

介護職員の仕事の様子

特別養護老人ホーム 千木園 せんぎえん 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。

嚥下^{えんげ}体操



※飲みこむこと

指を動かしてみましょう！

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
楽しみにしています。



タブレット端末を使って
効率的にお仕事をしています。

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
木村 郁恵さん
取得資格/介護福祉士

コミュニケーションは、話すことだけじゃない

私は小さいころから祖父母と過ごす時間が多く、就職活動では一般企業も受けましたが、介護の仕事が自分に合っていると思い、介護施設に就職しました。

働いてから10年以上経ちますが、今でも心に残っているのは、働き初めのころに利用者さんとお花見に行った時のことです。その方は認知症だったのですが、1週間ずっとお花見の思い出を「楽しかったね」と話していました。1つ1つの行事や小さなやり取りが、利用者さんにとっては刺激になったりするので、そういったことを増やしていければと思っています。

私自身、介護の仕事始める前は、お年寄りの方や認知症の方とちゃんと話せるのか不安でしたが、実際に触れあってみると、目を合わせたり表情を見たりと、コミュニケーションは話すことだけでなく、いろいろな手段があることを実感しました。何事もまずやってみることが大切だと思います。介護の仕事は大変だというイメージがあるかもしれませんが、現場ではにぎやかな雰囲気でも楽しく過ごしていますので、ぜひ実際に足を運んで見てもらえると嬉しいです。



介護職員
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を過ごしています。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いただくことをおすすめします。

取材：2023年5月

介護・福祉の魅力をもっと知りたい！
働く人の声をもっと聞きたい！

石川県介護・福祉の仕事の魅力発信ポータルサイト「いしふく」では、介護・福祉分野で活躍する職員のインタビュー記事・動画を掲載しています。ぜひご覧ください。

石川県介護・福祉の仕事の魅力発信ポータルサイト いしふく



<https://www.ishi-fuku.jp/appeal/>

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
TEL：076-225-1419 FAX：076-225-1409
MAIL：fukushijinzaï@pref.ishikawa.lg.jp

UD FONT ユニバーサルデザイン (UD) の考えに基づいた見やすいデザインの文字を採用しています

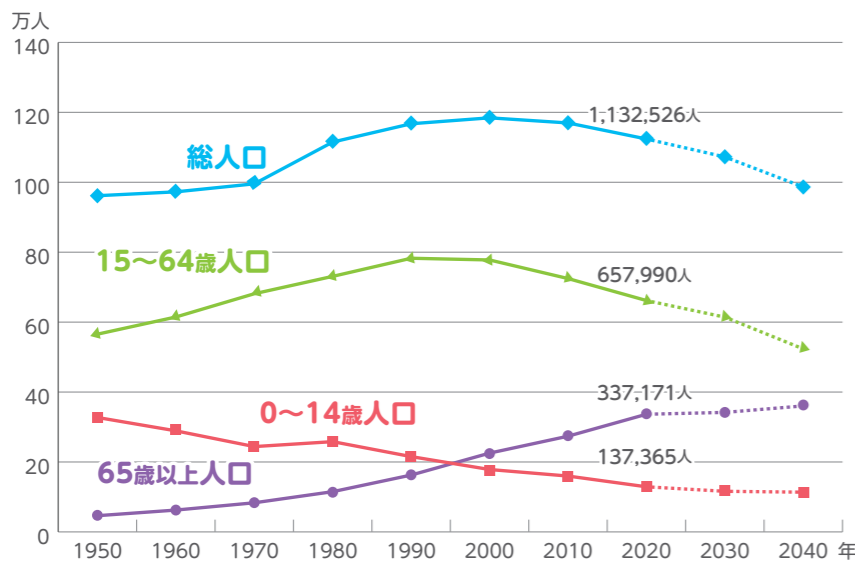
石川県

01 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、2040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。

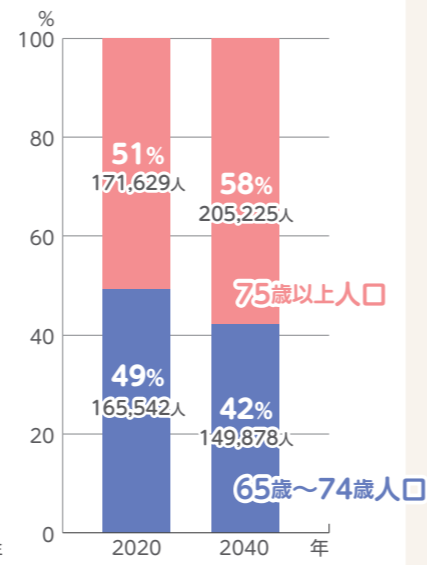
人口の変化

これまでの推移と将来の推計



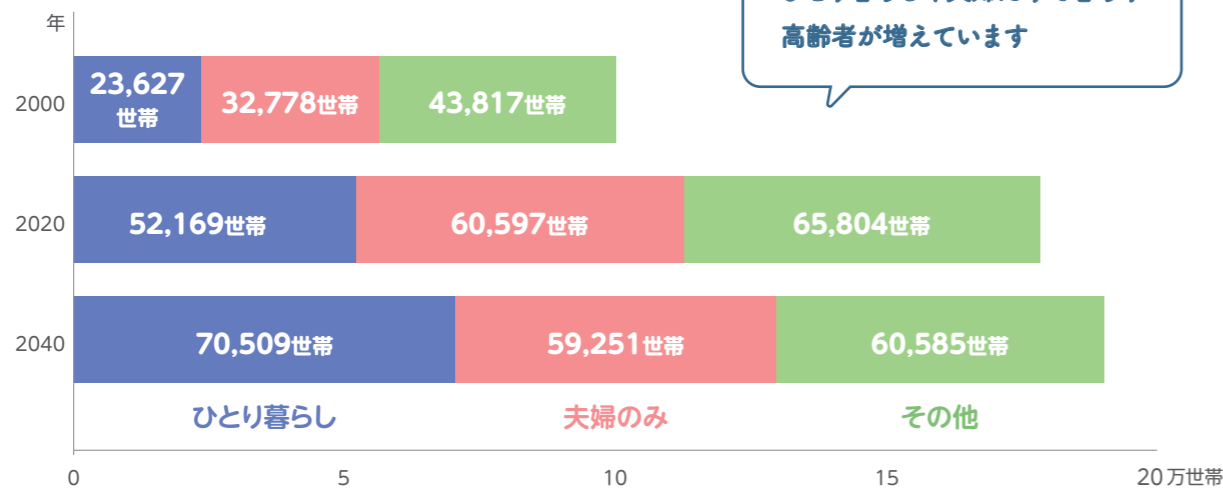
(出典) 総務省「国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」(2018年推計)

高齢者人口の年齢構成



高齢者の暮らし方の変化

高齢者世帯(世帯主が65歳以上)の家族類型の変化



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

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

02 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、認知症などの症状のために、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、脳の働きが低下し、日常生活に支障をきたす症状のことです。

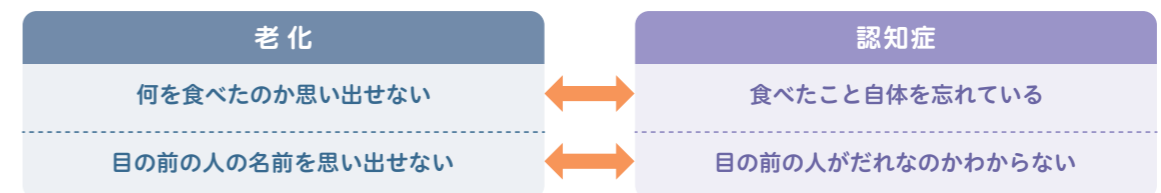
認知症になると、物事を覚えられない記憶障害や、日時や場所の感覚が薄れるといった障害が生じます。また、そのような障害が原因となり、うつ状態になったり、妄想や徘徊などの症状が現れたりすることもあります。

しかし、認知症になると何もかも、楽しい・悲しいといった気持ちなど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



03 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、できないこと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。

入浴の介助



着替えの介助



食事の介助



家事の援助



排泄の介助



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

ロボット・ICT技術で介護を優しく便利に!

今、介護の現場では介護職員の精神的・体力的な負担を少なくし、また高齢者にとっても便利で優しいロボット・ICT技術の活用が進んでいます。

排泄予測デバイス

排泄予測デバイスを使うと、利用者の排便タイミングがわかるようになります。職員はそのタイミングに合わせたトイレの介助やおむつの交換ができ、何度も排尿をチェックする必要がなくなり、仕事の効率化や負担軽減につながります。利用者の中には自分が本当にトイレをしたいかわからない方もいますが、このデバイスを使用することで排便タイミングを自覚でき、安心してトイレをすることができます。

移乗サポートロボット

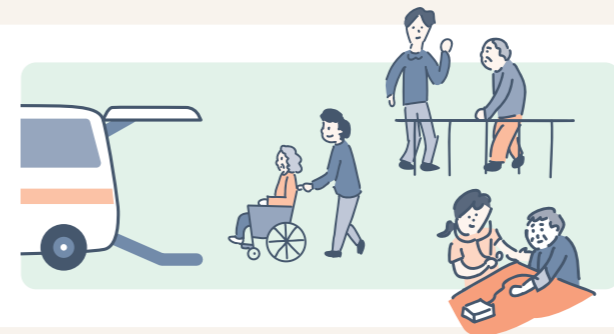
移乗サポートロボットを使うと、ベッドから車いすへの移動や脱衣時の姿勢保持がしやすくなります。職員一人でも介助できるようになり、利用者の体重をロボットがサポートしてくれるので腰痛予防にもなります。利用者の中には職員を何人も呼んでサポートしてもらうことに遠慮してしまう方もいますが、このロボットを使えば一人で介助できるので、利用者が気兼ねなくサポートを受けることができます。

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（老人ホームなど）

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などにより、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

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。そこで、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				休憩
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				休憩
15:00 おやつ	食事の介助・水分補給				休憩
	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				休憩 2H

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。

しかし、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、子育て中は夜勤をしないなど、自分のライフスタイルに合わせ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、基本となる体の動作のリハビリを行います。



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。



生活相談員

施設に入所している利用者からの相談を受けたり、関係機関との連絡・調整を担うコーディネーター役です。



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と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

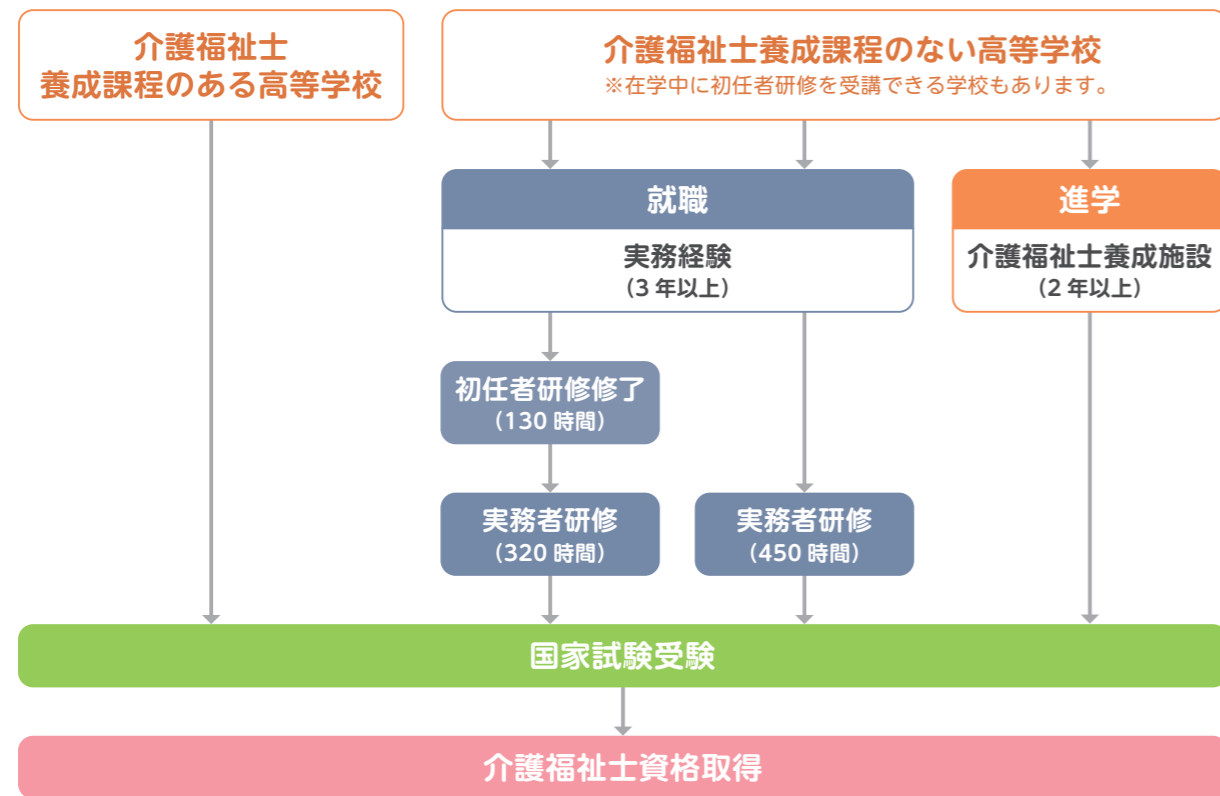
施設全体の運営・管理に責任をもち、施設の理念や目標の実現・達成を進めるうえでリーダーシップをとる、いわば施設の舵取り役です。

04 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



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。

ほかにもこんな研修があります…〈介護に関する入門的研修〉

介護未経験の方を対象とした研修。介護に関する基本的な知識や、介護の仕事にかかわるうえで知っておくべき基本的な技術を学ぶことができます。

石川県内で介護について学べる学校

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
門前高等学校（県立）	輪島市
志賀高等学校（県立）	志賀町
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

金沢辰巳丘高等学校（県立）	金沢市
加賀高等学校（県立）	加賀市
翠星高等学校（県立）	白山市
鶴来高等学校（県立）	白山市
松任高等学校（県立）	白山市
寺井高等学校（県立）	能美市
内灘高等学校（県立）	内灘町
遊学館高等学校（私立）	金沢市



介護福祉士養成課程のある高等学校

田鶴浜高等学校（県立）	七尾市
-------------	-----

福祉系高校 修学資金のご案内

石川県では、県内の高校の介護福祉士養成課程に在学する学生を対象に、修学資金貸付制度を設けています。卒業後、介護福祉士として3年間県内の施設等で勤務することなどの条件を満たすと返還免除となります。



介護福祉士養成施設

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
----------	-----	--------------	-----	---------------	-----

介護福祉士 修学資金のご案内

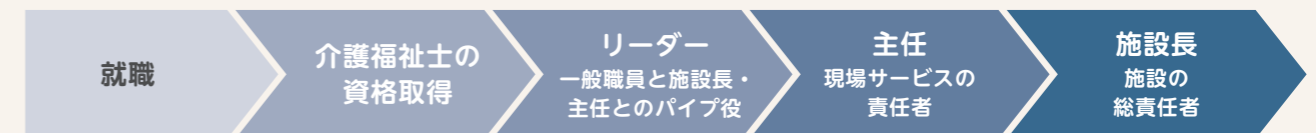
石川県では、県内の介護福祉士養成施設に在学する学生を対象に、修学資金貸付制度を設けています。卒業後、介護福祉士として5年間県内の施設等で勤務することなどの条件を満たすと返還免除となります。



2 介護の仕事のキャリアアップ

一般企業では、一般社員→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。



介護福祉士のほかにも、介護に関係した資格はたくさんあります！より詳しく知りたい方はこちら！

石川県社会福祉協会・石川県福祉の仕事マッチングセンター「福祉の資格取得ガイドブック」（ポータルサイト「いしふく」で公開しています）



05 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できる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

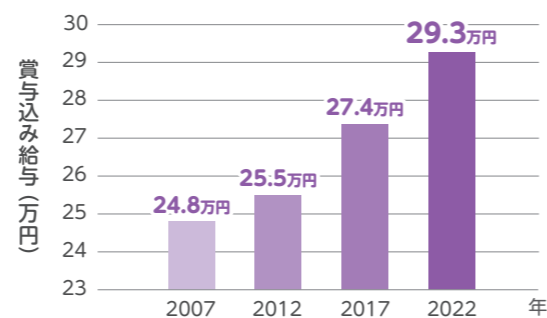
高齢化の進行に伴い、介護を必要とする高齢者が増え、石川県だけでなく日本全体で介護の仕事のニーズが高まっています。石川県では、2025年に2万3千人の介護人材が必要と言われており、介護の仕事は今後も必要とされる仕事と言えます。

2 介護の仕事の賃金

このように介護の仕事のニーズが高まり、介護人材の必要性が高まっているなか、一方で介護職員の賃金は産業全体と比べると少し差があります。そのため、国では様々な対策を講じて介護職員の処遇改善に取り組んでおり、その結果、介護職員の賃金は右図のように上昇しています。

介護福祉士などの資格を取得すると資格手当がつくことも多いため、働きながらステップアップすることができるのも介護の仕事の魅力です。資格取得に向けた支援も充実しています。

介護職員 賃金(1か月あたり)の推移(全国)



【出典】厚生労働省「賃金構造基本統計調査」に基づき県厚生政策課において作成。

注1) 介護職員とは、「介護職員(医療・福祉施設等)」並びに「訪問介護従事者」のことをいう。ただし、2019年以前は、「福祉施設介護員」並びに「ホームヘルパー」のことをいう。

注2) 賞与込み給与は、「きまって支給する現金給与額」に、「年間賞与その他特別給与額」の1/12を加えて算出した額。なお、役職者は含まれていない。

3 職員にとっても魅力のある職場を選ぼう

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。

認定事業所の取組等をより詳しく知りたい方はこちら！

石川県介護・福祉の仕事の魅力発信ポータルサイト いしふく



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」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。



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内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。

取材：2017年6月