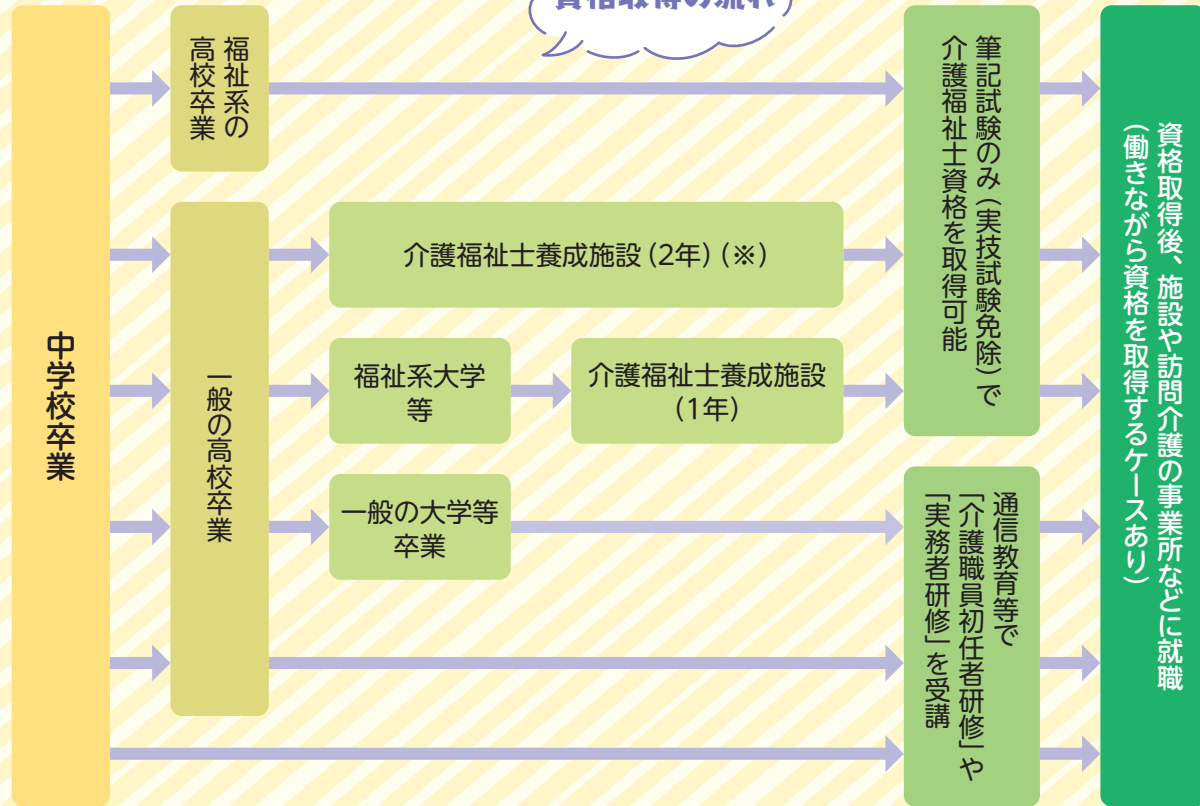


# 資格取得について



介護に関する資格は、学校などで学んだり、働いたりしながら取得できます。

## 資格取得の流れ



(※) 令和8年度までに養成施設を卒業する方は、卒業後5年間は国家試験を受験しなくても介護福祉士になることができます。

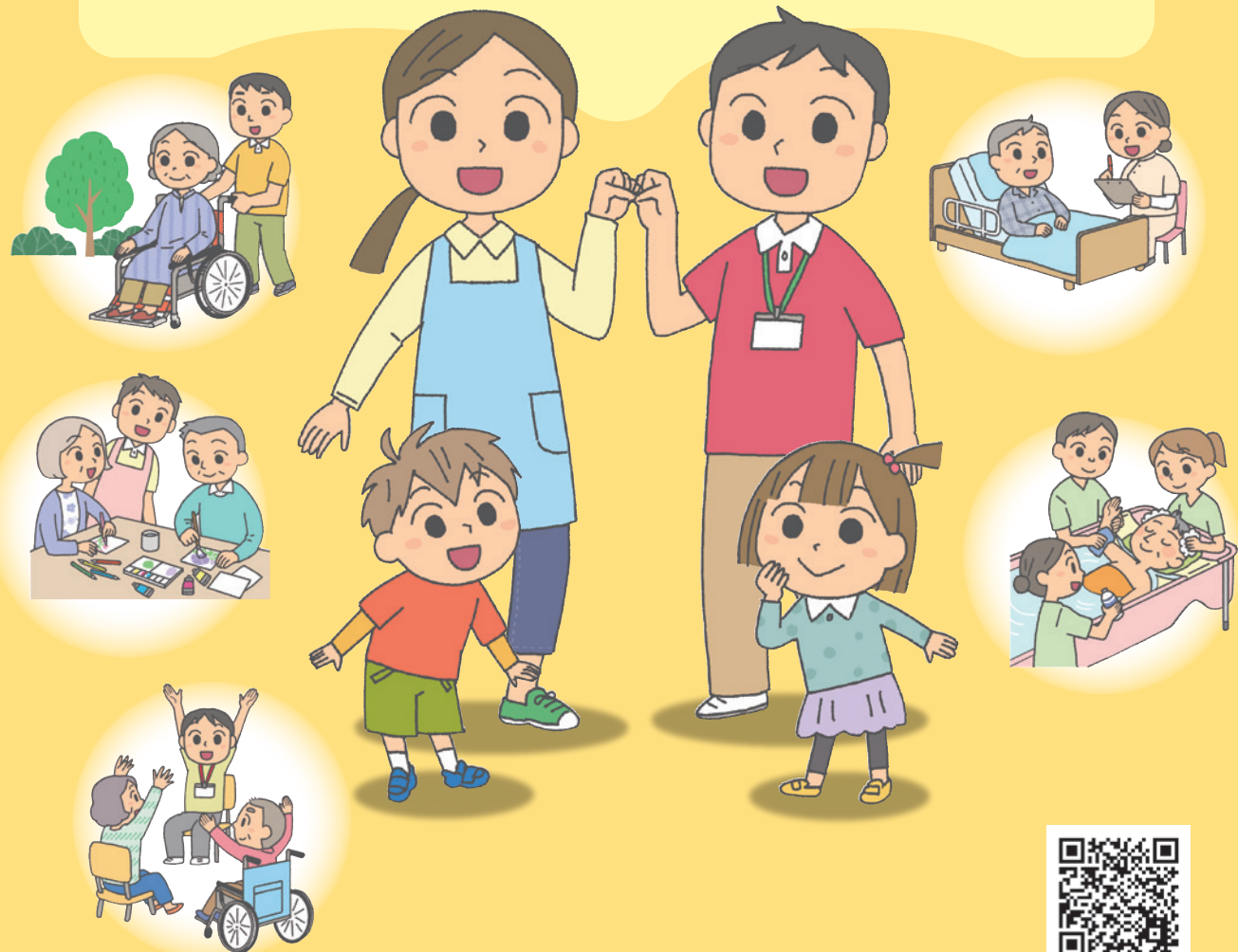
## 保護者のみなさまへ

「介護の仕事は大変」。そのようなイメージをお持ちの方も多いのではないのでしょうか。確かに、介護の仕事は楽な仕事ではありません。それでも、人の人生に寄り添い、専門性をもって支える、かけがえのない仕事です。関わった方の表情が和らいだ瞬間や、ふとこぼれる感謝の言葉に、何にも代えがたいやりがいを感じます。また、介護はチームで支え合う仕事であり、働き方も多様です。自分の時間を大切にしながら働くことができ、地域の中で人と人をつなぎ、支える役割を担うことができます。今後ますます介護を必要とする方が増える中、介護の仕事は社会を支える重要な存在であり、地域貢献を実感できる仕事でもあります。介護は、人に、社会に、貢献できる誇りをもって続けられる仕事であることを、ぜひ知っていただけたらと思います。

# 介護のお仕事ブック



## 介護の仕事が支えます!



▲冊子の内容はこちら

# 「介護の仕事」は、みんなを支えています！

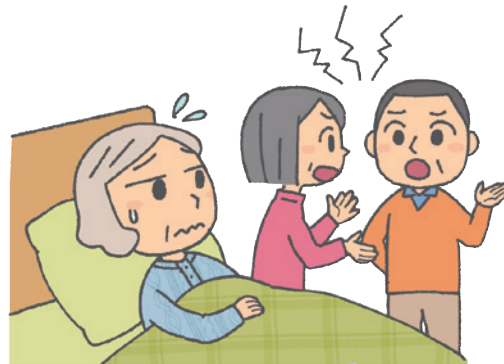
おじいさん、おばあさんのからだが弱くなり、普段の生活がむずかしくなったとき、昔は家族だけで食事・入浴・トイレ・買い物などの毎日の生活の手助けをしていました。でも、家族も仕事や学校で忙しいので、手助けを家族だけで行うのはとても大変でした。

「介護の仕事」  
が  
なかった頃

家族への負担が重く、家の中が暗い雰囲気にも…  
介助されるおじいさん、おばあさんも肩身が狭いです…



介護の失敗



家族の不和



介護づかれ

そこで生まれたのが「介護の仕事」です。以前は、介護は女性が担うことが多い環境でしたが、いまでは、男女、国籍を問わず、「介護の仕事」をしている人が、おじいさん、おばあさんだけでなく、家族の生活も支えています。

いま

おじいさんやおばあさんの希望や自分らしさが叶えられます。さらに、家族の負担も減ります！



家族にも心の余裕が  
うまれる



専門スタッフなので  
安心

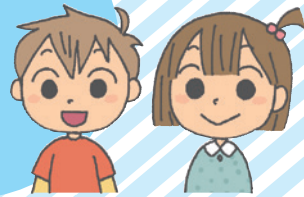


休める時間があるので  
介護づかれにくい

「介護の仕事」は「おじいさんやおばあさん、家族が」できることを増やし、笑顔を取りもどす仕事です！



# 「介護の仕事」には いろいろな種類がある!



# 介護を支える仲間たち



例えば

## 施設での 介護

施設で暮らすおじいさんやおばあさんの食事や入浴などのお手伝いをします。

- 特別養護老人ホーム
- 介護老人保健施設
- 認知症高齢者グループホーム など



例えば

## 通所施設 での介護

自宅から施設に通うおじいさんやおばあさんとレクリエーションをしたり、食事や入浴などのお手伝いをします。

- デイサービス (通所介護)
- デイケア (通所リハビリテーション) など



例えば

## 短期 施設 での介護

家族の不在時に、短期間、施設に宿泊するおじいさんやおばあさんの入浴や食事などのお手伝いをします。

- ショートステイ

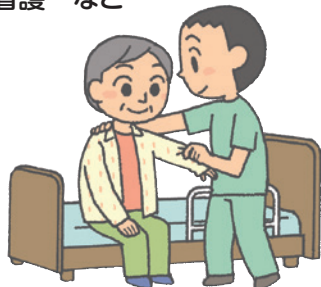


例えば

## 自宅に 訪問して 行う介護

おじいさんやおばあさんの自宅を訪問して、食事や入浴などのお手伝いをします。

- ホームヘルプ (訪問介護)
- 訪問リハビリテーション
- 訪問看護 など



## 介護職

日々の生活のなかで、お年寄りを一番近くで支える存在。食事や入浴の手伝いだけでなく、会話や笑顔で心を元気にします。

人とのつながりを感じられる、あたたかい仕事です。



## 看護師

おじいさんやおばあさんの体温や血圧を測って、日々の健康状況をチェックしたり、お薬や点滴の管理など、医療面でのサポートをします。



## ケアマネジャー (介護支援専門員)

介護が必要な人に合ったサービスを計画し、関係者をつなぐ「まとめ役」です。

おじいさんやおばあさんにどのような支援が必要なのかを考えて、介護の計画 (ケアプラン) を作ります。ほかの仲間たちと連携・協力して、こころとからだの状況にあった適切な介護を考えます。



この他にもいろいろな分野の人たちが力を合わせて、おじいさん、おばあさんを支えています。



# 施設での暮らしを支える介護

朝は「おはようございます!」のあいさつからスタート!



## 食事のお手伝い

おじいさん、おばあさんが食事をされるときにむせたりしないように見守ったり、コップやスプーンを口元に運ぶのを手伝ったり、食後の歯磨きのお手伝いをします。一人ひとりのからだの状態に合わせて、食事の硬さや形を工夫して提供します。

栄養士さんが考えたバランスの良い食事で健康をサポート!

午後はレクリエーションの時間!  
歌を歌ったり、体操をしたり、季節のイベントを楽しんだり。  
笑顔や会話が生まれる大切な時間です!

## レクリエーションなど

毎朝のコーヒータイム、近所の散歩、大切な人との時間を大切に、その人の”人生の彩り”を支援します。

お正月、節分、お花見、七夕、クリスマスなど親しんできた季節の行事を行ったり、ゲームや手遊びをして、楽しみながらからだや手先を動かす練習をお手伝いします。



楽しみながら、からだをうごかしましょう!

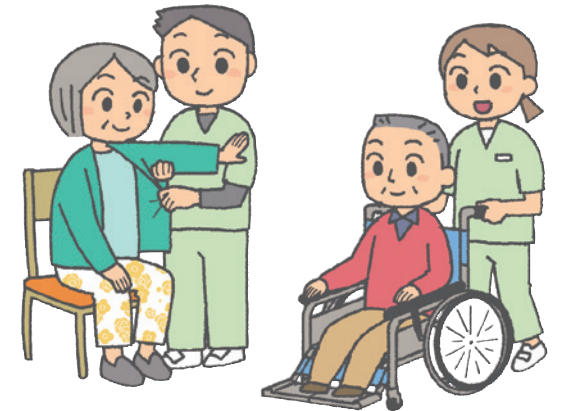


入浴や着がえ、トイレのサポートなど、介護職員がいていないお手伝いします。

## 身の回りのお手伝い

おじいさん、おばあさんが移動されるときに車いすを押したり、トイレに付き添ったり、入浴や着替えのお手伝いをしたりします。なるべくご自身でできるように、声をかけたり、工夫したりするのも大切な支援です。

毎日を自分らしく生活してもらうために、お手伝いをします!



最近では、介護ロボットや見守りセンサーも活躍しています。  
最新の技術でおじいさん、おばあさん、介護職を支えています。

## 介護ロボットなど

介護ロボットは、日常生活のサポートをしてくれたり、介護職の負担を減らしてくれるロボットです。おじいさん、おばあさんの様子を見まもってくれる見守りセンサーもあります。

最近では話しかけると返事をしてくれる「お話しロボット」も開発されていて、心をやわらげ、楽しい時間をつくってくれます。



技術はどんどん進んでいます!



# 自宅での暮らしを支える介護

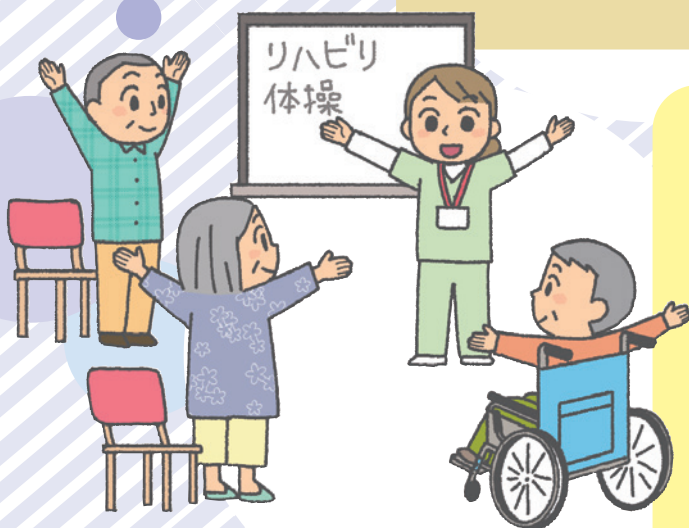


おじいさんは週に2回、デイサービスへ行きます。

体を動かしたり、友だちや介護職員の人とおしゃべりしたりするのを楽しみにしています。



おばあさんの家には、一週間に数回、ホームヘルパーさんがやってきます。掃除や買い物の手伝い、お話をしたり体調の見守りをしてもらっています。



介護職員は、利用者さんの体の状態にあわせて、日常生活に必要な手助けをします。このほか、「楽しみ」を提供するためにレクリエーション、イベントなどを企画し運営することも大切な仕事です。その日の利用者の様子を記録し、ご家族へ連絡帳などで様子を伝えたりもします。

ホームヘルパーさんは、タブレットやスマートフォンを使って、職員同士でおばあさんの体調や様子などの情報を共有しています。また、おばあさんの「今日の様子」を写真やメモで送ることで、離れて住んでいる家族でも安心です。

ICT（情報通信技術）は「介護の仕事」でも役立っています。人のやさしさとテクノロジーはどちらも欠かせません。



## なぜ介護の仕事を選んだの？



小学生の頃、大好きだったおばあちゃんが転んで、それまで生活の中で出来ていたことが急に出来なくなりました。

家に来てくれたヘルパーさんは、代わりにやるのではなく、どうしたらまた自分で出来るかを一緒に考えてくれました。手すりや歩く練習などを続けるうちに、数か月後、おばあちゃんは私と公園まで歩けるようになりました。

私はそのとき、介護はお世話ではなく、その人の出来ることを増やす仕事だと知りました。

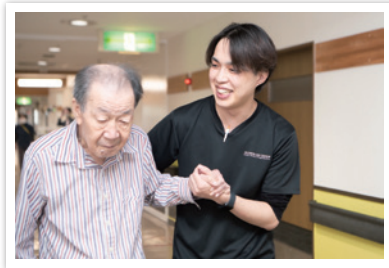
だから、誰かの「もう一回できた」が一番近くで見られる仕事がしたいと思い、私は介護職を選びました。

子どものころ、僕は人と話すのがあまり得意ではありませんでした。でも「人間観察」は好きでした。

高校の職場体験でデイサービスに行ったとき、おじいさんが職員の声かけには返事をしないのに、僕のあいさつにはうなずいてくれました。

よく見ると、その人は大きな声が苦手で、ゆっくり近づいて話すと安心することが分かりました。関わり方を少し変えるだけで、人の表情や行動が変わる！

介護はお世話ではなく、「人をよく見て考える仕事」だと思い、人のちがいをを見つけるのが好きな自分に合っていると感じ、介護職を選びました。



諦めていたことができた時、一緒に嬉しくなる仕事。だからやめられません！

## 先輩からのメッセージ

「なんでだろう？」を考えるのが好きな人に向いてるお仕事ですよ！



一人ではなく、仲間と支えるからずっと続けられるお仕事です！



## 介護職員の1週間

デイサービスで働くある介護職員の1週間



| 曜日  | 働く時間               | 今日の予定   | 毎日やること  |
|-----|--------------------|---|---|
| 月曜日 | 8:30<br>▼<br>17:30 | 利用者の送迎担当（運転）<br>脳トレプリントレク、手指運動レクの補助<br>音楽体操の補助  | 8:30<br>出勤、朝礼、お迎え準備<br>9:00<br>お迎え、健康チェック<br>10:00<br>入浴介助、個別対応<br>12:00<br>昼食準備、配膳、食事介助、<br>服薬確認、休憩（交代制）<br>13:00<br>レクリエーション支援<br>15:00<br>おやつ、個別対応、連絡帳作成<br>16:00<br>帰宅準備、荷物整理、見送り、<br>記録作成、片付け、翌日の準備<br>17:30<br>退勤 |
| 火曜日 | 8:30<br>▼<br>17:30 | 創作活動（切り絵、季節の飾り）の補助<br>カラオケ大会の補助<br>歩行訓練の補助      |   |
| 水曜日 | 8:30<br>▼<br>17:30 | 入浴介助のまとめ役<br>園芸活動（花の植え替え）の補助<br>映画鑑賞会、感想会の司会    |   |
| 木曜日 | —                  | お休み（交代でほかの職員が勤務）                                |   |
| 金曜日 | 8:30<br>▼<br>17:30 | 利用者の送迎担当（運転）<br>連想ゲーム、クイズ大会の司会<br>バランス体操、誕生会の補助 |   |
| 土曜日 | 8:30<br>▼<br>17:30 | 土曜日の利用者（少人数）の生活介助<br>レクリエーション運営担当<br>翌週の準備      |   |
| 日曜日 | —                  | 施設の休業日  |   |

●利用者対応時間は9:00～16:30 ●休憩は60分 ●休日は週2日（日曜日、平日1日交代制）

## キャリアプランについて

「介護の仕事」は、ステップアップできるお仕事です。たとえば、こんなキャリアの流れがあります。



**1～2年目** 介護職員として介護の基本を学びます。「介護職員初任者研修」を修了。

**3～5年目** 経験を積みながら「実務者研修」を修了。後輩の指導や記録なども担当します。国家資格「介護福祉士」を取得して、チームの中心として活躍！

**5～10年目** 経験をもとに、介護施設のリーダーやサービス提供責任者として活躍。

**10年以上～** さらに学びを深めて、国家資格「介護支援専門員（ケアマネジャー）」を取得！ チームリーダーとして計画・相談の中心で活躍。「施設長」や「管理者」など、役職上のキャリアアップもできます！

