞬間

利用者様が、お孫さんのことやデイサービス（P8参照）での出来事を楽しそうにお話される時は、こちらもちたれて笑顔になります。皆さん色々なエピソードをお話していただきます。



友人とフルーツ飴を  
作りました!

# # 目指せ！介護職！

## 福祉系短期大学2年生

趣味▶ゲーム、漫画を読むこと、バレーボール



### ★介護職を目指したきっかけ

大好きな祖父が病気を患い自宅療養をしていた時に介護職の方の仕事をしている様子を実際に見て自分も人の役に立ちたい、高齢者の生活を支援したいと思うようになり目指しました。

### ★学校ではどんな授業があるの？

介護技術を身につけるための授業・医療知識を得るための授業・誰でも楽しめるレクリエーション方法を習得するための授業など

### ★中学での経験が活かせる！

部活動でつちかった、常に周りに気を配ることや感謝の気持ちを持ち続けること、忍耐力が今、介護職を目指す自分に活かせていると思います。



## 福祉系大学4年生

### ★授業で楽しい時間はなんですか？

生活支援技術が好きです。車椅子での移動介助やベッドメイキングをはじめ福祉用具の活用など、介護について実践的な学習を通じて楽しく知ることが出来ます。



### ★理想の介護職員像は・・・？

利用者様一人ひとりの気持ちに寄り添い、「その人らしさ」を考慮して、本人が望む生活を実現できるような支援ができ、生活上のちょっとした変化に気づき対応することができる専門職。

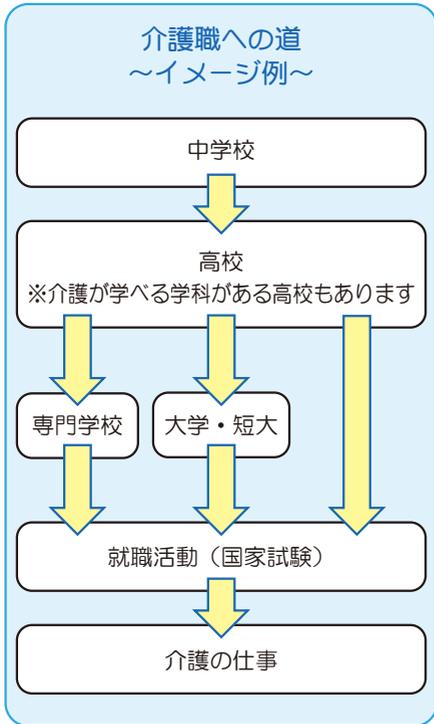
### ★後輩へのメッセージ

施設のホームページをはじめ職場見学・体験など介護を知る機会は沢山あるので自分自身の適正や介護の魅力について理解を深められれば良いと思います。最後に介護職に興味を持った方や目指している方、一緒に頑張っていきましょう！



# #介護職1年生!

今年から介護の仕事を始めた、  
介護職1年生にあれこれ聞いてみた!



## ★仕事をしていたSmileになる瞬間

利用者様の「いつもありがとうね」がとても励みになっています。その瞬間、利用者様が笑顔になり、それを見て私も笑顔になります。

## ★休日の過ごし方

児童クラブでボランティア活動を行っています。大学時代に休校支援のボランティアで関わっていたこともあり、思い入れのある場所です。仕事では高齢者と関わり、休日には子供と触れ合うことで、共通点を見つけられ、毎回発見があって面白いです。これからも続けていきたいです。



## ★実は・・・

大学では国際社会学部で英語を専攻していました。



Road to Kaigo-Worker

## ★介護職を目指したきっかけ

地域のおじいちゃん、おばあちゃんと交流することが好きでした。大学時代に行っていた見守りボランティアやふれあいサロンのお手伝いが印象に残っています。毎日仕事として、より密に寄り添いながらお世話をしたり交流できる場で関わりたいと思ったのがきっかけです。



# # 介護の仕事 Q&A

Q. 各仕事の内容をもっと詳しく教えて！

ある事業所のある日の1日を  
紹介します♪

## ▶小規模多機能型居宅介護の1日 (P1)

- 8:30 出勤、ミーティング
- 10:00 ラジオ体操、レクリエーション等
- 12:00 食事提供
- 13:00 休憩
- 14:00 入浴介助
- 16:00 レクリエーション等
- 17:00 夜間勤務者への引き継ぎ・翌日準備
- 17:30 退勤

## Q 何をするとところ？

自宅で生活を続けるために、「通い」「宿泊」「訪問」の各サービスを組み合わせて、食事や入浴、掃除や洗濯などの日常生活の手助けを行います。



## ▶特別養護老人ホームの1日 (P2)

- 9:00 出勤(夜間勤務者からの申し受け)
- 10:00 朝礼
- 10:15 水分補給援助
- 11:00 レクリエーション等支援
- 12:00 昼食援助
- 13:00 休憩
- 14:00 入浴介助
- 16:00 レクリエーション等支援  
(夜間勤務者への申し送り)
- 17:30 夕食援助
- 18:00 退勤

## Q 何をするとところ？

自宅での生活が難しい要介護認定\*結果が要介護3以上の方が入所でき、日常生活の手助けを行う施設です。



※要介護認定とは?!・・・「どのくらい手助けが必要か」を判断するもの。

身体の状態によって、要支援1・2、要介護1・2・3・4・5、非該当のいずれかの要介護度で判定されます。

## ▶ホームヘルパーの1日 (P3)

- 9:00 出勤
- 9:10 ミーティング
- 9:15 高齢者宅へ訪問(3名)
- 11:45 記録入力
- 12:00 高齢者宅へ訪問(3名)
- 13:00 退勤

※子育て中なので現在は午前中みの勤務ですが、慣れてきたら一日勤務を希望しているそうです。

## Q 何をするとところ？

介護を必要とする方の自宅に訪問して、日常生活の手助けを行います。



## ▶地域包括支援センターの1日 (P4)

- 8:30 出勤、朝礼
- 9:00 窓口当番
- 11:00 ケアプラン作成  
会議資料作成
- 13:00 昼休み
- 14:00 高齢者宅へ訪問
- 16:00 記録入力
- 17:00 退勤

## Q 何をするとこころ？

介護予防や認知症など、高齢者の相談窓口として前橋市に12か所設置されている機関です。



## Q. 介護サービスって、ほかに何があるの？

### 【訪問サービス】

自宅に来てもらい、利用するサービス

例えば・・・  
訪問入浴介護

### 【通所サービス】

介護サービス事業所に通い、利用するサービス

例えば・・・  
通所介護（デイサービス）

### 【施設居住系サービス】

施設等に入所・入居して利用するサービス

例えば・・・  
介護老人保健施設  
グループホーム

## Q. 介護の仕事の研修・資格ってどんなものがあるの？

### ▶介護職員初任者研修

介護の仕事の入門資格で、介護の基本的な知識や技術を学びます。介護職として働く方はもちろん、家族介護にも役に立つ研修です。

### ▶介護福祉士実務者研修

より質の高い介護サービスを提供するために、実践的な知識と技術を学びます。

### ▶訪問介護員（ホームヘルパー）

自宅において、介護が必要な方の日常生活をサポートします。

### ▶介護支援専門員

介護を必要とする方が介護のサービスを受けられるように計画をたて、福祉・医療・保健関係等の色々な職種の方と連絡調整を行います。一般的に、ケアマネジャーと呼ばれます。

### ▶介護福祉士（国家資格）

介護を必要とする方に対し、主に直接体に触れて行う「身体介助」、家事全般のお手伝いをする「生活援助」を行います。また、ご家族等に対して、介護全般のアドバイスをします。

### ▶社会福祉士（国家資格）

日常生活を送ることが難しい方の相談に対して、問題解決のためのアドバイスをします。  
※ほかにも介護の仕事に関係する研修や資格がたくさんあり、キャリアアップもできます！



前橋市内の事業所や  
学校のみなさま、  
ご協力ありがとうございました！

発行（第2版）：令和4年8月  
前橋市福祉部長寿包括ケア課  
〒371-8601  
前橋市大手町二丁目12番1号  
TEL：027-898-6152

冊子「Smile」に関してや、  
その他介護人材の育成・確保に関しては  
こちら▽



（ホームページ）



（長寿包括ケア課  
Instagram）