

Care Work

Contents

2P 介護ってどんな仕事？

3-5P 介護の現場インタビュー

特別養護老人ホーム東和荘 齋藤有優美さん

小規模多機能ホームおにやなぎ 山崎智子さん

介護老人保健施設花の里かるまい 中屋敷裕太さん

6P 介護福祉士とは

7P 学生インタビュー

北日本医療福祉専門学校

専修大学北上福祉教育専門学校

MCL盛岡医療福祉スポーツ専門学校

8P 介護クロスワード&アンケート
【プレゼント付き】

～介護職の魅力～

岩手で

「生きる」に寄り添う
一生モノのしごと。



介護ってどんな仕事？

介護は、体の自由が利きにくい高齢者や障がいのある人の身の回りを支え、できるだけ自立した生活を送れるよう手助けする仕事です。介護を必要とする人の暮らし方は、自宅で生活を続ける、施設に入所する、日中だけ施設を利用するなどさまざまで、個人のニーズに合わせた支援が求められます。現場では介護職員だけでなく、看護師やリハビリ職、栄養士、ソーシャルワーカーなど多職種が連携して働きます。

高齢化が進み介護福祉サービスの需要は年々高まる一方、人材不足が課題です。それでも介護の仕事に携わる人たちは、利用者の方の老いや障がいに寄り添い、人生をより楽しく、より豊かに過ごせるよう、やりがいと使命感を持って日々の仕事に励んでいます。



介護に向いているのは、こんな人



人と話すことが好き

利用者の方とのコミュニケーションは、介護の現場で最も重要です。相手のことを知り、自分のことを知ってもらうことで信頼関係が生まれます。利用者の方のご家族と一緒に働くスタッフとの情報共有など連携も大切です。

相手の気持ちを考えることができる

利用者の方が何をしてほしいのか、どう感じているのか、気持ちを察して行動できる人は介護の仕事に向いています。利用者の方の小さな変化に気づくことで、状態が悪化する前に適切なケアにつなげることができます。

心と体が健康

介護は利用者の方の命に関わる仕事です。入浴や排せつなど身体介助を行う場面が多く、体力が必要です。また利用者の方やご家族のさまざまな感情を受け止めながら、前向きな考え方ができる心も重要です。

年齢や性別に関係なく活躍できる！

育児や家事と両立したい人にも適しています。



仕事の経験を家族のケアにも生かせる！

多くの人がいずれ経験する家族の介護に役立ちます。



介護職には魅力がいっぱい

働きながらキャリアアップできる！

知識・技術を積み重ねることで専門性を高めていくことができます。



全国どこでも転職できる！

介護職の需要は高く、離職しても転職しやすいです。





介護の仕事の魅力とは？

支えて 支えられる。

齋藤 有優美

Saito Ayumi
特別養護老人ホーム東和荘
介護福祉士

●齋藤 有優美さん
花巻農業高、専修大学北上福祉教育専門学校福祉介護科卒。
2023年から花巻市の特別養護老人ホーム東和荘で介護福祉士として働く。遠野市出身、23歳。

「腕を伸ばしてー。イチ、ニ、イチ、ニ！」。花巻市東和町の特別養護老人ホーム東和荘で、ラジオ体操がにぎやかに始まりま



人を笑顔にする仕事

齋藤さんが介護の道に関心を持ったきっかけは、親戚が生活相談員として働いていたこと。具体的に意識し始めたのは中学の職場体験だといいます。ボランティアで訪れた老人保健施設で、職員と利用者の方が笑顔で言葉を交わす姿に触れ、「自分も人を笑顔にできる仕事がない」と強く憧れました。

触れ合う時間が魅力

実践的に学べる環境に惹かれ、専修大学北上福祉教育専門学校に進学。コロナ禍で施設実習の機会は限られましたが、講義や演習で基礎力を養いました。学生時代はケアマネジャーなどの資格取得を早期に目指すことも考えましたが、現場で利用者の方と近くで関わる今の仕事に、より強い魅力を感じるようになりました。「介護福祉士としての役割はもちろん、利用者の方と触れ合う時間が何より好きだと実感しました」と語ります。



働き始めの頃、最も大変だったのは夜勤だったといいます。1人勤務の緊張に戸惑い、壁に突き当たることもありました。2年目になり、体調が急変した利用者の方に対応し「あなたのおかげで助かった」という感謝の言葉をいただいたことが現在の支えになっています。「うれ



チームを導ける人に

日々のケアでは、忙しくても穏やかな口調で、相手に合わせた聞き取りやすいトーンで声をかけることを心がけています。休みの日は同じ介護職の友人と映画やカフェでリフレッシュ。「仕事の喜びや悩みを分かち合える仲間存在は心強いです」。現在の目標は職場の係長や先輩たち。「まだ自分の業務で精いっぱいですが、広い視野を持ち、チームを導ける人になりたいです」と決意を示し、日々の仕事で成長を重ねています。



特別養護老人ホーム東和荘
花巻市東和町東晴山7区16 TEL 0198-44-3113

齋藤さんの 1 DAY Schedule ※遅番の場合

- | | | | |
|-------|------------------|-------|----------------------|
| 10:00 | 出勤し、離床や水分補給の介助 | 15:00 | バイタル測定、おやつ介助、午後の記録付け |
| 11:00 | ラジオ体操、口腔ケア | 16:00 | 申し送り |
| 12:00 | 昼食の介助 | 17:00 | 夕食の介助 |
| 13:00 | オムツ交換、午前中の記録付けなど | 18:00 | オムツ交換後、夜勤への申し送り |
| 14:00 | 休憩 | 19:00 | 退勤 |

Private Shot 友人とカフェ



介護の仕事の魅力とは？

人との つながり

Yamazaki Tomoko

小規模多機能ホームおにやなぎ
管理者兼介護支援専門員

●山崎 智子さん

釜石北高、盛岡医療福祉専門学校（現MCL盛岡医療福祉スポーツ専門学校）卒。
2008年から釜石市の老人保健施設で介護の現場に立ち、結婚を機に14年から
北上市の社会福祉法人平和会で勤務。25年4月から現職。釜石市出身、37歳。

山崎さんが介護の道に進むきっかけは、高校時代にありました。介護施設でのボランティア活動中、祖母が入院し介護が必要になったのです。「お見舞いに行くと、看護師さんが排泄のケアをしていました。ボランティア経験から『私にも手伝える』と安易に考えてしまったんです」。しかし、祖母の羞恥心に配慮できていなかった自分に気づき「技術だけではなく、相手の

「心に寄り添う」大切さ

「人と人とのつながりの温かさを知ることができる仕事」。そう語るのは、北上市の小規模多機能ホームおにやなぎで管理者兼介護支援専門員（ケアマネジャー）として働く山崎智子さん（37）。一人一人の生活に寄り添い、他職種とも連携しながら日々のケアを支えています。



心に寄り添う大切さを痛感しました。

この思いを胸に盛岡医療福祉専門学校へ進学。「現場に近い実践的な学びが多く、何より同じ志を持った仲間との出会いが大きかったです。互いに介護の練習をしたり、さんさ踊りに出たり『青春と探求』の充実した2年間でした」と振り返ります。

「答え」を見つける喜び

卒業後、介護現場に立つと「同じケアは二つとない」ことに気付きます。「例えば『立たせる』という動作もマニュアル通りにはいきません。膝が痛い方なら膝を支えて手をつく場所を

確保するなど、一人一人に細やかな配慮が必要です。『介護に答えはない』と言われますが、その人にとっての答えをチームで探る過程と見つけたときの喜びは格別です」と仕事の面白さを語ります。



利用者の人生をより良く

現在はケアマネジャーも兼任し、「通い」「宿泊」「訪問」といったサービスを組み合わせることで二十数人のケアプラン策定に心を砕いています。「時には『こうした方が良いのに』という思いと、ご本人の希望との間でジレンマを抱えることもあります。でも、私たちが関わるからには、その方の人生に良い影響を与えたい」と利用者や家族、スタッフ、医師、看護師といった人とのつながりの中で、よいプランを模索しています。

プライベートでは2人の娘を育てる母でもあり、「仕事と家庭をきっちり切り替えることが、充実した毎日を送る秘けつ。仕事の責任が重い分、家族との時間が私の心のよりどころです」と笑顔で語ります。



山崎さんの 1 DAY Schedule

- | | | | |
|-------|--|-------|--|
| 8:00 | 出勤、朝の送迎 | 13:00 | 相談、市役所への申請や書類引き取り、アセスメント、プランニング、介護業務フォロー、受診同行、各種事務処理など |
| 10:30 | 利用実績確認 | 16:45 | 日誌作成、引き継ぎ申し送り |
| 11:00 | 相談、市役所への申請や書類引き取り、アセスメント、プランニング、介護業務フォロー、受診同行、各種事務処理など | 17:00 | 退勤 |
| 12:00 | 休憩 | | |

Private Shot
子どもとの休日

小規模多機能ホームおにやなぎ

北上市鬼柳町新井田45 TEL 0197-67-0287



介護の仕事の魅力とは？

利用者様と 心で繋がる

Nakayashiki Yuta

介護老人保健施設花の里かるまい
介護福祉士

●中屋敷 裕太さん

大野高、北日本医療福祉専門学校介護福祉科卒。2024年から軽米町の介護老人保健施設花の里かるまいで介護福祉士として働く。洋野町出身、21歳。

軽米町の花の里かるまいは、高齢者約95人が利用する介護老人保健施設。利用者の在宅復帰を目指し、ケアマネジャーや看護師、介護職員など64人のスタッフがサービスを提供しています。入職2年目の中屋敷裕太さん（21）は、31人の介護職員の中で最年少。「生まれ育った県北エリアで地域貢献がしたい」と情熱を持って働いています。

2年目に独り立ち

専門学校で実習経験があったものの、100人規模の施設は初めてで「最初は利用者さんの名前や健康状態を覚えるのが大変でした」と苦労を語ります。

主な仕事は、利用者の身の回りのお世話や介助。入職1年目はチームリーダーのサポートを受けて仕事を覚え、2年目になって独り立ち。現在は利用者数人の担当責任者を務めています。「先輩たちが皆、話しやす



く、分からないことをすぐに聞くことができるので、安心して働くことができます」と明るく話します。

主な勤務シフトは早番、遅番、夜勤。利用者の入浴は早番と遅番が受け持ち、2時間半で約20人を入浴させます。「寝たきりの方をスライドボード（移動を補助する板）に乗せるなど注意が必要な作業も少なくありません。時間内に終わるよう、慎重かつスムーズな動きを心がけています」と力を込めます。

人と深く関わる仕事

中屋敷さんは幼少期から祖母の世話をする機会があり、介護の仕事に関心がありました。

中学生の時に介護施設の職場体験に参加し「人と深く関わるやりがいのある仕事」と実感。高校卒業後、北日本医療福祉専門学校に進学しました。在学中

の施設実習は1年時に15日間を1回と5日間を1回、2年時に1カ月間を2回と充実しており、「障がい者支援施設やデイサービスなど、さまざまな施設で実習したことで、自分に合う職種を選ぶことができました」と振り返ります。



コミュニケーションを大切に

「トイレ誘導やお風呂の介助をしたときに『ありがとう』と言ってもらえると、うれしくて疲れも吹き飛びます」とやりがいを語る中屋敷さん。休日は社会人チームでバスケットボールに打ち込み、リフレッシュしています。

介護は看護師など他職種とのチームワークが欠かせない仕事。「スタッフ間や利用者さんとのコミュニケーションを大切にしながら、言葉に表せない気持ちを察することができるようになりたい」と前を見据えています。

中屋敷さんの1 DAY Schedule ※夜勤の場合

16:30 出勤し、日勤から申し送りを受ける
17:30 夕食の介助、口腔ケアなど
18:30 休憩
19:30 オムツ交換
21:00 排せつ回数を入力、衣類洗濯など
22:30 休憩（仮眠）

1:00 再検者、要観察者の確認
2:00 巡回、オムツ交換など
6:00 起床介助や食前口腔ケアなど
7:00 朝食の介助、口腔ケアなど
8:30 早番への申し送り
9:30 退勤

Private Shot
バスケットリフレッシュ



介護老人保健施設花の里かるまい

九戸郡軽米町軽米第6地割89-1 TEL 0195-46-4646

介護福祉士とは

介護福祉士は、日本の介護の中核を担う国家資格者です。介護は今、社会にとっても必要とされている仕事で、無資格・未経験でも始められる求人もあります。だからこそ、介護の質を高めるために、養成校で確かな知識と技術を学んだ介護福祉士への期待が高まっています。高齢化でニーズは増え続け、活躍の場は施設・在宅・地域・医療連携など幅広いです。

厚生省が推進する山脈型キャリアとは、出世の一本道ではなく、いくつもの「山」を順番に登って成長する考え方。基礎の山↓専門の山↓マネジメントの山…と経験を積み、できることの深さ・幅・長く続ける力を育てます。



職場内外の介護力向上に役立てたい

認知症ケア・看取りケア等特定のスキルを極めたい

育成・指導

経営のマネジメント

サービスのマネジメント

介護実践の深化(専門職としての深化)

介護福祉士(専門職)

介護実施(知識と技術の獲得を目指す)

厚生省の「山脈型」キャリアモデル



養成校を出るメリット

(山脈型キャリアの視点)

養成校への進学は、山脈型キャリアの「基礎の山」を最短でしっかり登る方法です。授業で知識・技術、記録・倫理・リスク管理を学び、実習で実践力を磨くことで、認知症ケアや看取りなどの「専門の山」、チームをまとめる「マネジメントの山」、地域連携・教育・テクノロジー活用など次の山々へ進みやすくなります。各山での成果を見える化し、次へ生かすことで、専門性の深さ・できることの幅・長く続けられる力を同時に高められます。学ぶ↓やってみる↓成果を見える化する好循環を早く回し始められるのが、養成校卒の大きな強みです。

介護福祉士になるには

介護福祉士になる道は複数あります。

厚生労働大臣指定の養成施設(専修学校・各種学校・短期大学・大学など)を卒業し、国家試験に合格して登録する。

3年以上の介護実務経験、または高校の福祉科・福祉コースを卒業後に、国家試験に合格して取得する。

また、「社会福祉士及び介護福祉士法」の改正により、養成施設を令和8年度末までに卒業する人は、卒業後5年間は国家試験に合格していなくても介護福祉士として働けます。この間に国家試験に合格するか、卒業後5年間連続して介護などの業務に従事すれば、その後も登録を継続できます。



ケアニンShort Films season3
～折り鶴の思い出～
はこちら▶



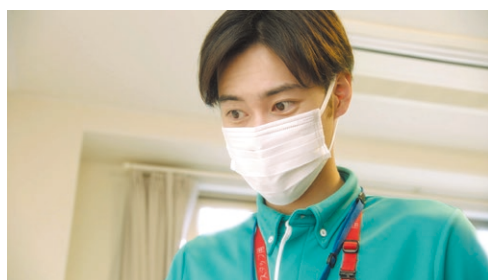
スピンオフショートムービー
「ケアニンShort Films」
特設サイトはこちら

介護職を目指す人におすすめの映画！

ケアニン

盛岡市出身の俳優戸塚純貴さんが主演を務める、介護の魅力向上・イメージアップを目的とし、新人の介護職員が奮闘する姿を描いた映画「ケアニン」。2017年の劇場公開後、各地の劇場で公開され、上映会は国内外で1800回を超えて開催され続けています。厚生労働省推薦と文部科学省特別選定作品にも選ばれ、いまなお介護の現場から支持されている映画です。

を盛り込んでいるほか、実話を基にした特養が舞台の心温まるショートムービー。現在全4本が公開されています。戸塚さんが出演・ナレーションを務め、新たに中山エミリさん、池田朱那さんらが出演しています。スタッフも映画と同様、監督は鈴木浩介さん、企画・脚本・プロデュースは山国秀幸さんが務めています。



ケアニンShort Filmsより

「ケアニン」とは
介護、看護、医療、リハビリなど、人の「ケア」に関わり、自らの仕事に誇りと愛情、情熱を持って働いているすべての人。

介護は身体のケアだけでなく、心に寄り添い、ともに成長する素晴らしい仕事。
そんな介護職を目指して確かな知識と技術を身につけようと奮闘する学生にインタビューしました。

北日本医療福祉専門学校

盛岡市盛岡駅西通2-5-15
TEL 019-621-2106 (平日9:00~17:00)

オープンキャンパス



Instagram



「社会に寄り添う」をモットーに、心豊かで社会福祉に貢献できる人材を育成します。



Interview



栃沢 綾香さん

Tochizawa Ayaka

介護福祉科2年
花巻南高卒 紫波町出身

Mascot



まよこ

Q 介護職を目指したきっかけは？

中学生の頃、障がいの有無で人が分けられる現実に疑問を抱きました。障がいのある方に寄り添い、身近で支える仕事を目指すようになり、専門学校でケアの専門性を磨き、卒業後は、障がい者施設で働きたいと考えています。

Q どんな介護福祉士になりたい？

常に明るく笑顔で接し、利用者に寄り添いながら、学びを継続して専門性を高めていきたいです。例えば身体拘束が必要な場面などでも、根拠を自分の中で明確に持ち、責任感を持ってケアできる介護福祉士を目指します。

＼ 栃沢さんが学んでいるのは /

介護福祉科

介護を必要とする人の尊厳を大切に、自立した日常生活を営むことができるよう、介護現場に必要な「寄り添う心」と最新の知識技術を身に付けた「介護福祉士」を目指す2年制の学科

【その他の学科】

こどもマイスター養成科

「保育士」「幼稚園教諭」の国家資格取得を目指す2年制の学科

薬業科

「医薬品登録販売者」「医療事務」「調剤事務」の資格取得を目指す2年制の学科

専修大学北上福祉教育専門学校

北上市鍛冶町1-3-1
TEL 0197-61-2131 (平日9:00~17:00)

「報恩奉仕」の理念のもと、専門的な知識・技術を習得し、丁寧にかかわっていける人材を育成します。



オープンキャンパス



Instagram



＼ 影山さんが学んでいるのは /

福祉介護科

介護福祉士の資格を取得するための専門知識や技術を身に付け、高齢社会を中核として支える実践力を養う2年制の学科

【その他の学科】

保育科

「保育士」「幼稚園教諭」の国家資格取得を目指す2年制の学科

Q 介護職を目指したきっかけは？

小学生の頃、祖母が訪問介護の仕事で利用者さんと交流する姿を見て、人を笑顔にする仕事に憧れました。北上市の職業体験でも介護に触れ、もっと知り学びたいと強く感じ、介護の道を志す決意を固めました。

Q どんな介護福祉士になりたい？

利用者さんの日常を豊かにし、毎日が楽しいと思っただけの場を提供したいです。利用者さんの人生に関わらせていただく喜びを忘れず、一人一人に合ったケアを丁寧に行える介護福祉士を目指します。

Interview



影山 琴美さん

Kageyama Kotomi

福祉介護科2年
杜陵高奥州校卒 北上市出身



Mascot

けいてい

MCL盛岡医療福祉スポーツ専門学校

盛岡市大沢川原3-5-18
TEL 0120-514-124

オープンキャンパス



Instagram



授業に加え、各業界の企業様との実践授業・地域貢献活動での経験を通し、
「主体性」「課題解決力」「実践力」を備えた「気づき、挑戦し続ける人材」を育成します。

Interview



田村 悠太さん

Tamura Yuta

介護福祉学科1年
沼宮内高卒 岩手町出身

Q 介護職を目指したきっかけは？

高校生の時に福祉ボランティアとして地域の交流会に参加したことがきっかけです。高齢者の方々の戦時中などの苦労話を聞いて、この方々のおかげで今があると感謝の気持ちが湧き、介護職で助けになりたいと思いました。

Q どんな介護福祉士になりたい？

利用者さん一人一人に満足していただけるような介護福祉士になりたいです。特別養護老人ホームや介護老人保健施設など、どの施設に進むか検討中ですが、実習を通して自分に合う職場を見つけたいと思っています。

＼ 田村さんが学んでいるのは /

介護福祉学科

高齢者や障がい者の方の身体的ケアはもちろん、「自分らしく生きる」を支える介護福祉士を目指す2年制の学科

【その他の学科】

こども未来学科

ソーシャルワーク学科

医療事務学科

医薬品アドバイザー学科

スポーツ健康学科



プレゼント付！

解答は
ここから！

介護クロスワードにチャレンジ！

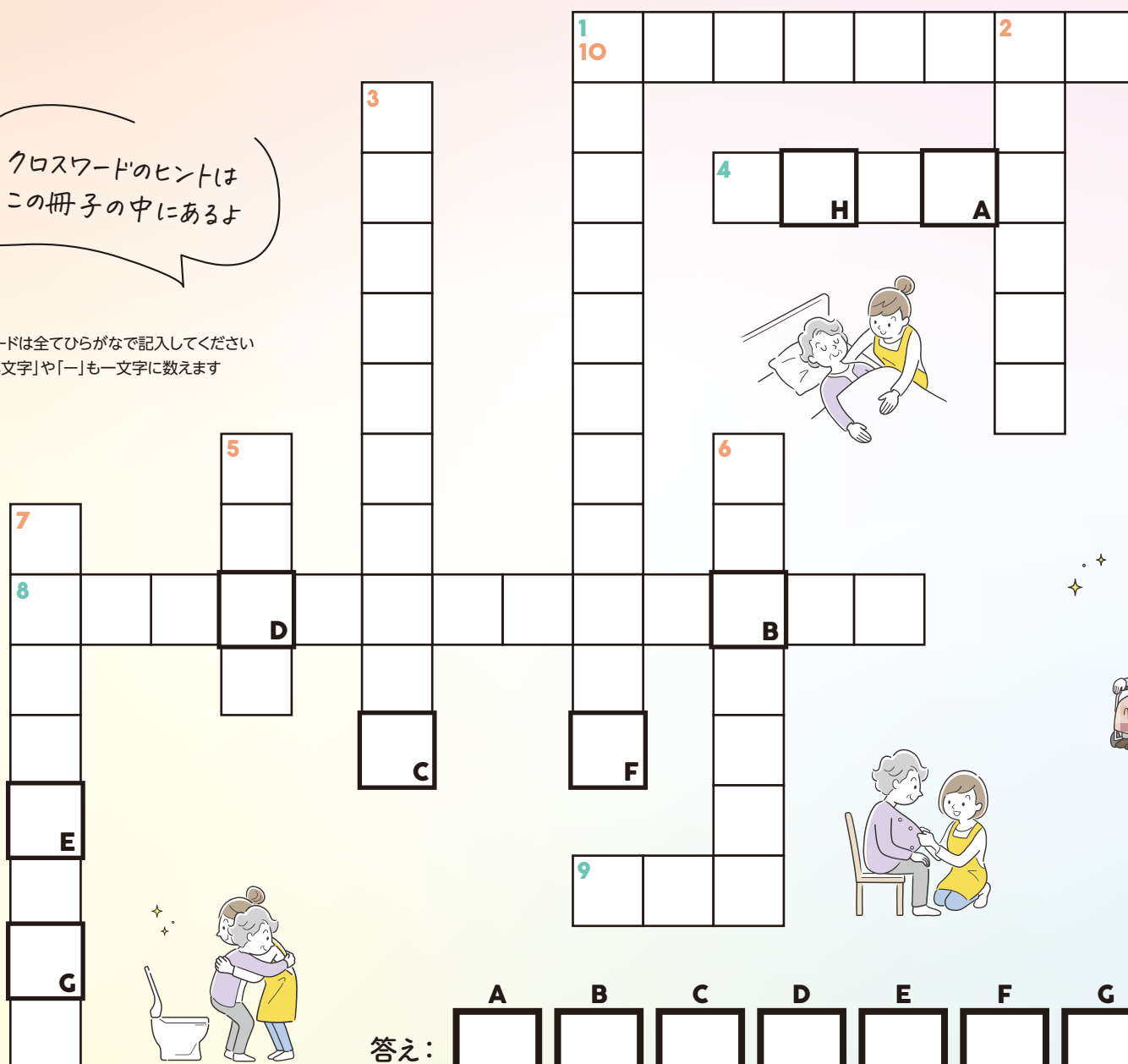


クロスワードの答えを、この冊子を読んだ感想を添えて右記の二次元コードからご解答ください。

抽選で10名に「クオカード3,000円分＋岩手県介護福祉士養成施設協会加盟校のノベルティ」をプレゼント。

【応募締め切り：2026年2月15日（日）】

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。 ※ご入力いただきました個人情報は、発送の目的にのみ利用させていただきます。

クロスワードのヒントは
この冊子の中にあるよ※ワードは全てひらがなで記入してください
※「小文字」や「ー」も一文字に数えます

答え：

A	B	C	D	E	F	G	H

横のヒント

- 介護に向いているのは「○○○○○○○○○が好きな人」
- 「○○○○○」が進む日本において、今後さらに介護福祉サービスの需要が増していく
- 中屋敷裕太さんが目指すのは、「○○○○○○○○○○○○○○○○」を察することができる人
- 齋藤有優美さんが働き始めの頃、最も大変だったのは「○○○」

- 介護福祉士は、日本の介護の中核を担う「○○○○○○○者」です
- 齋藤有優美さんの思う介護の仕事の魅力は「○○○○○○○○○○○○」
- 盛岡市出身の俳優戸塚純貴さんが主演を務める、新人の介護職員が奮闘する姿を描いた映画「○○○○」
- 中屋敷裕太さんは「生まれ育った県北エリアで○○○○○○○○がしたい」と情熱を持って働いている
- 山崎智子さんが高校時代に気づいたことは相手の「○○○○○○○○○○」大切さ
- 山崎智子さんの思う介護の仕事の魅力は「○○○○○○○○○○○○○○○○」

縦のヒント

発行元／岩手県介護福祉士養成施設協会 岩手県北上市鍛冶町1丁目3番地1(専修大学北上福祉教育専門学校内) TEL 0197-61-2131

協会加盟校／北日本医療福祉専門学校・MCL盛岡医療福祉スポーツ専門学校・専修大学北上福祉教育専門学校

※この冊子は「令和7年度岩手県介護従事者確保事業費補助金」を活用して制作しました。 ※写真撮影時のみマスクを外しております。