

働き方は、輝き方だ。

多様な介護の働き方を

それぞれの輝き方でご紹介

若者



主婦

FOREIGNERS

# 働き方は、輝き方だ。

働き方を選ぶということは、

「自分の活かし方」、つまり「輝き方」を選ぶということ。

それぞれの価値観、経験、事情をプラスの力に変えて

誰かの力になれる。

それが介護業界の仕事。

働き方をちょっと変えれば、あなたの輝き方は変わる。

愛知県の介護施設で、想像もしなかった

新しい一歩を踏み出そう。



プライベートも仕事も、  
私の毎日って  
こんなに  
楽しかったっけ？

私でも働くママになれるなんて  
思ってた



働けば働くほど、  
日本も日本人も  
もっと好きになっていく



介護の現場では20代の  
若者が輝いています。  
彼女たちが  
日頃思っていることを  
のぞいてみよう。

# 介護×若者

## 私を成長させてくれるのは、 趣味と仕事。

23歳まで実業団でソフトボール選手をしていて、勝負の世界で観客を魅了する立場にいました。そんな私が介護の道をめざしたのは、現役を引退したあと、縁の下で人を支える仕事をしたいと思ったことがきっかけでした。働き始めて2年。日々新たな価値観に出会う介護の現場で刺激を受けながら、プライベートではソフトボールを続けています。



介護士 20代  
岩田さん

また、職場の先輩や同僚たちとバイクのツーリングをするなど、介護の仕事をはじめから新たな趣味もできました。趣味と仕事のバランスをきちんと取ることができているので、介護士として成長しながら、自分自身も豊かになっているなと感じています。趣味を通じた同業の方との繋がりから知恵をいただくこともあり、将来的には私も、自ら発信できる人になりたいと思っています。

## 私の仕事は、 おいしい笑顔を生み出すこと。

誰かの役に立つ仕事がしたいと思い、管理栄養士に。また、おじいちゃんとおばあちゃんが大好きだったことがきっかけで、介護施設で働こうと決意しました。私の仕事は、利用者さんに「おいしい」を楽しんでもらうことだと思っています。おいしい食事は元気の源。

人生の最後まで口から食事を取っていただきたい、という思いを胸に日々働いています。ただ、これは管理栄養士の私が一人で頑張っていることではありません。施設で働く介護士さんと一緒になり、連携しているからこそできること。介護士さんから食事の摂取状況を聞いたり、食欲のこともリアルタイムで共有していただいています。一緒に食事の補助をすることもあります。利用者さん一人ひとりにスタッフみんなで寄り添い、より良い食事、環境を提供していければと思っています。

管理栄養士 20代  
中神さん



## スタッフがの 良さが、 入居者さんに 伝播していく。

介護士 20代  
藤井さん



私は高校で介護について学んでいたこともあり、卒業してすぐ介護士として働き始めました。最初は不安でいっぱいでしたが、いざ就職してみるとそんな心配は無用でした。同じ部署で働く仲間や上司の仲が良く、とにかく働きやすい。仕事上の悩みを聞いてもらったりアドバイスをもらったりすることはもちろん、プライベートの話も気軽にできる関係を築けています。仕事をする上で、スタッフ同士の仲の良さは重要だと感じているので、とてもありがたいです。

私自身が楽しく働けているからこそ、入居者さんも笑っていられるような介護をしていきたいと思っています。その上で、一緒に話して笑って、そして頼り甲斐がある、そんな介護士になっていきたいです。そのために、スタッフと入居者さん、そしてスタッフ同士の信頼関係を今以上に高めていければと思っています。

これまで積んできた様々な経験を、  
また別の形で誰かの力へ。  
それが自身の生きがいにもなってくると  
教えてくれました。

# 介護×シニア

保育から介護の現場へ。

接する人が違くと、

こんなに面白い。

介護士 山崎さん



私の前職は保育士。保育士の仕事を続けていく中で、  
自分が40歳になり介護保険に加入するようになってから  
介護士という仕事に興味を持ち、働きながらヘルパー2級の資格を取得しました。  
転職まではスクールで勉強していましたが、  
やっぱり実際に現場に出てみると全然違っていて。  
最初のうちは働く不安よりも、とにかく付いて行かなければ、  
技術を学ばなければと必死だった記憶があります。  
やはり、座学では学ぶことができない、実際に現場に出なければ  
わからないことがたくさん。毎日が勉強です。  
今でも、介護をしていく中で、利用者さんから教えていただくことも多々あり、  
見習わなければ…と思うことも。逆に、私自身が利用者さんと年齢が近いということ  
もあり、利用者さんにお声がけする言葉も、自分自身に言い聞かせているなんてこと  
もありますね。

65歳がまだ“若者”の  
世界がありました。



歳を重ねているからこそ、  
わかってあげられる痛みや  
つらさもあります。



若者にはできないことを。

若者と一緒に。

介護業界に  
復帰された方  
からの  
メッセージ

10年のブランクから復帰。  
あなただから理解できることがあると信じて。

介護の現場から離れて10年。復帰を決めたときは正直、体力面など不安は  
たくさんありました。しかし、施設側の配慮もあって、今できる仕事をさせて  
いただけることになり、復帰することができました。私自身が利用者さんとの  
年齢が近い分、理解できる部分もあるのではと思い、少しでも利用者さんに  
寄り添った介護をしていきたいと考えています。利用者さんが笑ってくれる  
時間に、私自身が癒されることも多々あって。もっと言うと、利用者さんの  
言葉にハッとさせられることも少なくなく、教わることもたくさんあるんです。  
本当に、人生勉強ですね。介護職に復帰したことで、生活のリズムが整い、  
より健康的で充実した日々を過ごせるようになりました。

子育て中のママは忙しい。  
でもその合間を縫って  
輝く人たちがいます。  
働くからこそ得られる充実感とは？

# 介護

# ママ



介護士/主婦  
千賀さん

パワーの源は、子どもの存在。  
毎日お迎えに行けるのが嬉しい。

人の役に立ちたいという思いから始めた介護の仕事。出産を機に一度現場を退いていましたが、現在は仕事を再開しています。保育園に預けられるとはいえ、小さい子どもがいる私にとって、シフトで決まった時間に働けて、残業もない介護の仕事はありがたいです。やっぱり、子どものお迎えには自分で行きたいです。そういう環境なので、私のようにママをしながら働いている人も多く、子どもが突然熱を出してしまったときなどは協力合っています。仕事と子育ての両立は簡単なことではありませんが、こういう介護ならではの良い環境のおかげで実現できていると思っています。そして何より私のパワーになっているのは、子どもの存在。子どもの笑顔が見れるだけで、なんでも頑張りたいくなります。それから、入居者さんに感謝されると、私も役に立っているんだなと実感でき、仕事にもやりがい生まれます。



優しい環境にいるから、  
人にはもっと優しくしたくなる。

働くママである私にとって、家からも近く、土日が休みという現在の職場の環境はとても働きやすいです。家族や職場のスタッフのみなさんが協力してくださっているので、仕事と家庭の両立がとてもやりやすい。そんな風に、私が温かい環境で働いているからこそ、利用者さま一人ひとりに思いやりを持って接しようという気持ちが湧いてくるんですよね。私の家族だったら、どう対応されたいかな？と考えて接することを大切にしています。だから、感謝の言葉をいただくと、優しい気持ちになりますし、この仕事を選んでよかったなと思います。今後も、今と変わらずに介護のお仕事を続けていくことが今の私の目標です。子どもはどんどん成長していきますからね。私も負けてはいられません。仕事を通じて成長していければと思っています。



介護士/主婦  
尾堂さん



介護という仕事だからできる。  
子どもにも、仕事にも全力。

私には1歳の子どもがいるのですが、職場からの理解も深く、9:00~16:00という育児時短勤務をさせていただいています。そのおかげで、子育てと仕事の両立が実現できていて感謝しかありません。もちろん、家族の助けがあってこそですけどね。忙しい毎日の中でも、私が大切にしているのは、子どもと遊ぶ時間。子どもと一緒にいられる時間は、とにかくいっぱい遊ぶようにしています。その分、仕事のときは全力です。利用者さまと接するときは、少しでも不安を払拭してあげられるように、笑顔でいること、コミュニケーションを積極的に取ることを心がけています。人と関わる仕事だからこそ、毎日違った発見があったり、たくさんのことを知れたり。介護ならではの楽しみ面白みも多くあり、日々の仕事の中で見出しています。



介護士/主婦  
倉田さん



日本からいろんなことを吸収するとともに、一緒に働く日本人の仲間に多くの学びをもたらしてくれています。

CAREGIVER  
×  
FOREIGNERS

# 介護 × 外国人

介護という仕事の温かさを、日本に来て知った。

日本で働きたいという思いを持って日本に来たものの、やっぱり最初は日本語や文化の違いなどの心配は尽きませんでした。でも実際に働き始めてみると、職場の皆さんに本当に優しくしていただいて、不安は吹き飛びました。それから、スタッフの利用者さんに対する姿勢はととても勉強になります。一人ひとりに丁寧に声がけをし、その方の気持ちに向き合って、最善の介護を提案しています。日本で働くことが目標でしたが、皆さんの働きを見て、介護福祉士の資格を取得し、今後もこの仕事に携わっていくという新たな目標ができました。

—— インドネシア出身 マリナさん

日本語で言ってもらえる「ありがとう」が本当に嬉しい。

アニメを見て日本の文化に興味を持ち、日本で働くことを決めました。日本語の不安などはありませんでしたが、上司や先輩が丁寧にわかりやすい日本語に変えて教えてくれるので、すぐに職場に馴染むことができ、仕事も覚えられました。利用者さんから方言を覚えてもらうこともよくあって、日本の文化を肌で感じられるのが嬉しいです。それに、利用者さんに「ありがとう」と言ってもらえると、この仕事をしていて、日本に来て良かったなと思います。将来は介護福祉士になって、もっと活躍していきたいです。

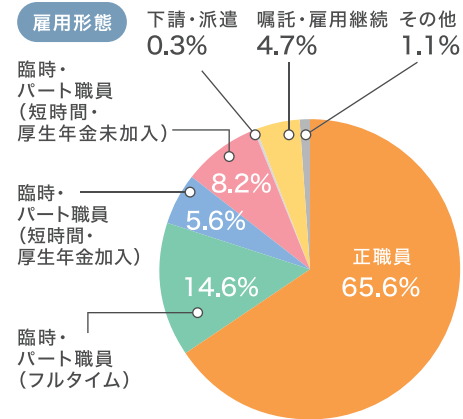
—— インドネシア出身 リアさん

## データで見る介護の今

「労働時間が長そう…」「離職率が高そう…」などネガティブなイメージが多い介護職。本当はどうなの？をデータでご紹介していきます。

### 1 多様な働き方がある

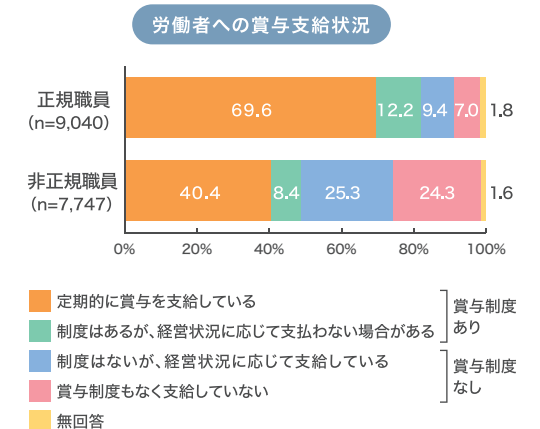
働く人も様々なら、働き方も様々。自分が一番輝ける働き方で活躍できます。



データ出典：全国労働組合総合連合 介護労働実態調査

### 2 ボーナスもしっかりもらえる

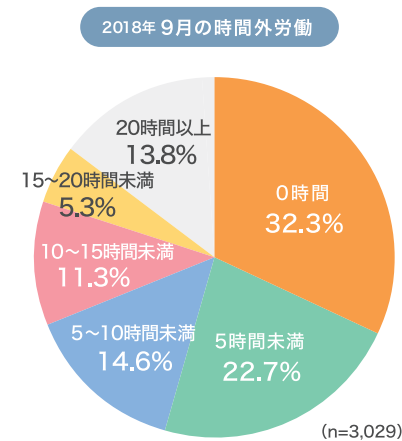
およそ9割の施設が、定期的にボーナスを支給しています。



データ出典：公益財団法人介護労働安定センター

### 3 オンオフをきちんと分けられる

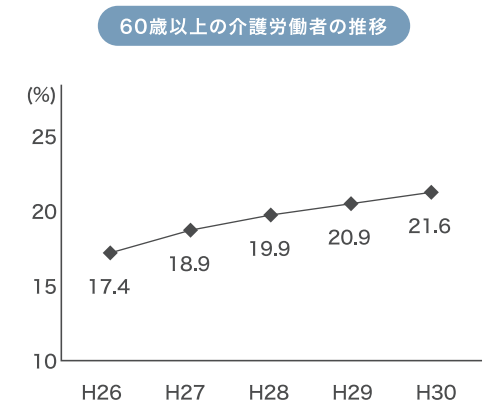
月の残業時間が0時間が3割以上、5時間未満で半分を超えています



データ出典：全国労働組合総合連合 介護労働実態調査

### 4 高齢者が活躍できる場が増えている

介護のお仕事をする高齢者の数も増えてきており、高齢者でも安心して働ける環境が整っています。



データ出典：公益財団法人介護労働安定センター



愛知県老施協  
COUNCIL OF SENIOR CITIZENS WELFARE SERVICE

制作・発行：愛知県老人福祉施設協議会

〒480-1148 愛知県長久手市根嶽1216 TEL:0561-61-0294 <http://www.airokyo.com>

