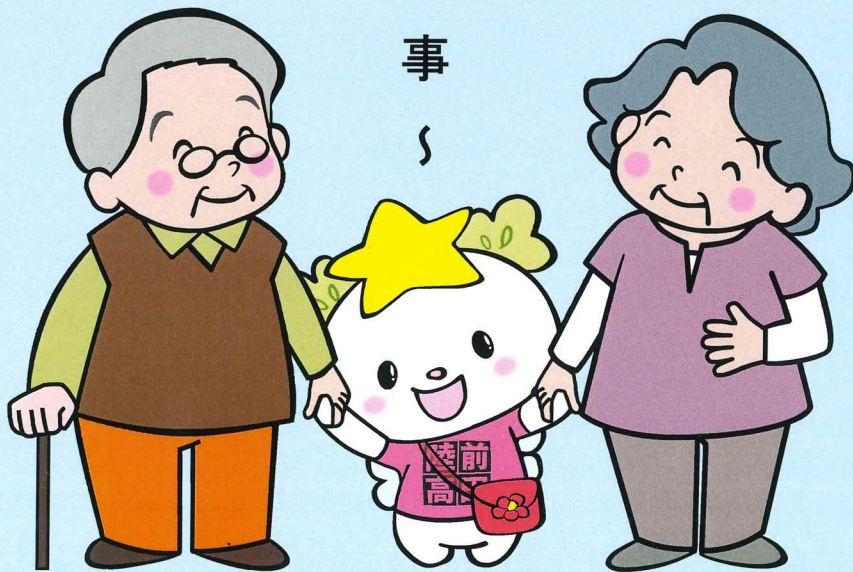


介護のチカラ

地域
の暮らしを支える仕事



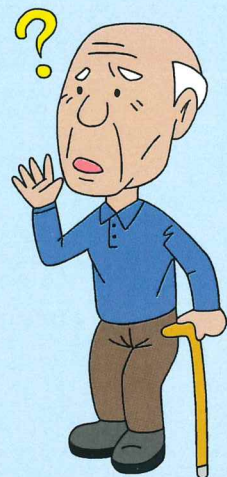
陸前高田市福祉部福祉課

誰でも年はとるもの

年を重ねると身体機能が低下し、これまで当たり前できていたことが難しくなったりできなくなることがあります。例えば、筋力が低下して歩くスピードがゆっくりになる、転びやすくなるなどの変化や、味が分かりにくくなる、固いものが食べにくくなる、むせやすくなるなどの様々な変化が現れます。

加齢に伴う変化のほか、骨折や病気をきっかけに思うように身体が動かなくなり、日常生活に周りのサポートが必要になることもあります。

今は、85歳以上の高齢者の3人に1人が認知症であると言われていて、身体の変化への対応以外にも、様々なサポートが必要です。



認知症ってなんだろう？

認知症は脳の病気です。物忘れや記憶力の低下といった症状が現れますが、加齢による単純な物忘れや記憶力の低下とは違うもので、例えば、朝食を食べたことそのものを忘れてしまったり、季節が分からなくなったり、近所を目的なく歩き回ったり、外出しても家に戻れなくなってしまうなど、日常生活での困りごとが増えてしまいます。

それでも、周りの人の適切なサポートがあれば、認知症の人も気持ち良く過ごすことができます。

高齢者の暮らしをサポートするのが介護の仕事

陸前高田市の高齢化率は40%を超え、市内の10人に4人は65歳以上の高齢者です。高齢化の進行の一方で、若い世代では、進学・就職などで陸前高田市を離れる人も多くいるのが現状です。

結果、わたしたちは、**高齢者を支える担い手不足**に直面しています。

年を重ねても高齢者が住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるように、また、高齢者を身近に支える家族をサポートできる仕事、それが介護に関わる仕事です。

生まれ育ったこのまちで、地域の人々と関わり、支える介護の仕事の魅力について一緒に考えてみましょう。

先輩にお話を聞きました！！

陸前高田市出身で、令和6年～令和7年に市内の介護事業所に就職した2人の先輩に、介護の仕事の魅力ややりがいについてお話をいただきました。



はじめに……

【普段どんな仕事をしている？】

介護職員として、排せつや食事の介助、利用者さんとお話をしたりしながら体調を確認したり、利用者さんと一緒にレクを行ったりしています。また、季節に応じて様々な行事もあるので、準備をすることもあります。

【休日はどのくらい？】

休みはきちんと取得できています。週に2日決められた休みがあり、休日は、趣味の時間にあてたり、友人と遊ぶなど楽しんでいます。希望休をとることも可能です。

特別養護老人ホーム高寿園 たかはし まな 高橋 真奈 さん

(高田一中→住田高校 卒業)

① 介護の仕事を目指したきっかけ

高校の授業で介護について調べる機会があり、その中でデイサービスでお手伝いをさせていただき、お年寄りの方と関わる仕事に興味を持ち、この仕事をやってみようと思いました。調べたときには大変な仕事と書かれているサイトの情報も多かったのですが、実際に働いてみると、もちろん大変なこともあります。楽しいことも多いし、やりがいもあると感じています。



② 介護の仕事の魅力や普段感じていること

大変なことももちろんあって、つらいときもありますが、利用者さんが笑顔になってくれたり、感謝の言葉をもらったりすると、こちらもやる気が出て、仕事のやりがいを感じ、楽しく働いています。



職場内の雰囲気も明るく、利用者さんは元気な方も多いため、常に活気があふれています。入職当時は戸惑って時間がかかり、先輩にも迷惑をかけたと思いますが、やっていくうちに段々と仕事にも慣れてきました。

利用者さんとの接し方では、言葉遣いに気を付けたり、同じことを何度聞かれてもその都度対応して、不安にさせないようにしています。

また、体調や食事の摂取量など、普段から小さな変化も見逃さないよう介助をしています。夜勤のときに利用者さんの異変がないかこまめに見回りをしています。



今後は介護福祉士の資格を取って、一人前に働けるようになりたいです。8月に初任者研修を受けてテストに合格したので、まずは第一段階をクリアしたかなというところです。

③ 後輩のみなさんにメッセージ

よくネットなどで見るような大変な仕事というイメージが強いと思いますが、やっていくうちに慣れていきますし、やりがいも多い仕事ですので、偏見などに惑わされずに、自分がやりたいことだと思ったら挑戦してみるといいと思います。

介護老人保健施設松原苑 とおやま はづき 遠山 葉月 さん

(高田一中→東陵高校→弘前医療福祉大学短期大学部 卒業)

① 介護の仕事を目指したきっかけ

家族と相談し短大に進路を決め、調理か看護か福祉かの3択に絞ったとき、今後も需要があり、人の役に立つ仕事がいいと考え、福祉を選択しました。卒業後は仙台の施設に就職しましたが、地元に戻ってくることになり、3月に今の職場に入りました。



② 介護の仕事の魅力や普段感じていること

毎日何歳も年上のおじいさんやおばあさんとお話することが多いのですが、長く生きてこられたので引き出しも多く、話をするだけでも楽しいです。



介護の仕事はコミュニケーションが大事なことだと思っています。お話をする時には、皆に同じような接し方をするのではなく、分かりやすく、その人に合ったコミュニケーションを取るようになっています。認知症の方も、毎日声かけをしていると覚えてくれたり、「あなたがいると今日はいいわ」と言ってくれる人もいます。

また、利用者さんの様子でいつもと何か違うと思ったことがあれば、些細なことでもすぐに先輩方に一声かけ、相談するよう心がけています。

今後も利用者の方と楽しく過ごせたらいいなと思っています。

③ 後輩のみなさんにメッセージ

介護のイメージは、きついとか汚いとか、悪いイメージの方が強いと思いますが、排せつなども人として生きるため必要なことなので、そういうイメージはどうなんだろうと思います。



昔の介護と違い、今は介助補助具を使うなどノーリフティングケアが推奨されているので、身体的負担も特に感じていません。

自分でできる所はもちろんやってもらい、できない所を少し手伝っており、利用者さんから感謝されたり、可愛がってもらったりしています。

介護の需要がこれからもっとも必要になることを踏まえて、進路の選択に迷ったときに選択肢の1つになっただけいいと思います。

介護の仕事に就くにはどうすればいいの？

入浴、排せつ、食事のサポートなど、日常生活の介護や暮らしのサポートをするスペシャリストは介護福祉士ですが、介護の職場ではどのような介護サービスを提供するのが一番いいのか、専門職や家族と協力しながらプランを考える介護支援専門員、医療ケアを行う看護師やリハビリテーションを行う理学療法士や作業療法士、栄養管理を行う管理栄養士など、介護施設の種類により様々な専門職が働いています。

【主な介護サービス】

入所系の施設

常に介護が必要な高齢者が入所し、暮らしのサポートやリハビリ、健康管理をしてもらう

通所系の事業所

住み慣れた自宅で暮らしながら、施設に通ってリハビリやレク、介護を受ける

訪問系の事業所

自宅に訪問し、職員が入浴、排せつ、食事等の家事支援のサポート、リハビリ等を行う



【介護福祉士になるには】

- ① 専門の学科のある高校への進学
- ② 高校卒業後、専門学科のある大学や専門学校への進学
- ③ 高校卒業後就職し、介護施設で実務経験を積んで試験を受ける など、さまざまなルートがあります。

資格がないと、介護施設で働けない？

新卒で就職した人も、別の仕事をしてきた社会人も、介護関係の資格取得を目指しながら働くことができます。現場で学んだり、段階的に別の資格を取得してステップアップしながら、介護福祉士資格の取得を目指す人も多くいます。

市内の介護・障がい施設職員に対する奨学金返還支援を行っています

陸前高田市では、令和6年度より、市内の介護・障がい施設における人材の確保、定着を図るため、在学中に奨学金を借り入れた介護・障がい施設の職員に対し、その返還費用の一部を補助する制度を開始しました。

【補助対象者】 ①または②に該当する人

- ① 市内の介護・障がい施設に勤務している職員（居住地は問わない）
- ② 市内に事業所を有する法人が運営している市外の施設に勤務している職員
（陸前高田市に住民登録があること）

【補助内容】

① 補助率

申請をする年の前年度、対象施設の勤務期間中に返還した奨学金の2分の1以内

② 限度額

ひと月あたり12,000円（年額最大144,000円）

③ 対象期間

補助の対象となった最初の月から数えて60月まで

【対象となる奨学金】

以下の借入先から申請者が本人名義で借りたもので、本人自ら返還しているもの

- ・ 独立行政法人 日本学生支援機構・公益財団法人 交通遺児育英会
- ・ 一般社団法人 あしなが育英会 ・公益財団法人 岩手育英奨学金
- ・ 地方公共団体 等