

シニア向け

介護・福祉の シゴト ガイドブック



仕事が変わる!
イメージが変わる!

今知るべき 介護・福祉のシゴト

仕事が変わる！
イメージが変わる！



働きたいと考えているシニア世代のみなさんに、
選択肢の一つとしてぜひ考えていただきたいのが「介護・福祉業界」です。

そうお伝えすると、特に未経験の方から
「体力的・精神的にきついから」「資格・知識がないから」
「自分には向いてないと思う」といった反応が多々あります。

では、実際のところはどのようなのでしょうか。

労働環境は時代とともにどんどん変化しています。
詳しく知らないまま、自分の可能性を狭めてしまうのはもったいない！

まずは、介護・福祉のシゴトを知るところから始めてみませんか。
現場で活躍する先輩たちの姿・生の声をぜひご覧ください。

NEXTワークしずおか
静岡市生涯現役促進地域連携協議会

高齢者介護の仕事

- P02 高齢者介護のシゴト
働く「現場」大解剖！
- P03 高齢者介護の仕事
職場見学 01
住宅型有料老人ホーム 庶務として働く
金田さん(70歳)に密着！
- P05 高齢者介護の仕事
職場見学 02
介護老人福祉施設 ケアワーカーとして働く
山田さん(69歳)に密着！
- P07 他にもいろいろ！
高齢者介護の支援に関わる仕事
調理の仕事 送迎の仕事
洗濯の仕事 趣味・特技を活かした仕事
- P09 先輩×後輩 対談
- P10 現場からのメッセージ

障がい者支援の仕事

- P11 障がい者支援のシゴト
働く「現場」大解剖！
- P13 障がい者支援の仕事
職場見学 01
就労継続支援B型事業所 支援職員として働く
新川さん(59歳)に密着！
- P15 障がい者支援の仕事
職場見学 02
放課後等デイサービス 支援スタッフとして働く
秋山さん(62歳)に密着！
- P17 他にもいろいろ！
障がい者支援に関わる仕事
生活介護の仕事 機能訓練・生活訓練の仕事
グループホーム世話人の仕事
- P18 現場からのメッセージ
- P19 介護・福祉のシゴトって
実際どうなの？ Q&A
- P21 介護・福祉のシゴト探しに
行ってみよう！

※掲載されている写真の一部は、撮影時のみマスクを外しています。

高齢者介護のシゴト 働く「現場」大解剖！



まずは高齢者介護の仕事からスタート！
施設・サービスごとの役割やさまざまなお仕事内容、
そこで働くシニアの方のインタビューなどご紹介していきます。

特別養護 老人ホーム

常時介護を必要とする
高齢者が入所し、
日常生活全般の
介護サービス
を提供する施設です。

グループホーム

認知症の高齢者が
少人数で暮らす
家庭的な雰囲気の施設。
食事の支度など
家事を利用者とスタッフが
共同で行います。

有料老人ホーム

インタビュー P03・P04

高齢者が暮らしやすいように
配慮された住まいで、
食事や生活支援のサービスが
一体となっている居住施設。
「介護付」「住宅型」「健康型」の
3つのタイプがあります。

介護老人保健施設

高齢者が自宅への
復帰を目指す入所施設。
日常生活全般の
介護サービスの提供と、
自宅復帰に向けた
リハビリを行います。



デイサービス

インタビュー P05・P06

高齢者が月に数日、食事や入浴などの介護サービス
を受けるために日中通う施設。
趣味や機能訓練などの個別メニューも提供しています。

※他にも、利用者の自宅を訪問しケアを行う訪問介護(ホームヘルパー)など、さまざまなサービスがあります。

庶務として働く

金田さん(70歳)に密着!



仕事内容も、勤務時間も
これが自分のベストワーク。

介護だからって構えずに、
新しい世界にチャレンジ。

正直な話、自分が介護関係で働くとは思って
もいませんでした。施設の建築中に、マンション
ができるなら警備員の仕事があるかもしれ
ないと調べてみると、老人ホームが建つと
わかりました。問い合わせると、警備はない
けれど庶務の仕事ならあると言われたことが
この仕事との出会いです。知識も経験もない
けれど、逆に今まで関わってこなかった
全く新しい世界で働くのも面白そうだと考え、
ここで働くことに決めました。

動き回ることで
体力作りにもなります。

最初は不安もありましたが親切に指導して
くれるし、利用者さんと接することはほとんど
ありませんのでこれならできるかなと思えて
きました。館内を動き回るので体力作りにも
なります。仕事内容は決まっていますが、やり

方は一任されています。例えば、効率的な
段取りを考えたり、リネン替えローテーション
の一覧表を作ってスタッフと共有したり、自分
でアイデアを出して工夫できるのもやりがい
につながっています。“ありがとう”という言葉
を聞けるのも、うれしいですね。

趣味の剣道をさらに極めるための
働き方を求めて。

家から近いので働きやすいですね。もう
ひとつは勤務時間の融通がきくこと。若い頃
から剣道に打ち込み、定年後も指導員として
活動を続けています。17時からの練習に間に
合うような勤務シフトなので、ゆとりを持って
行動できます。刑務官を退職後も警備員など
で働いてきましたが、適度な運動になる今の
仕事が自分にはベスト。目標は90才を超え
ても現役指導員として後輩の指導をし続け
ること。そのためにまだまだ元気で働きた
いと考えています。



住宅型有料老人ホーム
ロイヤルスイート ハート・せながわ

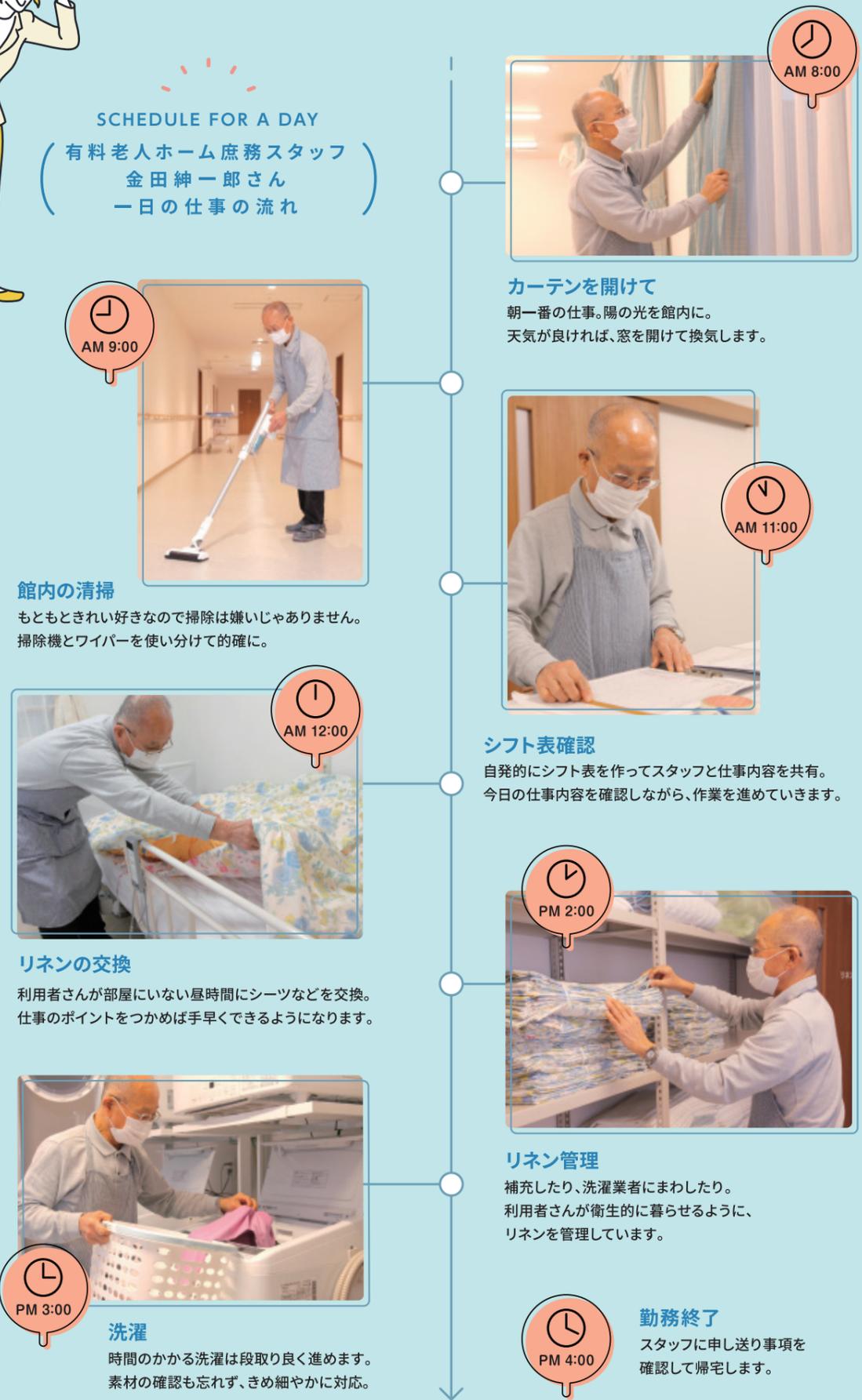
かねだ 庶務
金田紳一郎さん 70歳
パート/8:00~16:00
月間17~18日(週3~4日)勤務

介護の仕事に
興味がある方に
一言

資格も、経験もなくとも、庶務の
仕事ならできます。特に男性は、
介護の仕事に就くことを考えた
ことがない人が多いように思い
ます。現役時代の肩書きにしばら
れていてはもったいない。一度
きりの人生です。新しいことに
飛び込むと世界が広がります。楽
しんで暮らしましょう。



SCHEDULE FOR A DAY
有料老人ホーム庶務スタッフ
金田紳一郎さん
一日の仕事の流れ



AM 8:00



カーテンを開けて
朝一番の仕事。陽の光を館内に。
天気良ければ、窓を開けて換気します。

AM 9:00



館内の清掃
もともときれい好きなので掃除は嫌いじゃありません。
掃除機とワイパーを使い分けて的確に。

AM 11:00



シフト表確認
自発的にシフト表を作ってスタッフと仕事内容を共有。
今日の仕事内容を確認しながら、作業を進めていきます。

AM 12:00



リネンの交換
利用者さんが部屋にいない昼時間にシーツなどを交換。
仕事のポイントをつかめば手早くできるようになります。

PM 2:00



リネン管理
補充したり、洗濯業者にまわしたり。
利用者さんが衛生的に暮らせるように、
リネンを管理しています。

PM 3:00



洗濯
時間のかかる洗濯は段取り良く進めます。
素材の確認も忘れず、きめ細やかに対応。

PM 4:00

勤務終了
スタッフに申し送り事項を
確認して帰宅します。

ケアワーカーとして働く

山田さん(69歳)に密着!



事務仕事からのチャレンジ。
「山田先生」と慕ってくれる
利用者さんが励みに。

家族の介護をした経験から
“資格を取ってみよう”と
思ったのが始まり。

親が大病をして車椅子生活をしていたので介護そのものに抵抗はありませんでした。定年退職後ヘルパー2級(当時)の講習を受け、研修中さまざまな職場を見てデイサービスが自分に合っていると感じていました。すぐに採用が決まり講習終了を待って勤務開始。研修で学んではいましたが施設ごとに運営方法が異なることもあり、最初は何もできずに見ているだけでした。

定年後に始めるなら
どんな仕事でも苦労があって当たり前。

現役時代40年してきた仕事とは全く違う新しいことを始めるなら、どんな仕事でも大変なもの。介護の仕事だから特別だとは思いません。例えば、車椅子の人、杖の人、シルバーカーの人、すべて動きが違いますし、思いがけ

ない動きにも注意を怠らないようにしています。経験を重ねていくと、見えていなかったことが見えるようになり、利用者さんの気持ちにも寄り添えるようになりました。利用者さんが笑顔を見せてくれるとこちらも楽しく、励まされます。

学生時代に好きだったことを
活かして自分なりに工夫を。

以前は設備会社の事務系の仕事をしていたので全く新しい挑戦でしたが、学生時代から美術が好きでしたのでそれを仕事に活かせることがやりがいにつながっています。このぼりやクリスマスツリーをみんなで工作したり、お手玉投げなどレクリエーション活動の小道具を作ったり。レクリエーション担当になるとまかせてもらえるので自分なりに工夫するのが楽しいですね。買い物に行った先でも「これは何かに使えるかも!」とアイデアが湧き仕事に活かしています。



介護老人福祉施設 楽寿の園
デイサービスセンター

ケアワーカー
山田博章さん 69歳

契約社員/8:00~17:00
週5日勤務

介護の仕事に
興味がある方に
一言

体力では若い人にかないませんが、私たちの世代は昔のことを知っていることが長所です。利用者さんが話してくれる内容に共感できれば、心を開いてくれやすいと思います。コミュニケーションが大事ですね。



SCHEDULE FOR A DAY
(デイサービスセンター ケアワーカー
山田博章さん
一日の仕事の流れ)

連絡帳の
チェックと記入

バイタルチェックした
数値を記入し、その日
の行動や連絡事項を書
き込みます。連絡帳は、
ご家族との情報共有の
ための大切なツール。



脳活性トレーニングの司会進行

午後は間違い探しなどの脳活性トレーニングからスタート。
山田さんが前に立ち和やかな雰囲気の中、答え合わせをします。



おやつタイム

この日のおやつは楽寿の園特製・黒糖パウンドケーキ。
おやつを配りお茶を注いで、利用者さんを見守ります。



バイタルチェック

まず、通ってこられた利用者さんの血圧等を計ります。
表情も見ながら、健康状態をチェックしていきます。



散歩(歩行訓練)

下肢の筋肉を落とさないように歩行訓練を行います。
開放的な屋外で、気分転換をかねてのお散歩です。



レクリエーション

利用者さん同士の交流が楽しめるゲームや
指先を使う工作など、
毎回さまざまな企画を用意し実施します。

職員ミーティング

申し送りや連絡事項を、職員皆で共有します。
若いスタッフもシニア世代のスタッフもワンチームで
連携して利用者さんに寄り添います。



勤務終了

本日の業務終了です。

山田さん手作りのグッズ
を使い、お手玉投げを楽しみます!



他にもいろいろあります!

高齢者介護の支援に関わる仕事

調理の仕事

株式会社エムズライフ
(住宅型有料老人ホーム フォレスト中原勤務)
落合郁子さん 72歳



おいしく、楽しく、安全に
食べるよろこびを提供しています。

調理は社員や栄養士さんが行い、私は下ごしらえや盛り付けなど補助的な業務を担当しています。食事は通常食、一口大、刻み食など、一人ひとりの身体の状態に合わせて提供します。調理の仕事は初めてでしたが、刻む、盛り付けるなど、家事の経験を活かすことができている。利用者さんから「おいしかったよ」と言われるとやりがいを感じます。仕事が終わった後は趣味のボウリングやガーデニングを楽しむなど、心も体も健康的で毎日がとても充実しています。



送迎などの仕事

大石内科循環器科医院
デイケアサービス・けやき
山之内泰司さん 62歳



どんな場面も、コミュニケーションと
自分自身が楽しむことを大切に。

車を運転して送迎する他に、利用者さんの「まだまだ社会の役に立ちたい」という気持ちに寄り添い、洗車や庭掃除、畑での作業を見守る仕事もしています。福祉の仕事は初めてですがやってみると面白い!せっかくだから、今までの仕事とは全く違う世界を冒険してみる気持ちで始めました。親世代の利用者さんへの親孝行だと思って、心を込めて接しています。



高齢者介護に関わる仕事はさまざま。
色々な形で高齢者を支え、見守り、笑顔の時間をつくり出しています。
現場で働くシニアスタッフにお仕事の内容を聞きました。

洗濯の仕事

特別養護老人ホーム 羽衣の園
山本良子さん 76歳



利用者さんの快適な生活を、
裏方でサポートしています。

介護スタッフのサポート業務として利用者さんの衣類やタオル等の洗濯、乾燥、収納整理などを行っています。難しい作業はありませんが、多い時は70名分程の洗濯の量になることもあるので効率よく作業することを心がけています。勤務は午後1時から午後6時まで。朝もゆっくりできて、体力的にも無理なく続けられています。朝起きて、今日は仕事だと思えば体がシャキッとするので不思議です。若い職員とのコミュニケーションも新鮮で良い刺激になっています。



趣味・特技を活かした仕事

社会福祉法人 楽寿会 楽寿の園

音楽療法 福地順子さん 66歳
将棋 市橋徹さん 59歳
農作業 中村智祐さん 52歳
園芸 小林広子さん 63歳
※ケアワーカーの仕事の一部として、趣味・特技の分野を発揮しています

趣味や特技を活かして、
利用者さんの生活をより豊かに。

介護の現場では、利用者さんの生活の質を上げるためのさまざまな活動が行われています。そのため、一見介護の仕事と関係なさそうな趣味や特技が活かせる場面がたくさんあります。音楽演奏や園芸、工作など、自分の好きなこと・得意なことを活かして、利用者さんに喜んでもらえることが喜びです。



高齢者介護のお仕事

先輩 × 後輩 対談



施設管理者の世古さん(36歳)とそのチームで働くケアワーカーの大石さん(57歳)。年の離れたお二人お互いの印象や仕事ぶりについて語っていただきました。

楽寿の園デイサービスセンター

先 輩	デイサービス管理者 [社会福祉士・介護支援専門員] 世古卓也さん 36歳	後 輩	ケアワーカー [介護福祉士] 大石泰之さん 57歳
--------	--	--------	---------------------------------

人と人がきちんと向き合うことが介護の基本。職員も同じ。
年齢や経験を問わずフラットに、お互いを認め合うことで1つのチームになります。

異業種からの転職。今では、「人と人との結びつき」が面白みに。

大石さん ここでは15年位の経歴になります。運送関係の仕事経験があり、「送迎の仕事もあるなら」と応募したのがきっかけでした。

世古さん 管理者は僕ですが異動して来る前からここで働いていたから、大石さんの方が先輩ですよ。いつも頼りにしています!

大石さん あんまりされても(笑)。最初は経験もないしやっぱり無理かなと思いました。でももう少し頑張ってみようかと続けているうちに、人と人との結びつきみたいなものが生まれて。こちらの調子がイマイチだと利用者さんが心配してくれる。それぞれ生活環境も考え方も違うから難しいところもありますが、いろいろな人と関われるのが面白いですね。

年齢も経験もさまざまな職員がいることが強みになる。

世古さん 年齢もさまざま、経験もいろいろ、そういう職員のいいところを認め合って働ける

のがこのいいところ。大石さんの経験は大きな武器ですし、利用者さんから信頼されています。利用者さんに対して何か心がけていることはありますか?

大石さん そうですね、利用者さんに1日一回は笑ってもらえるようにしています。「来てよかった」「また来るよ」と言ってもらえるように働いています。

世古さん 本当にそれです。職員が同じ思いを持って働いてくれているのはとても頼もしい! みんなが同じベクトルを向いていれば強いですよ。

ハードルの高いアイデアも、どう実現させようか一緒に考えてくれる環境。

大石さん 自分のやりたいようにやれているので、楽しんで仕事ができます。例えばレクリエーションでは、車椅子の人もみんなと一緒に楽しめるようなものを考えるようにしています。

世古さん 大石さんはアイデア豊富だから助

かってます。
大石さん 実現するにはどうしたらいいか考えて意見も出し合って。利用者さんを楽しんでもらうためには何をしたらいいか。ユーモアも大事じゃないかと思えます。

世古さん 縦の関係だけでなく、社会経験を積んだ人が職場にいと、組織として健全ですね。

大石さん そうですね。世古さんは、若い職員への接し方がとても上手。指導するときには「なぜダメなのか」をきちんと理解できるように伝えています。さすが管理者だと一目置いていますよ。

世古さん 大石さんは利用者さんの家族にも信頼されている、なくてはならない存在です。

大石さん 家族の方と年齢が近いので、相談しやすいかもしれないですね。そして、もっとこの仕事を極めたいと思うようになり、楽寿会の資格取得の支援プログラムを利用して介護福祉士の資格を取りました。資格があると待遇面でも優遇されますからね(笑)

世古さん 経験を積んでこそ取れる、正真正銘のプロという国家資格ですよ。これからも、ますます頼りにしています。

message

高齢者介護に関わる
現場からのメッセージ

「介護の仕事、少し興味は湧いてきたけど、自分にできるだろうか...」
そんな不安がある方に、現場で働いている先輩や採用担当の方の生の声をお届けします!

介護の経験がない方でも、長い社会人経験をさまざまな形で活かしてくれています。施設にとって大事な存在です。
(施設管理者)



勤務日数や時間の希望を反映してもらっているので、趣味の時間もしっかり持っています。趣味と仕事、それぞれが良いモチベーションになって無理なく続けられています!
72歳 女性(調理スタッフ1年目)

目上の方相手のお仕事なので、丁寧な言葉使いができる方は好印象です。他にも、特技や一芸がある方はレクリエーションの時などに活躍してくれて、輝いていますね。
(施設管理者)



シニアの方は、人生経験があるので気配りや配慮ができますし、利用者さんと話が合うことも多く、介護の仕事に向いている人も多いです。ただし(どの仕事でもそうですが)あまり自己主張やこだわりが強すぎる人は向いていないかも...
(採用担当)



正直、定年退職をして仕事を探しても、この年からしっかりお給料をもらえて働く場所もみつけるのが大変だったのですが、介護の仕事はこの年でも歓迎される場所が多くて、自分もまだまだ社会から必要とされている人間なんだなと思えてうれしくなったことを覚えています。
63歳 女性(介護スタッフ2年目)

始めた頃は介護の仕事をするに不安があったり悩んだこともあったりしましたが、今では「自然体でいけばいい」と昔の自分に言ってあげたいです。考えても前に進めないのでもとにかくやってみてください。もうこの年から無理はできないので、自然体でやるしかなくなりますから!大丈夫です!こんなにやりがいのある仕事はないですよ。
50歳 男性(介護スタッフ12年目)



働く「現場」大解剖！



障害者支援施設 (施設入所支援)

障がいのある方が入所して生活している施設。入浴、排せつ、食事等の介護を行います。



障害者グループホーム (共同生活援助)

インタビュー P17

障がいのある方が少人数で共同生活を行う場所。必要に応じて日常生活上のサポート(食事づくり、健康管理、金銭管理など)を行います。

就労継続支援施設 (A型・B型)

インタビュー P13・P14



一般企業での就労が困難な利用者に対して、働く場を提供するとともに、知識及び能力向上のための訓練を行います。

A型：雇用契約あり
B型：雇用契約なし

生活介護

インタビュー P17

障がいのある方の日中活動を支援する場所。創作活動などの支援や、入浴、排せつ、食事等の介護などを行います。



高齢者介護の仕事に続いて、ここからは障がい者支援の仕事にスポットを当てます。さまざまな施設ごとの役割、そこで働くシニアの方のインタビューなどご紹介していきます。



自立訓練 (機能訓練・生活訓練)

インタビュー P17

障がいのある方が一定の期間、身体機能または生活能力の向上のための訓練を行う場所。自立した日常生活または社会生活を送れるよう、訓練や相談、助言などの支援を行います。



放課後等 デイサービス

インタビュー P15・P16



6～18歳までの障がいのあるお子さんや発達に特性のあるお子さんが、放課後や夏休みなどの長期休暇に利用する施設。個別の発達支援や集団活動を通して、学校以外の居場所を作ります。

ご存じですか？
「障がい」の種類

身体障がい

四肢や視覚、聴覚、言葉、内部の臓器など、身体機能の一部に不自由があり、日常生活に制約がある状態。

知的障がい

日常生活で読み書き計算などを行う際の知的行動に支障がある状態。

発達障がい

アスペルガー症候群や自閉症スペクトラム、ADHD(注意欠陥多動性障がい)など、生まれつきみられる脳の働き方の違いにより、行動面や情緒面に特徴がある状態。

精神障がい

うつ病や統合失調症など、脳および心の機能や器質の障がいによって起きる精神疾患によって、日常生活に制約がある状態。

支援職員として働く

新川さん(59歳)に密着!



経験も知識もないけど“手助け”ならできる。
元気をもらえる仕事です。

福祉の仕事は
自分の身近なところにあるもの。

親族の経営する製造業に勤めていたが、転職を考えハローワークで求職。妻が老人介護施設の事務をしていることもあり、福祉の仕事に特別なものという先入観もなかった。製造業ではなく人と接する仕事もいいなと、ごく自然に就職を決めました。利用者さんはみんな明るく、対応しているこちらが元気をもらうほど。快く仲間に入れてもらって、日々忙しいながらも楽しく過ごしています。

楽しい1日に。
よろこびにあふれた居場所に。

障がいをもつ利用者さんの就労を支援する仕事です。部品やネジを袋に入れるなどの作業の見守り・指導と検品が主な仕事になります。利用者さんは毎日楽しく通ってきて、「きのうはカレーを食べたよ」「こんなところ

に行ったよ」と話しかけてくれます。そんな風に接してくれるのがうれしくて、仕事に障がない限り話し相手になることを心がけています。話を聞いてあげたい、その人を理解したい、そういうことの積み重ねが福祉に関わる仕事の本質かもしれません。

一緒に働くことで
寄り添い合っていければ。

栄養士の資格を持っているので、イベントでカレーや豚汁などをふるまうこともあります。利用者さんやスタッフがよるこんでくれることがモチベーションに。社会の役に立ちたいと大上段に構えた理想はありませんが、ここに通う人たちが笑顔でいてくれたらいい。そのためにできることは寄り添うこと。そして、世の中の人にここでみんなが楽しく働いていることについて知って欲しいと思っています。理解が進んで、障がいのある人を分けている壁がなくなっていくといいですね。



就労継続支援B型事業所
ラポール・チャクラ

職員
にいかわ
新川恵三さん 59歳
常勤職員/8:30~17:15
週休2日

障がい者支援の仕事に
興味がある方に
一言

毎日いろんなことが起きます。ちょっとしたハプニングにも柔軟に対応できる人生経験が豊富なシニアの方は、この仕事に向いているように思います。指導するのではなく、共に生きる、そういう意識で働いてくれるとうれしいです。



SCHEDULE FOR A DAY

就労継続支援B型事業所スタッフ
新川恵三さん
一日の仕事の流れ



利用者の出迎え

利用者さんを事務所近くの道路までお出迎え。横断歩道など一緒にわたって、安全に。自発的に始めた習慣です。



朝礼 みんなで揃って朝の挨拶。今日も元気に働きます!



午前中の作業スタート

作業につかう部品を並べたり、でき上がったものを検品したり。完成品を箱詰めして、出荷するまでの管理を行います。



昼食の時間 食事の時間もみんなと一緒に。



午後の作業スタート

声をかけたり見守ったり。進捗状況も確認しながら、みんなが作業しやすいようにサポートしていきます。



連絡票の記入

空いた時間を利用して個人の連絡票を記入。ご家族の方と密に連絡をとり合っています。



支援記録をつける

みんなが帰ったら、事務仕事を行います。今日の出来事をまとめてタブレットで記入し職員で共有します。



勤務終了

おつかれさまでした!

支援スタッフとして働く

秋山さん(62歳)に密着!



生活のリズムが整い
社会とのつながりを感じる日々。
自分らしく生きるために働く。

自分が役に立つのならと、
お手伝いさせていただくことに。

小中学校で養護教員をしていましたが、定年を待たずに早期退職。元気なうちにやりたいことをしようと思っていたところ声をかけていただき、休む間もなく再就職することになりました。いくつになっても頼っていただけるとうれしいものですし、自分の経験を活かせればと思ったのですが、働いてみると自分は学校のことしか知らない、世間が狭かったと気づかされました。ここのスタッフは、時に優しく、時に厳しく、子どもたちの接し方が上手で、学ぶことが多いです。

経験を活かした
専門的な仕事はやりがいたっぷり。

小〜中学生までの子どもたち、一人ひとりの個性に合わせて発達を支援し、見守る仕事。少しずつでも子どもたちができることが増え成長していくのを感じられるとうれしくなります。

新たに「保育所等訪問支援」事業にも関わっています。学校での子どもたちの様子を見て改善することがあればタイムリーに提案していきます。教員の経験があるため、学校側の立場も、保護者の立場も理解できる、双方の橋渡しとして力になれるのではないかと考えています。

プライベートとのバランスも
大事だから自分らしい働き方で。

働くってどういうことかと考えることがあります。働くことで生活のリズムが整い、健康でいられる。誰かのお役に立てるのならば働きたいし、社会とつながっていることも大切に感じます。とはいえ、教員時代にできなかったこともしたい!だから、最初はフルタイムの正社員でしたが、今はパートに。一週間のまとまった休みをとれるシフトにしてもらっています。無理のない範囲で、自分のできることを精一杯勤められる毎日は、とても充実しています。



放課後等デイサービス
かぶとむしクラブ 籠上
かぶとむしクラブ

スタッフ

秋山みどりさん 62歳
パート/1日5時間 週5日勤務
(月に一回、一週間の
まとまったお休みあり)

障がい者支援の仕事に
興味がある方に
一言

子どもたちは可愛いですし、その成長を見守ることができるのが楽しみな仕事です。子どもが好きなのはぜひ。ただし、子どもたちはこちらの気持ちを見抜いています。誠心誠意、真剣に向きあうことが大事だと感じます。



SCHEDULE FOR A DAY
放課後等デイサービススタッフ
秋山みどりさん
一日の仕事の流れ



テーブルなどの消毒
感染症に敏感な時期のため、養護教員の経験を活かして衛生管理につとめています。外出の時は救急箱の担当も。



送迎の配車手配
今日の予定を確認。何時にどの学校から何人来るかを整理して、迎車と運転手の担当を割りふります。



子どものお出迎え
午後になると子どもたちが続々到着。「ただいま」と大きな声の挨拶に「おかえり」と出迎えます。



打ち合わせ
手が空いた時にスタッフと情報を共有。元教員をしていた渡邊さんは、頼りになる同世代スタッフ。



子どもの送迎
配車の予定が入っている場合は、車を運転して学校まで子どもたちを迎えに行くことも。



おやつ時間
自分のおやつを子どもたち自ら選ぶところから見守ります。笑顔いっぱいの子どもたちに寄り添います。

勤務終了
スタッフに申し送り事項を確認して帰宅します。 Clock icon: PM 4:00



他にもいろいろあります!

障がい者支援に関わる仕事

障がい者支援に関わる仕事はさまざま。いろんな形で障がいのある方を支えています。現場で働くシニアスタッフにお仕事の内容を聞きました。

生活介護の仕事

生活介護事業所 どりいむ
生活支援員 園田高乃さん 61歳



朝の会。名前を呼ぶと
元気な返事が返ってきます。



体操から、
1日が始まります。



表現活動の一環で、
干支作りを楽しみます。



1km先の公園まで
みんなで散歩。

利用者さんが“できること”をより楽しくするお手伝い。

障がいを持つ人たちが社会に適応し豊かな生活を送れるよう、さまざまな作業、散歩、表現などの活動支援を行っています。障がいの重い人も受け入れ、それぞれのペースで、好きなこと・できることを元気にのびのびがモットー。支援学校の教諭を早期退職した後に誘われましたが、自分の時間も持ちたいので週4日の勤務にしています。職員たちがイキイキ働けば、利用者さんも楽しく、居心地が良くまた来たい場所になります。

機能訓練・生活訓練支援員の仕事



励ましながら、
歩行訓練のサポートをします。



毛糸を巻いて、切って…
ポンポン作りを一緒に。

静岡市心身障害者ケアセンター
望月千栄子さん 66歳 澤田久江さん 66歳

役に立つよろこびを感じながら仲間と楽しく働いています。デイサービスに通う方の、身体的機能の改善を目的とした訓練の介助をしています。レクリエーション活動では、人気のポッチャ(※)やダーツ、カラオケや工作を一緒に行い、利用者さんの笑顔を引き出すお手伝いもします。最初はうまくできないことも、訓練を重ねることで一つ一つ乗り越えていく姿を見ると、心が動かされます。

※パラリンピックの正式種目でもある、ボールを使ったスポーツ

グループホーム世話人の仕事

共同生活援助事業所 ラポール・フレンズ
落合喜作さん 70歳

一人ひとりを見て個々に合った対応で、
生活の手助けをしています。

定員4人のグループホームで夕方から翌朝まで利用者さんを支援する仕事です。福祉にずっと関わってきましたが、今は週1のみの勤務としています。具体的には、食事を用意しお風呂や洗濯など日常生活のサポートをします。楽しい思い出をたくさん作ってあげたいので誕生日やクリスマスなどお祝い事は積極的に。元気で、笑って、助け合っています。



ハロウィンやクリスマスの日には、
皆で食事会を楽しみます。

message

障がい者支援に関わる 現場からのメッセージ

障がい者支援の仕事について、現場で働く方々や採用担当の方のリアルな声をお届けします。

障がいと一言で言っても、子どもによってさまざまです。得意・不得意もさまざま。成長する姿を見ることができるとやりがいがあります。
(放課後等デイサービススタッフ)

言葉が発せない方でも気持ちは伝わる。相手の気持ちが少しずつほぐれていくとうれしいです。こちらが一生懸命だと、相手には通じます。
(生活介護スタッフ)

利用者さんが一生懸命働いているので、自然と支えたいという気持ちが出てきます。毎日いろいろなことが起こって飽きないですよ!
(就労継続支援B型スタッフ)

職員も利用者さんも楽しく過ごすことを目指しています。明るい人は上手くやっているといます。
(サービス管理責任者)

会話の中でユニークな返答が多く、利用者さんとのコミュニケーションが楽しい!
(就労継続支援B型スタッフ)

人に興味がある方、人と話すことが苦ではない方には特に向いていると思います。
(採用担当)

前職がどんな分野でも活かせる部分はありますよ。皆さん職歴はいろいろです。
(就労継続支援B型スタッフ)

自分だって助けられているし、人は助け合って生きてる。そんなことを実感できる仕事です。
(グループホームスタッフ)

自分らしく生きていってもらうお手伝いできれば良いなと思っています。
(生活介護スタッフ)

もっと知りたい!

気になる疑問にこたえます。

介護・福祉のシゴトって 実際どうなの? Q&A



「未経験で資格もないけれど大丈夫?」、「体力的に続けられるのか」…
など応募するにあたってためらってしまう方もいるのではないのでしょうか。
そんな気になる疑問を解消し、一歩前に踏み出してみませんか。

Q1 介護や福祉の仕事はやったことないけど、大丈夫ですか?

A みなさん同じことをおっしゃいますが、大丈夫です。
介護の現場で働く人の約8割が未経験からのスタートです。また、4人に1人が55歳以上。他の業界に比べて経験や年齢がハンデとなることが少ないため、シニアの方もたくさん活躍しています。
(公財)介護労働安定センター「令和2年介護労働実態調査」

Q2 資格がなくても大丈夫ですか? これから資格を取ることもできますか?

A 未経験から始める方も多いため、資格がなくても大丈夫です。また、50代・60代の方で、働きながら資格を取得してスキルアップする方もいます。資格取得のためのサポートしてくれる事業所もあります。

高齢者介護の資格の一例

介護職員初任者研修

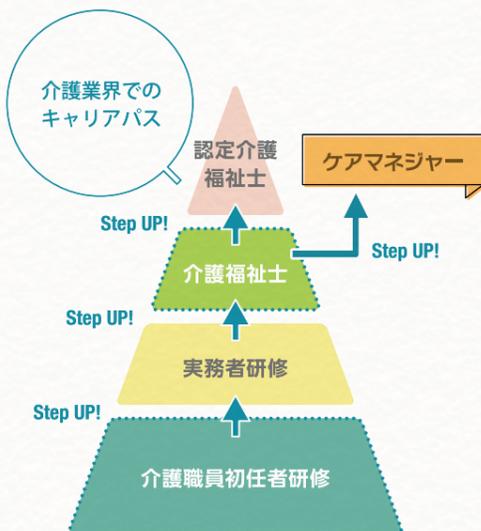
介護職の第一歩となる資格 (旧ヘルパー 2 級)

介護の仕事をするうえでの基本的な知識や技術、それらを実践する考え方を身に付けられます。介護に関する資格の中では入門クラスに位置付けられます。年齢や学歴、実務経験や必要資格など受講する上での条件はありませんので挑戦しやすい資格といえます。

介護福祉士

介護のスペシャリストとして幅広く活躍できる

介護の仕事に関する唯一の国家資格です。より専門的な知識や技術をもとに、利用者さんの身体的・精神的なケアを行います。資格を得ることにより現場での責任者を任されることもあります。受験資格は複数あり、受験資格によって取得までの流れが異なります。



Q3 体力が続くか心配ですが、大丈夫ですか?

A 介護の仕事=体力勝負というイメージを持つ方もいますが、そんなことはありません。Q1でお答えしたとおり、現にシニアの方もたくさん活躍しています。

Q4 腰を痛めたりしないか心配です。

A 入浴介助や車いすへの移乗介助などを想像されるかもしれませんが、そうした介助が必要な方ばかりではありません。また、身体介助の仕事は専門的な技術が必要です。正しい介護技術を身に付けることで、身体への負担を最小限にすることができます。そのため、未経験の方や経験の浅い方がいきなり任せられることはありません。

Q5 お給料はどれくらいですか?

A 資格の有無や雇用形態(アルバイト・パートか正社員かなど)、経験年数によって異なります。あわせて、働く施設によっても昇給の仕組みはまちまちなので、気になる方は事前に問い合わせをしておくといいでしょう。

介護職員 平均時給 1,110円

※時給・非常勤の者の平均基本給額
(厚生労働省 令和2年度 介護従事者処遇状況等調査/令和2年2月実績)

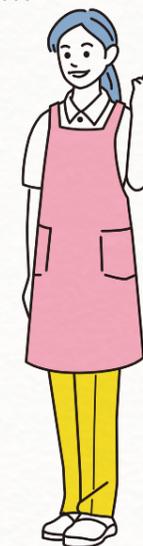
1日5時間・週3回勤務(月間13日)の場合、月収 約72,000円(各種手当除く)



新たな経済政策が決定され、2022年2月より3%程度の賃上げが実施されます。新型コロナウイルス感染症や少子高齢化対応の最前線で働く方の処遇改善措置が図られています。処遇面でもこれから期待が高まる業界ですね。

Q6 排泄の介助をすることに抵抗があるのですが…

A 一言で排泄介助といっても、トイレ誘導、見守り、清拭など、利用者さんによって必要な介助はさまざまです。また近年の介護施設は設備が充実しており、清潔感が保たれていますし、感染症対策等のため衛生管理も徹底されています。気になる方は施設見学などで実際に確認してみることをおすすめします。



Q7 どんな人が向いているのでしょうか?

A 介護の仕事に限らず、どんな仕事でも、周囲への気配りや柔軟性は必要です。介護の仕事と言っても、仕事内容もさまざまで、対応する利用者さんの性格も1人1人違います。「自分で大丈夫かな?」と慎重に考える人が長く続いたりもするので、やってみる前からあまり深く向き不向きについて考えずに、チャレンジしてみることをおすすめします。



介護・福祉のシゴト探しに行ってみよう!

介護・福祉のお仕事に興味が出てきたら、実際に仕事を探してみましょ! 「いきなりハローワークに行くのはちょっと…」そんな方には、気軽にお仕事探しの相談ができる公的機関の窓口があります。ぜひ足を運んでみてくださいね。



NEXTワークしずおか



静岡市役所2階のシニア向け就労サポート窓口

シニア向け求人情報をまとめてご案内

シニア向け求人のみを集約しているので探しやすい! 介護・福祉分野はもちろん、さまざまな業種の求人情報をご案内しています。明るく開放的な空間でゆっくりご覧ください。

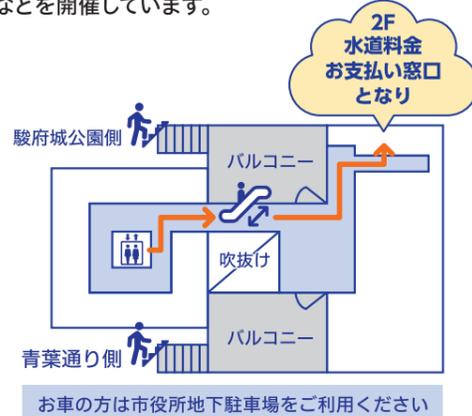


個別相談で求職活動の不安を軽減

就労希望条件などを聞き取りながら、条件に見合う求人をご案内。スタッフが一緒にこれからの働き方を考えます。

就職に向けた研修や相談会を開催

再就職に向けた研修や、シニア限定で気軽に参加できる就職相談会などを開催しています。



人生後半の生きがい探しに NEXTワークしずおか

静岡市葵区追手町5-1 静岡市役所静岡庁舎2階
☎ 054-254-2770 営業時間: 平日9:00~16:00

ホームページにも求人掲載中!
nextworkshizuoka.jp/



静岡県社会福祉人材センター

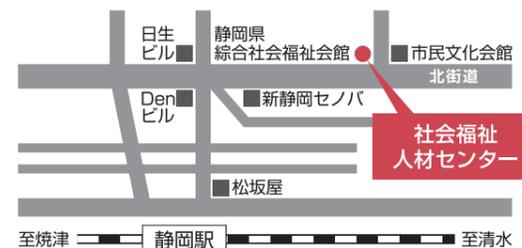
福祉・介護求人を専門に取り扱う無料職業紹介所

就職相談・就職あっせん

福祉の仕事に関する就職相談や、求人情報の提供、希望する勤務条件に合った職場のあっせんなどを行います。

福祉就職相談会・復職応援セミナー

大規模な就職フェアや、ハローワークと連携したミニ就職相談会など、さまざまな就職イベントを開催しています。



静岡市葵区駿府町1-70
静岡県総合社会福祉会館 シズウェル3階
静岡県社会福祉協議会
☎ 054-271-2110 営業時間: 平日8:30~17:00
shizuoka-wel.jp/job/center/



静岡市シルバー人材センター

健康で働く意欲のある方に「働く場」を提供する公益社団法人

60歳以上の会員向けに臨時的・短期的な仕事を紹介

官公庁や民間企業、一般家庭から依頼された仕事を、就業条件や就業場所が希望に合う会員に紹介します。介護・福祉施設からは、清掃や調理補助などの軽作業の仕事依頼があり、従事してくれる会員を募集しています。



●本部事務局・東事務所
静岡市清水区浜田町4-4
☎ 054-351-1150
営業時間: 平日8:30~17:15

●西事務所
静岡市葵区新通2丁目4-5
☎ 054-252-4150
営業時間: 平日8:30~17:15

まずは入会説明会へ!
開催スケジュールはこちら

静岡市シルバー人材センター [検索](#)



人生後半の生きがい探しに

NEXTワークしずおか ➔

 **054-254-2770**

受付時間 / 月曜日~金曜日 9:00~16:00(土日祝を除く)



nextworkshizuoka.jp/