

# 介護職員の仕事の様子

特別養護老人ホーム せんぎえん 千木園

金沢市

高齢者が暮らす介護施設の職員の仕事の様子取材しました。

## 水分補給

一人ひとりに合わせたスピードでこまめに行います。



## えんげ 嚥下体操



指を動かしてみよう!

昼食の前に毎日行います。楽しみながら首や手足を動かすほか、歌を歌って唾液の分泌を促したり、のどの動きを活発にします。肺機能を高める効果もあります。

## レクリエーション

月に1回、みんなでおやつを手作りしています。楽しめる企画を考えるのも職員の仕事。



ベランダでキュウリを育て、みんなで成長を楽しんでいます。



得意の歌をご披露いただきました。

## インタビュー

介護職員 あべ 安部 しおりさん  
取得資格/介護福祉士



### 気持ちに寄り添い、信頼される存在に

食事や着替え、トイレなど毎日同じ介助をしていても、利用者さんの気持ちや体の調子は日々変わります。例えば、昨日は上手にコミュニケーションがとれなかったけれど、今日は話しかけるタイミングや立つ位置を変えてみたら、「うまく会話ができた」ということがあり、利用者さんの気持ちに寄り添い、どのような関わり方をしたら喜んでいただけるのかを考えるのが楽しいひとときです。その結果、スムーズにコミュニケーションがとれたときは達成感があります。

また、毎日のように「ありがとう」「あなたたちのお陰や」など感謝の言葉をいただき、その度にうれしくなり、大きな励みになっています。同世代の職員が多く、先輩方も優しいので、みんなで協力してケアをすることができ、とても働きやすいと感じています。

介護職員 みやた 宮田 昌幸さん  
取得資格/介護福祉士



### 一喜一憂の毎日、年々楽しさが増す

高校の職業体験で民間企業と老人ホームの双方を見たところ、デスクワークよりも、利用者さんと楽しく接する老人ホームの方が私にとって印象的でした。その後、福祉系の大学に進学し、福祉を基礎から学ぶと、さらに興味が高まり、介護福祉士を志しました。

この仕事は、いつも人と向き合っています。中には認知症の方も多く入所されており、利用者さんを中心に一喜一憂する毎日です。1、2年目は仕事を覚えることに必死でしたが、経験を積み重ねると、利用者さんの日々の変化をうまく感じ取れるようになり、それに応えるのが楽しく、年々その気持ちが大きくなっています。

どんな仕事も同じですが、体験しないとわからないことが多いので、職業体験やボランティアに参加してみることをおすすめします。

取材：平成29年6月

発行 令和元年6月

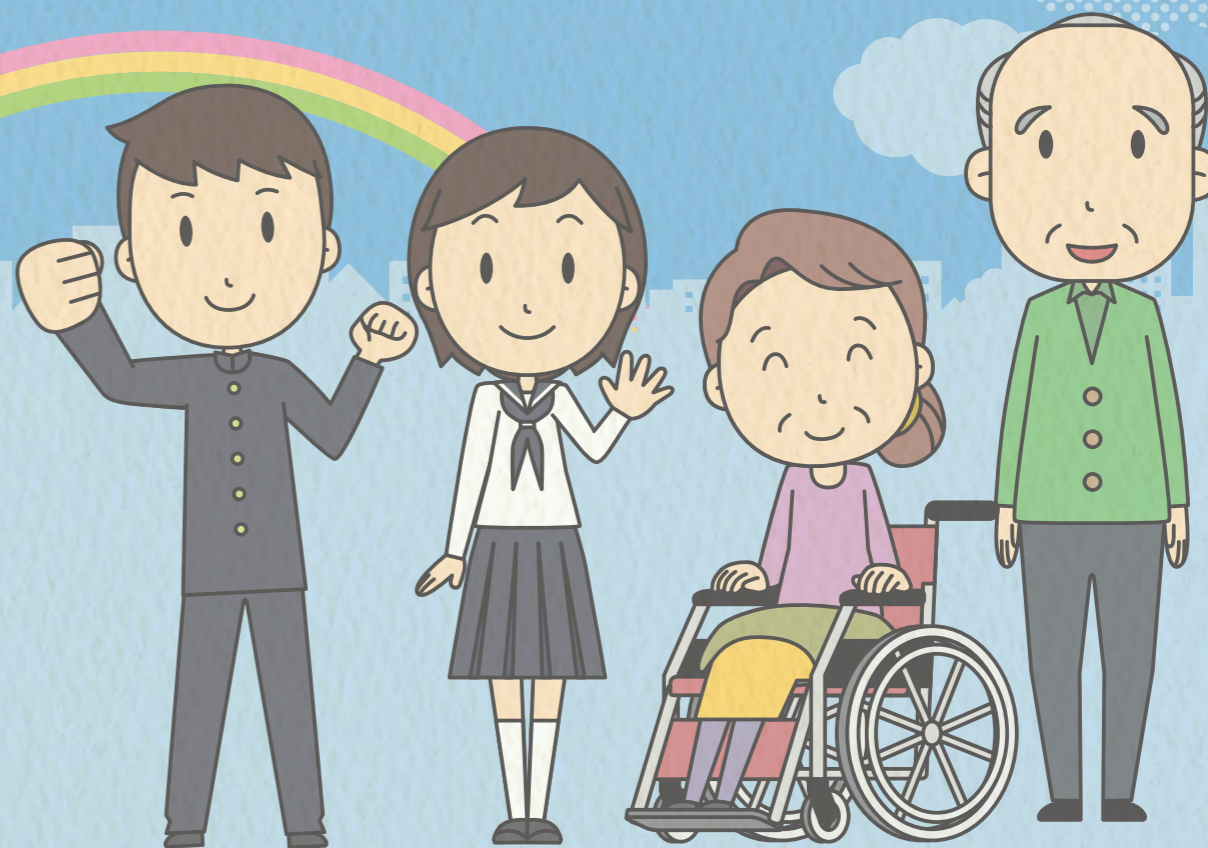
石川県健康福祉部厚生政策課

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1-1  
電話 076-225-1419 ファックス 076-225-1409  
Eメール kousei@pref.ishikawa.lg.jp

中学生版

## 日々の暮らしを支える仕事

# 介護のお仕事

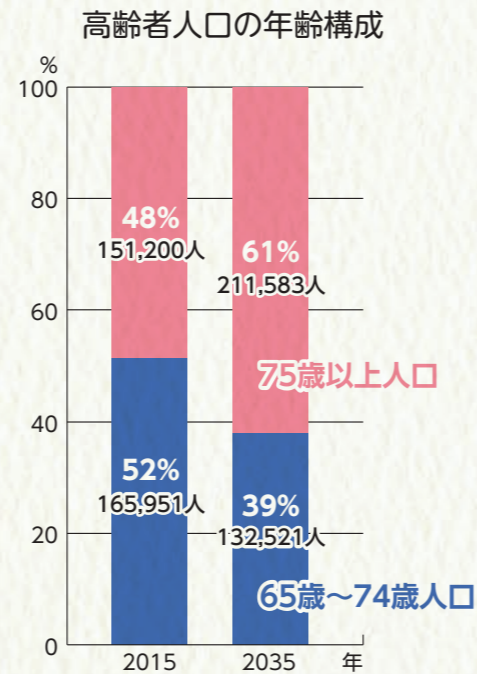
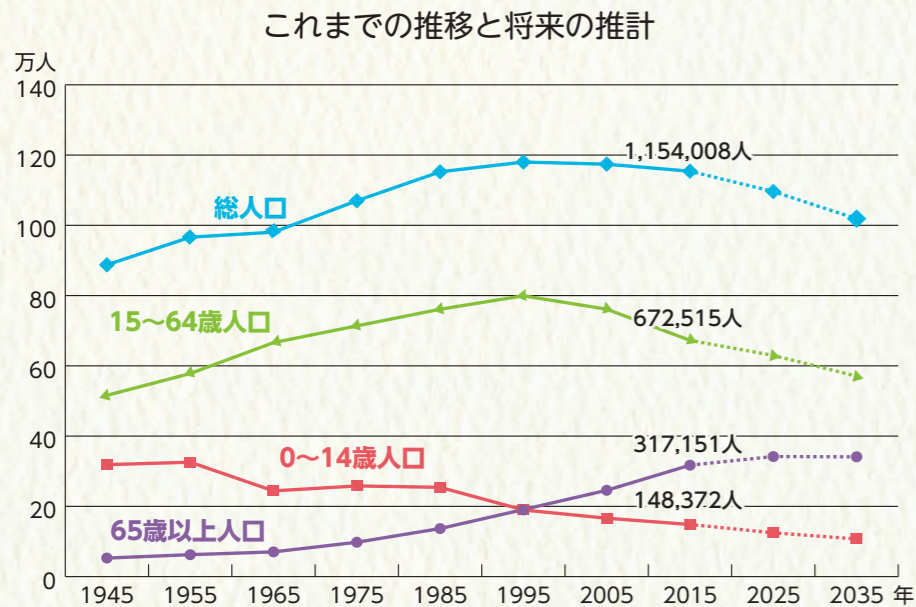


石川県

# 1 石川県の高齢化の状況

石川県の総人口は、2005年を境に減少が始まり、今後も減少が進むと推計されます。一方、65歳以上の高齢者の人口は年々増加し、2035年には3人に1人が高齢者になると推測されます。さらに、少子化や核家族化の進行などにより、ひとり暮らしの高齢者が増えています。

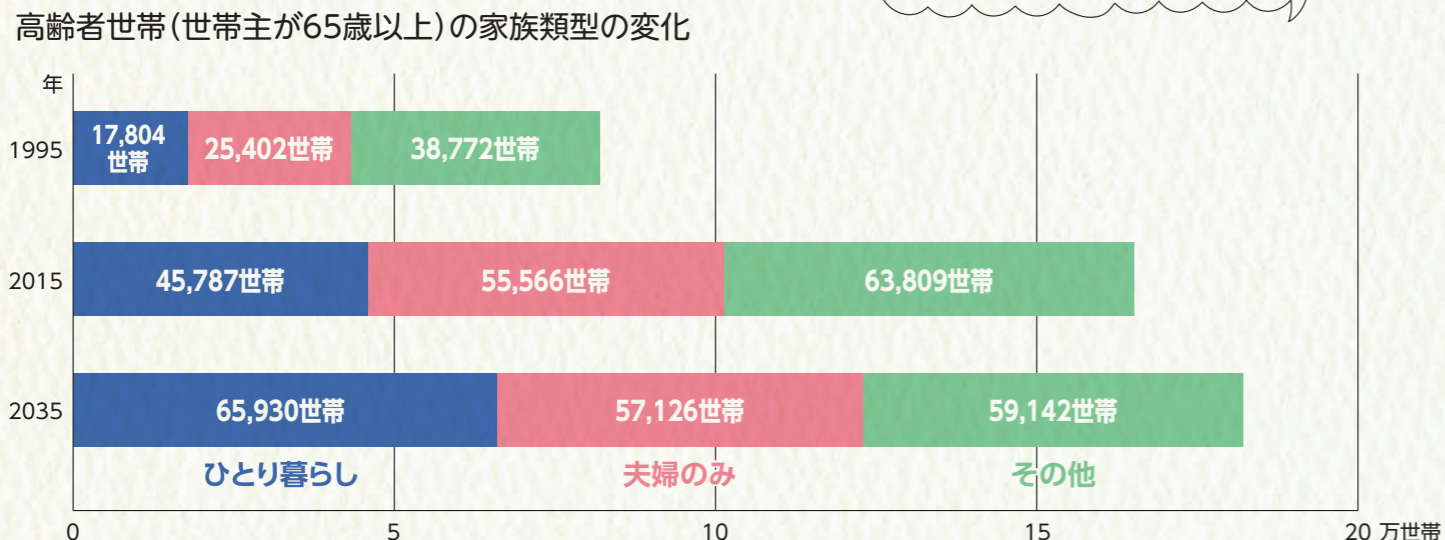
## 人口の変化



(出典) 総務省「国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」(2018年3月推計)

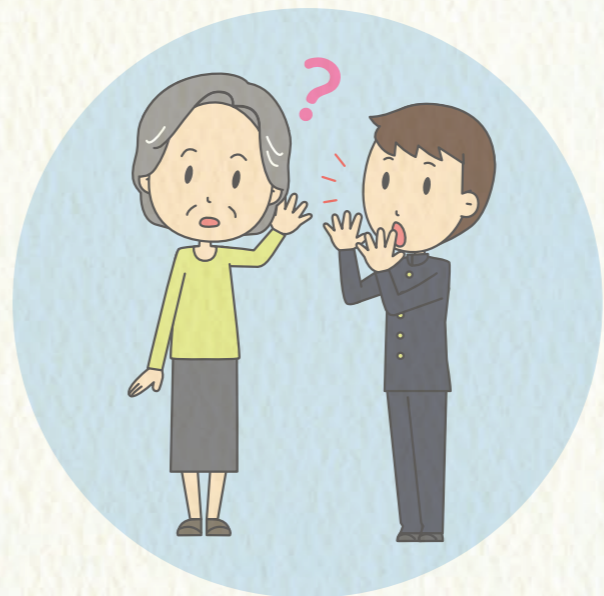
## 高齢者の暮らし方の変化

ひとり暮らしや夫婦だけで暮らす高齢者が増えています



(出典) 総務省「国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(都道府県別推計)」(2019年4月推計)

# 2 高齢者の心身の変化



高齢になると、老化が進み、体のさまざまな部分の機能が弱くなります。

個人により差がありますが、一般的には、耳が遠くなる、目が見えにくくなる、熱や痛みを感じにくくなるなどの変化が生じます。また、筋力や反射神経、バランス感覚が衰えて動作が鈍くなったり、転びやすくなったりします。

さらに、身体的な機能だけでなく、理解力や記憶力が低下し、コミュニケーションがとりにくくなることもあります。このような体の変化に対する不安感や、認知症などの病気のために、自信や気力をなくしたり、怒りやすくなったりなど、心理的な変化も生じます。

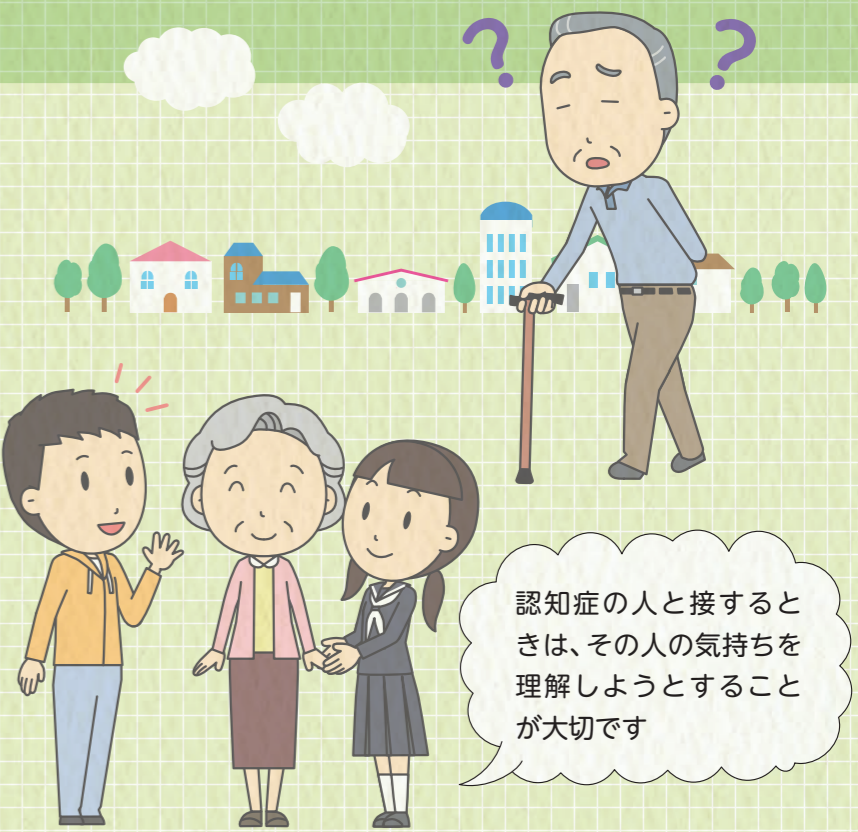
知っていますか?

## 「認知症」

認知症は、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまうなどして、脳の働きが悪くなり、日常生活に支障をきたす「病気」です。

認知症になると、物事を覚えられない記憶障害や、日時や場所の感覚が薄れるといった障害が生じます。また、そのような障害が原因となり、うつ状態になったり、妄想や徘徊などの症状が現れたりすることもあります。

ですが、認知症になると何もわからなくなるわけではありません。本人も、自分の体に起こっている変化に気づき、不安になっているのです。



認知症の人と接するときは、その人の気持ちを理解しようとするのが大切です

※老化による物忘れと認知症の記憶障害の違い

老化	認知症
何を食べたのか思い出せない	⇔ 食べたこと自体を忘れている
目の前の人の名前を思い出せない	⇔ 目の前の人だれなのか分からない

# 3 介護の仕事

介護とは、老化や病気、障害などで日常生活が不自由な人に対して、食事や入浴など身のまわりの介助をはじめとした生活全般のサポートを行うことです。

家族が介護をする場合もありますが、家族と離れて暮らしていたり、家族が仕事で十分に時間を確保できなかったりなど、家族だけの介護が難しいこともあります。また、介護について専門的な知識や技術がない家族が、ずっと介護を続けることは体力的にも精神的にも大変です。

そこで必要となるのが、介護の専門家の力です。仕事として介護を行う介護職員は、高齢者の体や心について専門的な知識と技術を身に付けたプロフェッショナルです。

## 1 介護職員の主な仕事

介護を必要とする人一人ひとりに向き合い、本人ができることは自分でできるように促し、できない部分はできるように手助けをすることで、今ある体の機能を維持・改善できるような支援を行います。

### 食事の介助



### 入浴の介助



### 着替えの介助



### 排泄の介助



### 家事の介助



また、日常生活の支援のほかにも、ゲームや歌、季節ごとの行事といったさまざまなレクリエーションの企画・実施や、本人やその家族からの介護に関する相談への対応など、その仕事内容は多岐にわたります。

### レクリエーション



### 相談



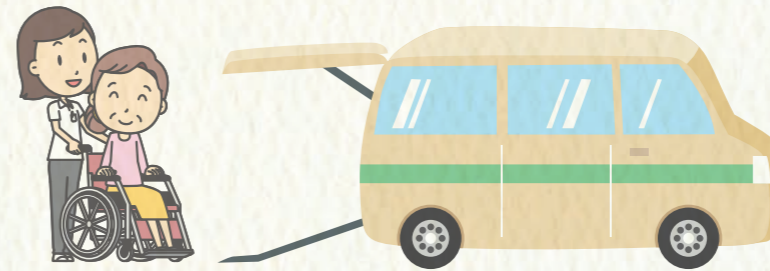
## 2 介護職員の働く場所

特別養護老人ホームや介護老人保健施設などの介護施設、通所介護事業所（デイサービス）や、訪問介護事業所（ホームヘルプ）など、幅広い施設・事業所が活躍の場です。

### 介護施設

自分の家で生活することが難しくなった高齢者のための施設。食事や入浴などの介助、健康管理や機能訓練により、入所者の日常生活をサポートします。

### 通所介護事業所（デイサービス）

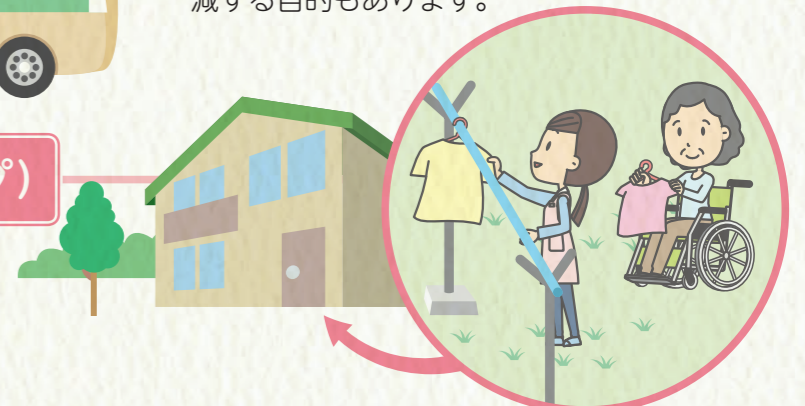


家で生活する高齢者が日帰りで利用する施設。食事や入浴の介助、健康管理、機能訓練などを行います。一緒に暮らす家族の負担を軽減する目的もあります。

### 訪問介護事業所（ホームヘルプ）

高齢者の家を訪問し、食事や入浴などを介助し、できることをふやすことで、住み慣れた家での自分らしい暮らしが続けられるようにサポートします。

※他にも、障害者関連施設や医療関連施設など、介護職員が活躍する場所はたくさんあります。



## 介護の力で夢をかなえる

介護が必要となった人はやりたいことをあきらめなければいけないと思いませんか？じつは、介護職員が持つ専門性を発揮し、適切な介護を行うことで、一度できなくなったことをできるようにして、高齢者のやりたいことをかなえることもできるのです。

### 車いすで外出を



ベッドに寝たきりだったおばあさん。孫の野球の試合を見に行くことを目標にして、介護職員と一緒にがんばって座る訓練をしたところ、座ることができるようになり、みごと車いすで外出して試合を見ることができました。

### 自分で食べられるように



手が上がらなくて自分で食事ができなかったおじいさん。人に食べさせてもらうことが苦手で、食事そのものがつらい様子でした。ですが、介護職員と一緒に訓練した結果、少しずつ手が上がり、スプーンでおかゆが食べられるようになりました。そうすると自分から「焼きそばを食べたいなあ」と言い、食べる楽しみをとりもどしました。

### 3 介護施設の一日(居住型施設の場合)

特別養護老人ホームなど居住型の介護施設は、高齢者の暮らしの場。介護職員は交代で仕事にあたり、24時間365日、高齢者の暮らしを支えています。

#### 施設の一日の例

高齢者	介護職員	早番	日勤	遅番	夜勤
6:00 起床	着替え・排泄・食堂へ移動などを介助				
8:00 朝食	食事の介助・歯磨きなどの口腔ケア・排泄介助				
9:00 入浴	入浴の介助・水分補給 介護記録の入力など				
12:00 昼食	食事の介助・口腔ケア・排泄の介助				
14:00 レクリエーション	風船バレーなどのゲームや季節の行事、時には歌謡ショーなどの施設全体のイベントを行います				
15:00 おやつ	食事の介助・水分補給 ケアカンファレンスや各種委員会の開催(不定期) 介護記録の入力など				
18:00 夕食	食事の介助・口腔ケア・排泄の介助				
19:00					
20:00	排泄・着替えの介助・就寝介助				
21:00 就寝	消灯後は1~2時間おきに利用者の状態を見に行きます				

### 介護の仕事は夜勤が大変!?

居住型の施設の場合、シフト勤務で夜勤もあるため生活が不規則になり、体力的に負担を感じることは確かにあります。

ですが、高齢者の暮らしを支える大切な仕事だからこそ、夜勤の後は十分な休養をとることができるよう配慮されており、勤務時間によっては夜勤明けの日とさらに次の日が休みになる施設もあります。

また、中には、シフト勤務は平日や日中に時間が空くので、その方が好ましいという声もあります。介護の仕事でも、デイサービスなど夜勤がない事業所もあり、複数の種類の施設をもつグループ事業所などでは、子育て中は夜勤をしないなど、自分に合った働き方を選べることもあります。

### 4 介護に関わるさまざまな仕事

介護施設にはたくさんの方が働いています。さまざまな専門分野の知識・技術を持つ人が、チームとなって利用者の日常生活を支えています。

#### 介護職員

介護の現場で欠くことのできない存在。利用者への直接的な介護を行う中心的な役割を担っています。

#### 看護職員

医療面での健康管理を中心として、利用者へのアドバイスなども行います。

#### 理学療法士

運動療法(筋力増強など)や物理療法(電気、温熱、マッサージなど)を用いて体の機能の回復を行います。

#### 作業療法士

日常生活の動作や遊び、工作などの作業を通じて、利用者が希望する生活ができるよう、リハビリを行います。

#### 栄養士・調理員

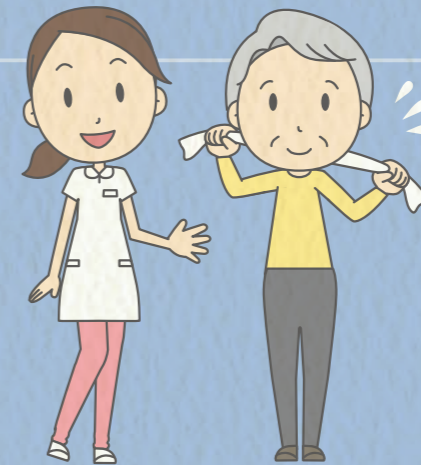
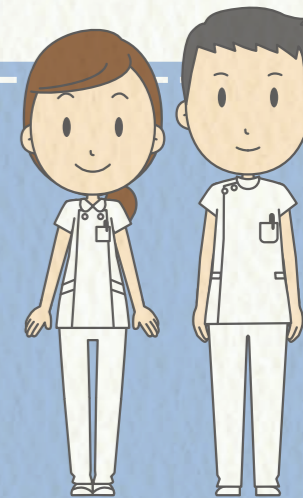
利用者の体の状態に合わせ、食生活を支えます。栄養士は、栄養バランスのとれた献立の作成や栄養指導を通じて、利用者の健康維持や病気の予防を図ります。調理員は、献立に基づき食事を作ります。

#### 介護支援専門員(ケアマネジャー)

介護を必要とする人と福祉施設などの橋渡しを行います。利用者や家族からの相談に応じ、適切に介護サービスが利用できるよう、介護計画(ケアプラン)を作成します。

#### 施設長

施設全体の運営・管理に責任をもち、施設の理念や目標の実現・達成を進めるうえでリーダーシップをとる、いわば施設の舵取り役です。



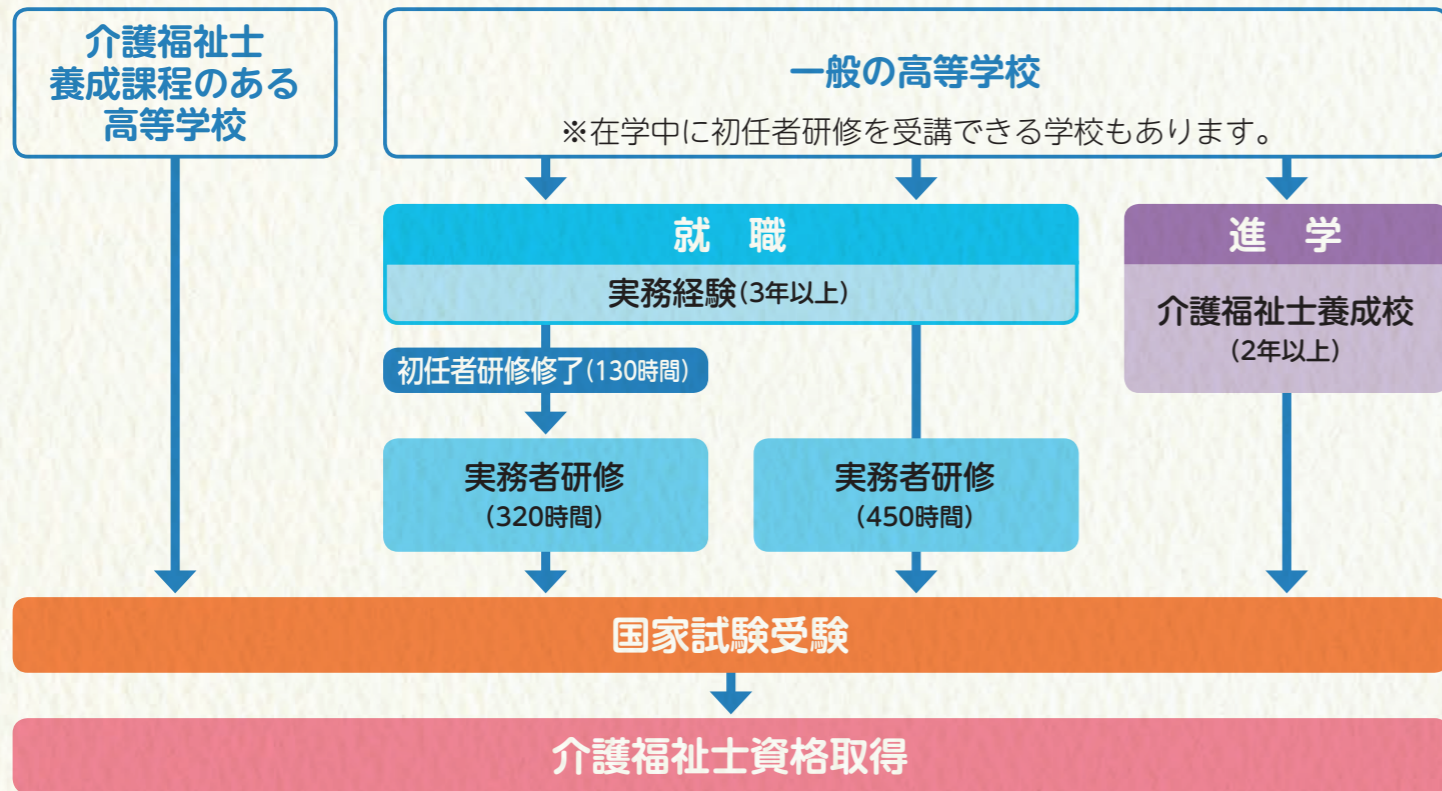
# 4 介護の仕事に必要な資格とキャリアアップ

## 1 介護の仕事には資格が必要？

訪問介護（ホームヘルプ）などを除き、特別な資格を持っていなくても、介護の仕事に就くことはできます。ただ、より良い介護サービスを提供するため、介護の知識や技術を身に付けた人を望む施設や事業所が多くなっています。

もちろん、働きながら資格を取得することもでき、従業員の資格取得を応援する制度を設けている施設もあります。

### 介護の仕事に関する資格と取得方法



## ●石川県内で介護について学べる学校

### 介護福祉士養成課程のある高等学校

田鶴浜高等学校(県立)〈七尾市〉

### 一般の高等学校

#### 在学中に介護職員初任者研修を受講できる学校

金沢北陵高等学校(県立)〈金沢市〉

志賀高等学校(県立)〈志賀町〉

門前高等学校(県立)〈輪島市〉

能登高等学校(県立)〈能登町〉

鵬学園高等学校(私立)〈七尾市〉

#### 福祉に関する授業が選択できる学校

加賀高等学校(県立)〈加賀市〉

寺井高等学校(県立)〈能美市〉

鶴来高等学校(県立)〈白山市〉

松任高等学校(県立)〈白山市〉

翠星高等学校(県立)〈白山市〉

金沢辰巳丘高等学校(県立)〈金沢市〉

金沢向陽高等学校(県立)〈金沢市〉

内灘高等学校(県立)〈内灘町〉

遊学館高等学校(私立)〈金沢市〉



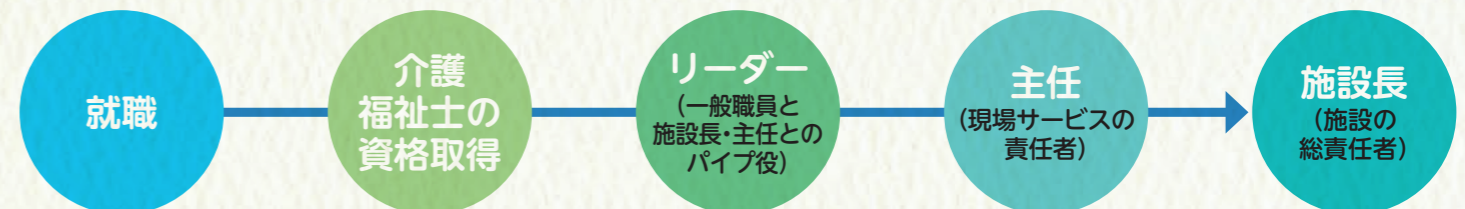
### 介護福祉士養成校

4年制	金城大学〈白山市〉	2年制	金沢福祉専門学校〈金沢市〉
2年制	専門学校アリス学園〈金沢市〉	2年制	国際医療福祉専門学校 七尾校〈七尾市〉

## 2 介護の仕事のキャリアアップ

一般企業では、平社員→係長→課長→部長…といったキャリアアップがイメージできます。同様に、介護の仕事でも経験を重ねながらキャリアアップしていくことが可能です。

キャリアの段階やキャリアアップの仕組みがしっかりと整備されていると、その職場で働き続ける自分の将来がイメージできるので、仕事を選ぶときの大きなポイントとなります。



**介護職員  
初任者研修**

介護の仕事をするうえで必要となる知識や技術を身に付けるための研修。在学中に初任者研修を修了できる高校もあります。

**実務者研修**

実務経験により介護福祉士の国家試験を受ける時に必ず受講しなければならない研修。実務だけでは学べない知識や技術を身に付けます。

**介護福祉士  
(国家資格)**

介護に関わるスペシャリストとして国が認めた「介護のプロ」。介護が必要な人への介護と、その人や家族に対し、介護に関する指導を行うことができます。

# 5 介護の仕事の将来性

将来の仕事を選ぶときには、仕事の内容にやりがいや魅力を感じられることと同時に、社会的に必要とされている仕事か、長く働き続けることができるのか、家族を持ったときに生活していけるだけの収入が得られるかなど、仕事の将来性について知ることも大切です。

## 1 ニーズが高まる仕事

高齢化社会の進行に伴い、介護を必要とする高齢者が増え、石川県だけでなく日本全体で介護の仕事のニーズが高まっています。石川県では、2025年に2万3千人の介護人材が必要と言われており、介護の仕事は今後も必要とされる仕事と言えます。

## 2 介護の仕事の賃金

「介護の仕事の賃金は、他の仕事と比べて10万円低い」というような話を聞いたことがあるかもしれませんが、確かに、産業計(全ての産業の平均)と介護職員を比較すると、大きな差があるように見えますが、宿泊業や飲食サービス業などの対人サービス業と比較すると、ほとんど違いはありません。

また、国では、介護職員の給与水準を引き上げるための取組が進められており、月額最大3万7千円に相当する「介護職員処遇改善加算」が設けられています。

さらに、本年10月には、更なる処遇改善として、「介護職員等特定処遇改善加算」が創設され、勤続10年以上の介護福祉士について他産業と遜色ない賃金水準の達成が見込まれます。

	平均年齢(歳)	勤続年数(年)	賃与込み給与(千円)
産業計	41.6	10.6	362.3
対人サービス業【(A)と(B)の加重平均】	39.7	7.9	273.6
宿泊業、飲食サービス業(A)	40.6	7.6	262.6
生活関連サービス業、娯楽業(B)	38.8	8.3	285.6
介護職員【(C)と(D)の加重平均】	40.3	6.1	262.3
ホームヘルパー(C)	45.3	6.6	253.6
福祉施設介護員(D)	39.7	6.0	263.4

(出典)厚生労働省第132回(H28.11.16)社会保障審議会(介護給付費分科会)参考資料  
注1)厚生労働省「平成27年賃金構造基本統計調査」に基づき老健局老人保健課において作成。

## 3 いしかわ魅力ある福祉職場認定制度が始まっています！

### いしかわ魅力ある福祉職場認定制度とは？

職員がやりがいを持ち、かつ、安心して働くことができる職場づくりに取り組む事業所・施設を県が認定する制度です。

具体的には、人材の育成や、休暇制度の充実・労働時間の縮減などに積極的に取り組んでいる事業所・施設を「いしかわ魅力ある福祉職場」として認定しています。

○県の取組など、より詳しく知りたい方はこちら！

介護・福祉の仕事の魅力をお伝えするポータルサイト「いしふく」



いしかわ魅力ある福祉職場認定ロゴマーク

# 福祉系高校の授業風景！

県立金沢北陵高等学校

金沢市

金沢北陵高等学校は、金沢・加賀地区で唯一、介護職員になるための知識や技術を身に付ける「介護職員初任者研修」(旧ホームヘルパー2級)を修了できる高校です。学校では、実際にどのようなことを学んでいるのか、3年生の「生活支援技術」の授業を取材しました。

この日の授業はベッドメイキングの復習。  
2人で、3分で完成を目標にスタートしました。



マットレスに素早くシートを入れて



防水シートを敷いて



仕上げは丁寧に、きれいに

完成！

次はシーツ交換の練習



利用者さんが寝ている状態で交換します

続いて、ベッドから車いすへの  
移乗練習



先生から細やかな指導が入ります



入浴介助の練習のための専用設備もあります。

### 先輩インタビュー

福祉系 卒業生 虎谷 美玖さん



高齢者の体の不自由さを体験

中学3年のとき、母と一緒に近所に暮らす祖父のお世話をしに行き、何もできなかったことが介護の勉強をしようと思ったきっかけでした。学校では実技の授業があり、口元にテープを貼り、麻痺がある方の疑似体験をしながらの食事介助やアイマスクをつけて校外を歩く歩行介助などを勉強し、介助の方法だけでなく、介助される側の気持ちにも触れることができました。特に印象に残っているのは、高齢者の疑似体験の授業です。視覚障害ゴーグルと背中を曲げたままの状態にするエプロン、さらに片足だけに重りをつけ、お年寄りの体の不自由さを体験。階段を降りるととても怖く、高齢者が安心して暮らすためには、まちの中の工夫や人の手助けが必要だと身をもって感じました。

福祉系 卒業生 村本 彩音さん



利用者さんの家族にも信頼されたい

きっかけは中学校の職場体験。子どもが好きだったことから保育所を希望していたものの、希望者多数でデイサービスへ行くことに。ところが、そこでは職員さんが利用者さんと楽しそうに会話をしている、生き生きと働く様子に目を奪われ、「こういう仕事もいいな」と思いました。そんなときに、学校の授業で少子高齢化について勉強し、介護の道を目指そうと思い、この学校に進みました。2年生のときの施設実習では、特別養護老人ホームへ行きました。認知症やさまざまな身体状態の利用者さんがいますが、職員の方はとても上手に対応され、学ぶことがたくさんありました。ときには、食事介助に来ている利用者さんの娘さんにも話しかけ、家族との関わりを大切にしている、私も利用者さんだけでなく家族からも信頼される介護士になりたいと思いました。