

介護の仕事を選んだ僕

から

君に伝えられること

社会福祉法人 白寿会





白寿会に就職したきっかけは…中学校の職場体験でつむぎ苑
(白寿会の運営している有料老人ホーム)に来て楽しかったから。

加藤さん(2022年4月就職・府立高等学校卒)にききました

●●● 話をきいた日(2023/5/14)の加藤さんのスケジュール ●●●
～この日の勤務は「早出」7:30～16:30でした～

- 6:30 起きる
- 6:50 家を出る。自転車で通勤。途中、コンビニで昼ご飯を購入
- 7:00 職場に到着して、ロッカーで着替える
- 7:10 フロア(配属先)に到着して記録を読む※1
- 7:30 動き出す
朝食までに起きてもらって、食堂に誘導する
- 8:00 朝食の介助。終わったらお部屋に誘導する
…ひと段落したら 15分休憩(交替で休憩)
おむつ交換や水分補給のお手伝い
- 11:30 昼食※2の準備
- 12:00 昼食の介助
…昼食休憩(交替で)
- 13:30 入浴の介助…この日は機械浴※3担当
- 16:30 仕事終了

※1 記録はタブレットと
ノートで確認



※2 ある日の昼食



この日の献立
さばの塩焼き
なすの煮びたし
お吸い物
ごはん

※3 「機械浴」というのは、座ったままや横になったまま入浴できるお風呂のこと



Q.仕事ってどんな風に覚えていくの？

就職した時、新人研修※4のプログラムを見て「めちゃくちゃやることあるな～」と思った。実際に入ってみると、最初の1カ月半ぐらいは、先輩と2人で行動する感じ。先輩のやっているのを見て、何回かついたことのある先輩からは「この間見てたから、1回やってみる？」とか言ってもらって、実際にやってみたり。そういう風にしてたら、1ヶ月ぐらいで「こんな感じなんかな」というのはわかった。

新人研修が終わった6月からは「一人で頑張ろうか」という感じで、最初は不安だったけど、「困ったら先輩にきいてな」と言われて、なんだかんだでやれた！

プリセプター(1年目の相談役になってくれる先輩)も6月頃にスタートして、その頃は仲のいい先輩もいなかったのでも、「困ったことがあったらすぐに相談できる」という感じで、かなり頼りになる存在だった。

※4 新人研修

4～5月に
約100時間。
1週目は毎日、
それ以降は
週に1日。

ていねいに、
基本を学べる
時間です。

Q.介護の仕事の楽しい所、いい所

介護は、ご利用者さんとのコミュニケーションが楽しい。ささいな日常会話も楽しい。今年の元旦は、正月イベントでおみくじとか職員たちで作って、めちゃくちゃ喜んでくれて、すごく嬉しかった。



Q.介護の仕事の大変な所、しんどい所

※5 スライドボード

「持ち上げない介護」のための道具。新しい介護の方法です。実際に使っている動画はこちらからどうぞ！



就職する前から「介護は忙しそう、腰痛めるんじゃないか」とか、周りの人から言われていた。やっぱり大変だけど、「スライドボード」※5 とかは大分助かる。使いやすいし、楽になる。

あと、体調不良の人が出ると大変。風邪とか発熱だったら、決まった時間に検温して、高かったら薬を飲んでもらったりしないといけない。自分の体調管理、身体のメンテナンスも必要。コロナの時は本当に大変だった。隔離対応とか。でも乗り切りました。

Q.シフト勤務で生活するってどんな感じ？

高校生の時からわりと生活リズムがバラバラで(笑)、前とそんなに変わらなかった。前の日が遅出(11:00~20:00)で、次の日夜勤(16:30~翌日の 9:30)だったら、夜更かしして、昼ぐらいに起きて、準備したらちょうどいい感じ。今は次の日の勤務にあわせて、寝る時間を決めている。

Q.忘れられない失敗、ヒヤッとしたこと

1回だけ、夜勤の休憩の時、仮眠していたら寝坊してしまったことがあって、その時はびっくりした。アラームで1回起きたのに、また寝てしまった。慌てて謝りに行ったら、先輩は「大丈夫よ〜」と(ホッ)。

Q.どんな先輩を「すごい！」と思う？

毎日、利用者さんのことを、細かいところまで観察していて、「この人はいつもより体調悪いな」とか、細かいところまで見られる先輩がいる。変化に気づける力がすごいと思う。

Q.働いていて、良かったなと思ったこと

ご利用者とのコミュニケーションもそうだけど、先輩と、ゲームのこととか、日常会話も結構する。いろんな人とコミュニケーションを取る機会が増えたから、高校の時と比べて、明らかにコミュニケーション能力が高くなったと思う。

利用者さんも、人によって違うから、話し方も変わってくる。今まで、こういうことを考えたりすることがなかった。いろんな人がいて、コミュニケーションの難しい人もいて、それを自分なりに感じて、工夫しながらやっている。



豆知識「介護の資格」めざすは『介護福祉士』（国家資格）

介護の実務経験 3 年で、受験することができます（最短で 3 年目の 1 月に受験）。
受験するには「介護福祉士実務者研修」という研修を受講しておく必要があります。

◎白寿会には、実務者研修の受講費用を助成する制度があります。

社会福祉法人白寿会

〒557-0063 大阪市西成区南津守 7-12-32

電話 06-6651-2210 FAX 06-6651-6060

HP <https://www.hakujuen.or.jp>



大阪メトロ・四つ橋線「北加賀屋」駅(2番出口)から徒歩 7 分



■ 北加賀屋駅からの道順 ■

2 番出口を上がって左方向へ。300m ほど進むと、道沿いにトヨタカローラが出てきます。その次に ENEOS のガソリンスタンドがあり、間の道を進みます（左折することになります）。200m ほど歩くと、右手に 7 階建ての建物があります。建物に大きく「白寿苑」と書いてあります。

■ 北加賀屋駅までの交通機関 ■

- ・梅田→西梅田駅から四つ橋線で 1 本（9 駅・18 分）
- ・なんば→四つ橋線で 1 本（5 駅・10 分）
- ・天王寺→御堂筋線で大国町駅まで 四つ橋線に乗り換え（6 駅・15 分）

■ 南海沿線の方 ■

南海「粉浜」駅から徒歩 17 分、「岸里玉出駅」から徒歩 20 分

※粉浜駅または岸里玉出駅から徒歩の方法もありますが、天下茶屋駅を通過する場合は、そこで下車し、地下鉄「岸里」駅まで歩いて四つ橋線に乗り換える方法もあります。このほうが徒歩時間は短くなります。

