＼介護の仕事のお話です♪／

Smile

目次

Smile interview

～プロにインタビューしてみた～

０１　デイサービス　・・・・・・1

０２　老人ホーム　・・・・・・2

０３　ホームヘルパー　・・・・・・3

０４　地域包括支援センター　・・・・・・4

※各職種の仕事内容については７ページをご覧ください

Road to Kaigo Worker

～介護の仕事への道～

＃介護職１年生！　・・・・・・5

＃目指せ！介護職！　・・・・・・6

Question&answer

～もっと知りたい！介護の仕事～

＃介護の仕事Q&A　・・・・・・7

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、そうなったときに支えてくれる、
前橋市で働く高齢者介護のプロのSmileを紹介します。

みなさんに介護の仕事のやりがいや楽しさ、
かっこよさなど、たくさんの魅力に気づいてもらい、
将来どんな仕事をしたいか考えるときに、
笑顔と感謝に包まれた職場で介護の仕事がしたい！
と思ってもらえるきっかけとなれば嬉しいです。

「 介護の仕事 」をイメージしよう

01 デイサービスのお仕事

相手からの笑顔や感謝で自分を好きになれる仕事

介護職の魅力

私は介護の仕事をしていて、自分自身の肯定感がとても高まりました。
利用者さんから感謝されたり、笑顔を見たりすると自分を必要としている人がいるということが実感できて、自分を好きになれる仕事だと思います！

仕事で好きな時間

利用者さんとのレクリエーションです。
１日のうちで１番利用者さんと職員の笑顔が溢れていてとても楽しく大好きな時間です！

大変なこと

利用者さんに対して全て同じケアではなく、一人ひとりにあった個別のケアを実施するので、日々学ぶことばかりです。

休日の過ごし方

奥さんと旅行に行くことや映画鑑賞すること！
また、最近はスノーボードにもハマっています。

02 老人ホームのお仕事

介護職を目指したきっかけ

人の役に立つ仕事がしたいと思っていました。中学生の時に職場体験で母が勤めている介護施設に行ってコミュニケーションや食事介助の手伝いをしました。その中でコミュニケーションが特に楽しかったです。その経験から、自分も母と同じ介護の仕事をしたいと思いました。

お話をすることが息抜き♪

大変なこと

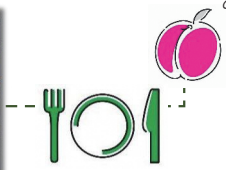
人と関わる仕事なので、声掛けをどうすれば良いのか分からない時があります。また、利用者さんを抱える介助は、身体を使うので大変です。

仕事中の息抜き

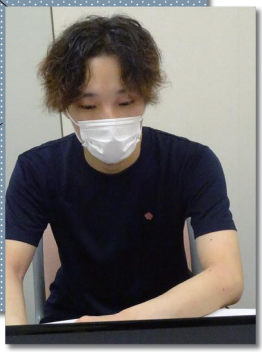
利用者さんとお話をすること。
庭の散歩や体操等のレクリエーション、施設の行事が利用者さんだけでなく自分の気分転換になります。

休日の過ごし方♪

出かけることが好きなので、観光地巡りをして各地のご当地のものを食べること。



iPadでの記録業務やオンラインの研修もあります♪

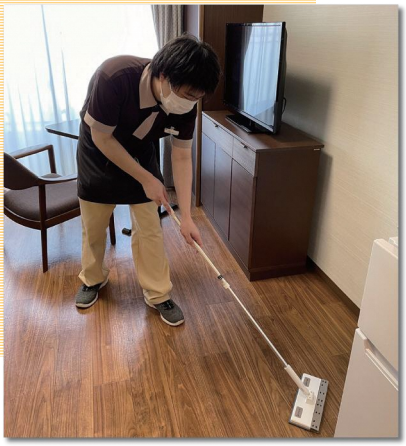


03 ホームヘルパーのお仕事

人との関わりの中で、喜びを得ることが出来る仕事

介護職を目指したきっかけ

高校生の時に地元の介護施設を見学させていただいた際、スタッフの方から「利用者さんの生活に携わることができ、ありがとうと感謝の言葉をいただける素晴らしい仕事です」と話を聞いて興味を持ち、大学で福祉について学び、介護職を仕事にしたいと思いました。



やりがい

利用者さんの生活の一部に関わることは大変なこともありますが、利用者さんの笑顔が見られたり、感謝の言葉をいただけたりと人の役に立つことが出来るやりがいのある仕事です。

仕事中の息抜き

職場の雰囲気も明るく、周りの職員も優しいので、休憩時に職員と談笑している時のたわいのない会話が息抜きになります。

最近ハマっていること
金魚を育てています。
一年前ぐらいに飼い始めて
大きくなりました！

04 地域包括支援センターのお仕事

この仕事を一言で言うと、
一期一会です♪

持っている資格

看護師、保健師

※地域包括支援センターには、保健師のほかに、主任介護支援専門員、社会福祉士の３つの職種の専門家が配置されています。

仕事をしていて笑顔になる瞬間

ありがとうと感謝された時や笑顔になってくれた時は嬉しいですし、自分も自然と笑顔になります。

大変なこと

人それぞれ生まれも育ちも違うので、どうすればうまく対応できるのかと、その人にぴったりな支援方法を考える事が時々大変だと思います。

でも、こんなやりがいがあります！

高齢者の方が自宅で元気に生活できるように支援していく仕事なので、毎日たくさんの笑顔と感謝をもらっています。

休日の過ごし方

その日の気分のラーメン屋に行きます。寝て食べての繰り返しで、気づいたら休日が終わっています。

最近ハマっていること

季節の限定スイーツを買って食べること

＃介護職１年生の話♪

持っている資格

介護福祉士（老人ホーム勤務）

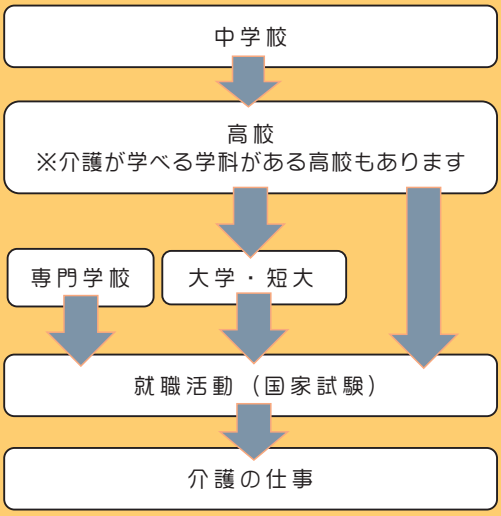
仕事をしていて笑顔になる瞬間

介助の中で入居者さんに「いつもありがとうね」と言われると、介護の仕事をして良かったと思い、笑顔になります。

実際、大変なこと

社会人１年目で覚えることが多く毎日が大変ですが、周りの先輩職員が、優しく教えてくださるので頑張ることができます。

介護職への道
～イメージ例～



仕事中の息抜き

休憩中に職員や入居者さんと話をしていて、笑顔が見られたとき。

介護の仕事の魅力は…？

介護のお仕事は大変なことが多いけれど、入居者さんとのコミュニケーションを通して、たくさん学べることがあると思います。
また、年齢関係なく働いているので毎日楽しいです！

＃目指せ！介護職！

福祉系短期大学２年生

介護職を目指したきっかけ

小さい頃、曾祖母と過ごす時間が多く、自然と高齢者と関わる仕事がしたいと思いました。施設で働く介護職員の方を見学する機会があり、憧れを持ちました。

進路について相談した時の家族の反応

私が中学生の時にデイサービスに見学をしていることを知っており、親戚にも介護福祉士や社会福祉士の仕事をしている方がいるので、家族にも応援してもらっています。

両親は「自分の本当にやりたいことをしなさい」と背中を押してくれたので、介護福祉士養成校への入学を決めました！

中学での部活が活かせる！

吹奏楽部でしたが、演奏者が笑顔で演奏することで聞いている方も笑顔にできるということを顧問の先生からご指導いただき、介護の現場でも相手の事を考えながら、支援する点に役立っていると思います。

楽しい授業とその理由

レクリエーションに関する授業です。年齢や身体や知的に障害を持ち合わせている人など、関係なく誰でも楽しめることを考え、実践することがとても楽しいからです。

理想の介護職像は？

親しみを持たれる介護福祉士になりたいです。そのために視野を広くし、多角的に物事を見ることのできる力を持ち合わせていきたいです。

福祉系大学３年生

#介護の仕事Q&A

１日のスケジュールを教えて！

デイサービス

8:30　出勤
9:00　デイサービス開始、朝礼
10:00　ラジオ体操&コーヒー提供
11:30　入浴介助、口腔体操
12:00　昼食　見守り、介助
13:00　休憩
14:00　レクリエーション（入浴）
15:00　おやつ
16:30　デイサービス終了（掃除）
17:30　退勤

デイサービスとは

お年寄が日帰りで通う施設。食事、トイレ、お風呂などの日常生活に関する介護や機能訓練という、体が弱くならないようにするための運動などを行います。

老人ホーム

7:00　出勤、離床介助、トイレ誘導、整容
8:00　朝食介助
9:00　レクリエーション、リハビリ
10:00　水分補給介助
11:00　申し送り
11:30　休憩（１時間）
12:30　口腔ケア、トイレ誘導
13:00　入浴介助
15:00　レクリエーション、リハビリ
16:00　退勤

老人ホームとは

体が弱くなり、常に介護が必要で、自宅での生活が難しくなったお年寄りに対し、食事・トイレ・お風呂などの介護を行います。季節のイベントやレクリエーションなども実施しています。

介護ってどんなサービスがあるの？

【訪問サービス】
自宅に来てもらい、利用するサービス

【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

【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

ホームヘルパー

9:00　ミーティング
9:30～　訪問（２～３件）
12:00　休憩
14:00～　訪問（４～５件）

ホームヘルパーとは

お年寄りや体が不自由で困っている人が生活しているところに行って、着がえ、食事、トイレ、お風呂などのお手伝いをします。動けない人の代わりに洗濯や掃除をしたり、お手伝いをしている間に話し相手になることも、大切な仕事の１つです。

地域包括支援センター

8:30　出勤、メールチェック
9:00　事務仕事
10:00　会議
12:00　昼休み
13:00　事務仕事
14:00　訪問
16:00　記録の入力
17:15　退勤

地域包括支援センター

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。

介護の仕事に関する研修や資格って？

▶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。

▶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３版）：令和５年11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
コチラ▽

前橋市長寿包括ケア課
ホームページ

長寿包括ケア課
インスタグラム

群馬県介護人材育成に
関するホームページ