

令和元年11月より  
介護老人保健施設 みどりの里で  
働いています



板東 信江 さん (68歳)

入所者様が  
声をかけやすい  
存在で有り続けたい。

令和3年度

### 板東さんの1日の流れ

出勤



8:30

#### 清掃と水分補給

3階食堂の床掃除とエレベーター内、階段の掃除を行い、ポータブルトイレと車イスの洗浄も行います。その後、2階の床を掃除して、利用者様の水分の補給を行います。



10:00

#### 水分補給(3F)昼食準備

3階に戻り、利用者様の水分を補給し、カート(食事補助の方用)を1階へ降ろします。昼食用のお茶やコップが乗ったカートを3階へ上げます。



11:00

#### 物品確認と配膳

物品の確認や補充を行います。早出し昼食を1階から上げて配膳します。その他の方の配膳車を1階から上げて配膳します。配膳後、配膳車を1階へ降ろします。



12:00 ~ 12:30

#### 下膳と食堂内清掃

下膳後のカートを1階へ降ろし、食堂のテーブル拭きと床掃除を行います。

退勤

#### 1. 介護助手になったきっかけは？

徳島新聞の介護助手募集の記事を見て応募しました。前職を65歳で退職し、のんびりしていました。1か月ほどで社会から取り残されたような感じがして不安になり、ハローワークの紹介で介護講習を受講し、もう一度働きたいと思いました。



#### 2. 介護施設で板東さんはどのような仕事をしていますか？

介護助手は、身体介護はしてはいけなくて、身の回りのお世話をしています。入所者様の生活の流れに合わせて食事の事前準備や掃除を行っています。

#### 3. 板東さんは介護施設でどのような働き方をしていますか？

月・火・水・金曜日の週4日、8時30分から12時30分までの4時間勤務をしています。

#### 4. 働き始めて、板東さんの生活や気持ちに変化はありましたか？

前職は変動勤務だったので、不規則な生活になりがちでした。今は、時間も曜日も休日も一定なので、生活のリズムが安定していて、精神的にも体力的にも負担なく働いています。

#### 5. このお仕事のやりがいは？

前職の介護職としての仕事の経験が生かされていると思います。入所者様から「雨降ってる？」と何気ないことで話しかけられたり、微笑んでもらえたり、人との関わりにやりがいを感じています。このうれしい気持ちが入所者様にも伝わるような仕事ができるように、これからも頑張りたいです。



#### 6. 板東さんのご家族は、板東さんが介護助手として働いていることをどうおっしゃっていますか？

家族は、「えっ、まだ働くの！のんびりすればいいのに。」と言っていました。就職後は、「楽しく働けるって、めっちゃ幸せなことだし、うらやましいわ。それに安心したよ。」と言ってくれています。

#### 7. 今後の目標は？

健康な身体で勤務し続けることです。そのためにも、体調管理に十分気を付けていきたいです。そして、来年度も更新してもらえるように、これからも真面目に働いていきます。また、介護助手の仲間もできたので、お互いにフォローし合って励まし合って、仲良くしていければと思っています。入所者様に対しては、いつでも私に声をかけやすい存在であり続けたいです。ユニフォームが介護職の皆さんと同じなので、入所者様から要望があっても対応できないことがあります。その時の対応で入所者様が不愉快な思いにならないように気を付けて働いていきたいです。



#### 8. 介護施設で働き始めて、介護や介護施設のことをどのように感じるようになりましたか？

施設内の食堂や廊下は四季を感じる飾りつけがあり、華やかです。コロナ禍で行事が制限されることが多い中ですが、入所者様に楽しんでもらおうと工夫をしている職員さんの様子を見るとホットな気持ちになります。

#### こんなことをがんばっています

発語が難しい入所者様に対して、目線を合わせて声をかけ、コミュニケーションをとるよう努めています。



介護主任  
松原 雅子 さん

板東さんは、医療の現場での経験があるので細やかな気づきができ、危険予防に助かっています。そういう気づきは私たち介護職にとって、とても頼もしく感じる場所です。これからも、ずっと仲間として働いてもらいたいと思います。

#### 介護助手って？

- 県が創設したシニア向けの働き方
- お仕事内容は主に部屋の掃除やシーツ交換など比較的体への負担が少ない業務

#### 参加のメリット

- 「健康維持」、「介護予防」につながる
- 「自分に合った時間」で働ける
- 「地域社会」に貢献できる

#### モデル事業の参加者募集！

- 参加対象：概ね60歳以上(50歳代も参加可能)
- 参加期間：3ヶ月間(参加期間後、相談の上、継続雇用もあり)
- 勤務の目安：週16時間程度(一例：1日4時間×週4日)

#### 無資格未経験でも参加できます！

でも参加できます！

#### 時給制

(期間終了後継続雇用となった場合、各施設の賃金体系に基づき支給)

#### 問い合わせ先

社会福祉法人 徳島県社会福祉協議会 徳島県福祉人材センター  
〒770-0943 徳島県徳島市中昭和町1-2 徳島県立総合福祉センター3F

TEL. 088-625-2040

お仕事風景動画をご覧ください。



詳しくはコチラ

