

POPEYE®

Magazine for City Boys



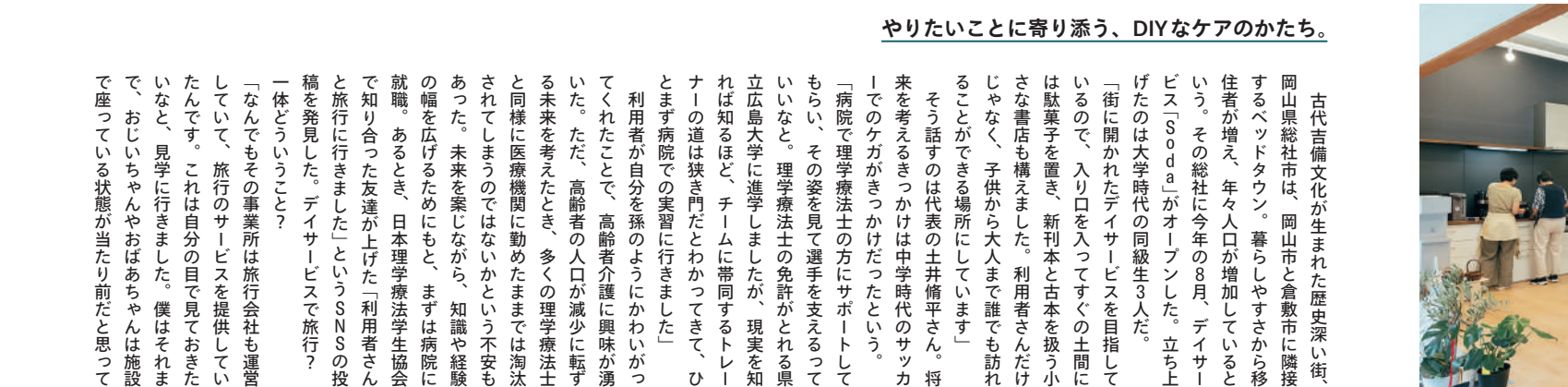
介護の仕事って こういうことだったんだ。

やりがい・生きがいを感じて働くために、高齢者に寄り添い支える日々を選ぶ。
身体的・精神的な機能が低下し、自立した生活を送ることが難しくなった方々が
求める支援を提供する、その現場の若者はどんなことを考えているんだろう。
身近なカルチャーにまつわるコラムや選書した本と一緒に、新しい介護の形に触れてみない？

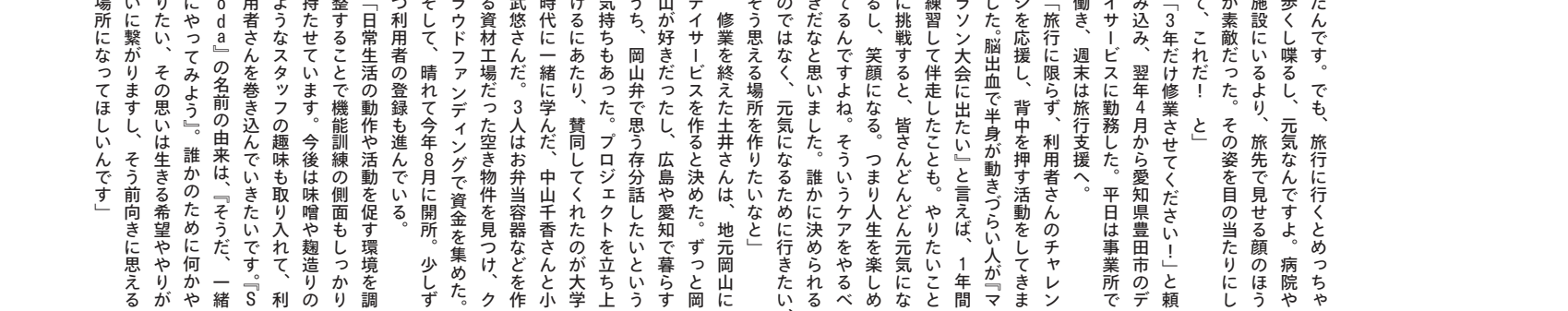
photo: Naoto Date illustration: LAZY PIZZA DELIVERY, Yoshifumi Takeda (COLUMN #04) text: Neo Iida art direction: Taro Kambe design: Noa Miyatani, Kang Nari



1. メンバーの中山千香さん（左）とは頻繁に情報共有。2. 立ち上げ時の小武悠さん。現在は京都のデザイン会社に勤務しつつ遠隔でバックアップ中。3. 施工前。作業台は岡山県立大学建築学科の学生と制作。静業室の壁は近所の塾の生徒に塗ってもらった。



「長く主婦に専念してきた利用者さんはお料理が得意な方が多い。僕たちが作った昼食の献立を見てもらったり、メニューのアイデアをいただいたりしながら、一緒に考えています」と土井さん。実際に調理してもらうことも多く、安全面に気をつけながらスタッフも一緒にキッチンに立つ。



「予定では今日のおかずは「鮭の西京焼き」だったけれど、急遽メニューを変更してホイル焼きに。こういった臨機応変さも少人数で切り盛りする「Soda」ならではの。ひじきを煮ながら錦糸卵を作り、きゅうりを千切りにして、鮭をホイルで蒸す。素麺を茹でる間に休憩したらできばきと配膳。あっという間にお昼ごはんが出来上がった。一緒にテーブルで、並んでいただきます！」



学生時代から自転車好き。(FUJI)のフレームで組んだ愛車で通勤している。道中には備中国総社宮の参道があり、明治43年に造られた警察署を活用した登録有形文化財の「総社市まちかど郷土館」など歴史ある町並みが、古民家の保存に尽力する「つながるカフェ 縁」の金丸由記さんにもご挨拶。[Soda]の活動を応援してくれているのだそう。



同級生と岡山で立ち上げた街に開かれたデイサービスで、利用者の挑戦を後押しする。WORK #01



「今日はお裁縫をしようね？」「一日、よろしくお願いします！」



「さすがお上手ですね〜！」



中央の大きなテーブルは利用者とスタッフの共有の場所。ここで作業をしたり食事をしたりしながら、共に時間を過ごす。「利用者さんにはそれぞれ得意なことがあるので、お願いして作業してもらっています」と土井さん。この日は入り口にちょうどいい色の暖簾を付けるため、買ったネイビーの生地を縫い合わせたり縁をかがったり。経験豊富な利用者から学ぶことも多い。



NAME 有吉 凜
AGE 25 JOB 訪問介護員、採用担当

ガジェット
使いこなしますね〜。

あ〜、あったまった！
アレクサ、音楽かけて！

利用者の自宅を訪ね、
食事や入浴等をサポートする、
生活に身近な訪問介護。

WORK
#03

訪問介護のサービスの種類は、洗濯や掃除などの生活を支援する「生活援助」、有吉さんが担当した入浴、食事、排泄など身体に直接触れる介助を行う「身体介護」、通院などの移動をサポートする「乗車・降車等の介助」の大きく分けて3つ。利用者が望む生活を送るために必要な介護サービスを、ケアマネジャーの支援を受けながら選択し、各事業所と契約。契約後は事業所と直接やりとり。



起きてくださいーい。
お風呂の時間ですよ！

さっきまで寝ちゃってたよ。
まだ寝てるかも。

はい、乗りますよ。



お肌
綺麗ですよ

本日訪れたのは、定年間に事故に遭い、首から下の身体機能が麻痺してしまった利用者のお宅。ベッドから離れて温まる、お風呂の時間が楽しみなんだそう。有吉さんは到着すると、濡れてもOKな介護服にお着替え。訪問先ごとに身体の状態も部屋の構造も異なり、こちらの寝室では電動リフトを利用し、車椅子で浴室へ移動する。頭を洗い、背中を流して浴室のリフトで浴槽へ。温まっている間にベッドメイクを行い、戻って足をマッサージ。「血流が悪くなくてもご自身では不快感を感じられないので、こうしてほぐすようにしています」。入浴後は着替えて再びベッドへ、奥様とお話をし、概ね1時間ほどで介助終了。



お湯加減
いかがですか？



今日も元気に
いってらっしゃい！



1. 事務所から自転車で移動できる30分の範囲が対象となっている。2. 採用担当として履歴書をチェックしたりと事務仕事も色々。デスクにはスタッフの口を揃えて「そっくり！」という手製の代表の吉田真一さんの人形が置かれている。

profile ありよし・りん | 1999年、埼玉県生まれ。日本社会事業大学社会福祉学部福祉援助学科を卒業後、いくににてい就職。訪問介護に従事する他、1年目の冬より採用担当も兼務。



workplace いくににてい
「世界いち気持ちいい介護」を掲げ、訪問介護サービスを提供する事業所を運営。2014年設立。対象エリアは事業所から自転車で30分以内の新宿区および豊島区の一部。代表の吉田真一さんは四肢麻痺がある介護の当事者。質の高いケアを目指す。○東京都新宿区高田馬場1-29-7 スカイバレスビル504 ☎03-6265-9048 dignity.co.jp



はい、食事の
時間ですよー。

綺麗に疊んで
くださいましたね。

うん。もう
全部終わったわよ。



1. 調理室から運ばれてくる食事を配膳。利用者ごとに味付けや食べやすさも異なる。2. 台所横のテーブルでくつろぐ、自宅のような空間。3. 洗濯物を畳むのを任せずすることも。

福利厚生も充実。副業OKのため、関さんは週の勤務時間を32時間に調整し、ランニングクラブ「RUNDAYS」でコーチをしている。さらにリフレッシュ休暇の取得率は96.5%（1）。「休むのが当たり前なので気軽に休めます」



皇居や駒沢公園で
走ってます！

そうねえ。
いつものところかな。

どこまで歩きますか？



散歩に付き添う関さん。「杜の家やしお」では、ユニット内だけでなく屋外も自由に移動できる。「鍵をかけていないので、自由に歩いてもらえます」。利用者によっては日々のルーティンがある人もいるので、それぞれの行動を尊重し、心地よい形で過ごしてもらう。

ショートステイを利用する
高齢者一人ひとりのニーズに、
沿ったケアを提供する。

WORK
#02

人生にお邪魔しながら、何が必要かを考え続ける。

電動自転車に乗って颯爽と高田馬場を走る、有吉凜さん。行き先は近隣に暮らす介護を必要とする方々の自宅だ。有吉さんが勤める「いくににてい」では、訪問介護等、家に暮らす方の支援を行っている。「お客さまのご自宅に伺うと、その方の人生にお邪魔しているような気持ちになります。掃除の仕方も洗濯物の畳み方も、一人ひとり方が違うんだと改めて実感する。好みに合わせられるとやりがいを感じます」

父親が働く社会福祉法人に手伝いに行っていたこともあるし、学校に特別支援学級もあった。だから助けを必要としている人がいて、サポートする仕事があるという認識は幼い頃から持っていた。大学は社会福祉学部を選んだが、その時は将来を見据えてはなかったという。意識したのは、就職活動を始めた頃だ。「一般企業も検討したんですが、ちょうどコロナが流行した年で、募集をストップしている企業が多くて。でも、福祉業界からはずっと求人が出ていたんです。せっかく勉強したんだし、1回くらい仕事してもいいかなと思って応募しました」

募集はあれど、感染対策で見学はできず、やむなくオンラインで情報を探した。「そのうち、医療機関や特別養護老人ホームでもいいけれど、施設側の都合で動かざるを得ないこともあるのかな、訪問のほうがフィットするかも、と思うように。そこで「いくににてい」を知り、飛び込み

ました。資格はなかったし、訪問の現場を見たのも入職してから。未経験の新人を受け入れてくれてありがたかったです」訪問介護とひと口に言っても、ケアの内容は多岐にわたる。シフトは1週間単位で決められ、誰がどこへ行き、どんな介助をするかが割り当てられている。「食事、洗濯、入浴など、お客さまの「これをしてほしい」というご希望に応じたケアをするのが私たちの仕事です。今日のお客さまはお風呂が大好きで、うちでは週5日ほど入浴介助を担当しています。家のお風呂に入りたいという思いを叶えられるのが訪問のいいところです」

有吉さんの入浴介助は、なんともテキパキ、手際がいい。しかし大人をお風呂に入れるって、相当難しいことなのでは？「私も未経験で、遠い昔に妹を入れたことがあったらいい（笑）。でも研修を経て、徐々にコツを覚えました。面白いのが、皆さん好みの力加減が違うこと。ゴシゴシお願いねとか、泡でふんわりとか。洗い方ひとつに生活が見えるんです」訪問介護で大事なものは考えることだと有吉さんは言う。

「置かれている状況は徐々に変わりますし、痛みや辛さは深いところまではわかり合えない。だからこそ、今何がいわば大切なのか考え続けたいといけない仕事です。大変だけど、ケアが繋がると達成感がある。お客さまにもきつとプラスになると思うんです」

介護と陸上。ダブルワークがやりがいに繋がる。

「もう少し自立している人が多いと思っていた。胃ろう（胃に穴を開けチューブで栄養を補給する医療措置）の方もいるし、思ったより介助が大変だな」と特別養護老人ホーム「杜の家やしお」で働いて3年目の関隼汰朗さんは、新人の頃の気持ちを正直に話してくれた。中学時代から陸上少年で、進学もスポーツ優先。大学でも走り続けたが、籍を置いた社会福祉学部で学ぶうち福祉に興味を持つようになった。さらに実習でホームレス状態にある人たちの支援を体験し、いつかこんな仕事ができたらと思うように。そんなとき、ゼミの先生が社会福祉法人福祉楽団のことを教えてくれた。

「恋する豚研究所」という障害福祉サービスを行う就労継続支援A型の事業所をはじめ、いろんな事業を行っていて面白そうだな。いつかホームレスについても扱うかもしれないし、それにどんな福祉の分野にも高齢者はいらる。介護は福祉の基盤だから、ぜひ学びたいな」とこうして福祉楽団に入職。配属された特別養護老人ホーム「杜の家やしお」には、利用者10人ほどの小さなコミュニティ「ユニティ」が存在する。食事を共にし、テレビを見た洗濯物を畳んだりしながら、暮らすように日々を送るのだ。関さんは、一時的に滞在するショートステイのユニットを担当することに。

「個室は10床で、日によって利用者さんを入れ替わります。契約をされている方

勤務中はケア記録ソフト「ケアコロ」に日々の情報を記録している。ケアマネジャーが作成した計画書や、バイタルなどの体調も一元管理でき便利だ。「ご家族も閲覧することができ、状況を見て安心してもらえます」

profile せき・しゅんたろう | 2000年、埼玉県生まれ。立正大学社会福祉学部卒業後、福祉楽団に入職。埼玉県八潮市にある「杜の家やしお」に配属。副業としてランニングのコーチも。



workplace 杜の家やしお
2008年に開設した、社会福祉法人福祉楽団が手掛ける特別養護老人ホーム。定員は100人で全室個室。10人を1ユニットとして暮らしを営む「ユニット型ケア」を実践する。長期入所だけでなく、ショートステイや訪問介護、居宅介護支援も。保育施設も併設する。○埼玉県八潮市鶴ヶ曽根567-1 ☎048-999-7667 www.gakudan.org

は約50人で利用頻度もまちまち。最初は名前と特徴を覚えるのが大変でした」慣れないことばかりで最初はくじけそうになったけれど、新入職員研修を受けるうち徐々に仕事に慣れていったという「認知機能が身体能力が落ちていった方が多いですが、チャットフォンデュ作りを企画したら、皆さん上手に作るし、おいしそうに食べてくれました。できないと決めつけずに促してみると結構参加してくれるんですよ。それも発見でした」どう対応したらいいかわからないときは、迷わずチームに相談する。職場の風通しの良さも大きいと関さんは言う。

「スタッフは、早番、遅番、夜勤とシフト制でユニットに入ります。一人で利用者さんと向き合うのではなく、関わるスタッフ全員で考える。チームで話し合ったケアがうまくいくと嬉しくなります」副業が認められている点も、関さんの人生に色濃く影響を与えている。

「陸上への恩返しというか「教えられる立場から教える立場に」と思っています。今は副業でランニングのコーチをしていますが。スタッフの個人的な挑戦を応援してくれるからすごくありがたいです」介護には大変そうというイメージがあるし、関さんも最初はそう感じていた。でも今はそれを上回るやりがいがある。「その人に合ったケアを考えられたときは、何とも言えない気持ちに。迷っている人はぜひ飛び込んでみてほしいです」



上/エントランスを抜けると、左側に「尾道のおばあちゃんとかわくしホテル」、右側に小規模多機能型居宅介護を行う「ゆずっこホームみなり」。ふたつの棟が隣り合っている。下右/「ゆずっこホームみなり」の扉を開けると、誰かの家にお邪魔したような気持ちに。入ってすぐのゆるっとした空間、カッコいい。下左/奥のホールでは利用者が夏休みで遊びに来ていたスタッフのお子さんと一緒に釣りゲームでワイワイ。

COLUMN #01 介護×旅

介護事業所が隣にある、尾道の優しいホテル。

尾道旅行を計画したとき、気になる名前のホテルを見つけた。その名も「尾道のおばあちゃんとかわくしホテル」。平屋造りの綺麗な宿の、路地を挟んだ隣に介護事業所がある。興味を惹かれ、代表の川原奨二さんに話を聞いてみた。

「僕たちはここ尾道で、認知症ケアに特化した高齢者介護福祉サービスを提供しています。このホテルは当初、小規模多機能型居宅介護事業所「ゆずっこホームみなり」に併設する、体調の優れない方の緩和ケアのための宿泊先として作ったもの。しかし、蓋を開けると若い方からの反響が大きく、一般の利用がとて多いんです」

「ゆずっこホームみなり」は通いや宿泊などの事業所。利用者は介助を受け、レクリエーションなどをして過ごす。ここだけの特別な仕事があるという。

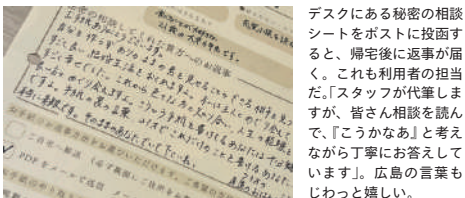
「宿泊客に鍵を渡したり、秘密の相談に返事を書いたり、パジャマのタグを塗ったりと、ホテルに参画してもらっています。ここは三成という尾道のベッドタウン。中心地から離れているぶん、時間もスロースペース。心も体も休めてもらえたら」おじいちゃんやおばあちゃんの気配を感じながら眠るって、小さい頃を思い出して安心する。最高に癒やされそうだ。



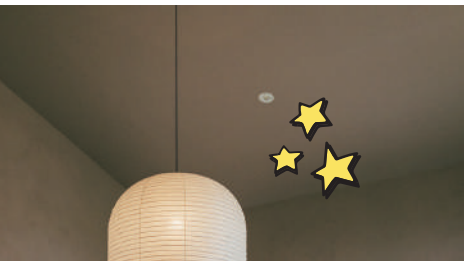
宿泊棟には共有スペース（左）。素泊まりなので、地元の食材を買ってキッチンで調理するのも楽しそう。食器はケアのデザインストア（ねんりん）のもの。客室は3室。洋室の「さくし、わたくし」（上）、クイーンベッドのある「もしも、わたくし」（下）はシャワー、トイレ付き。最盛期の「まるで、わたくし」（右）にはバスとトイレが付いている。



上/清掃などの業務はスタッフが行うが、いくつかの仕事は「ゆずっこホームみなり」の利用者が受け持っている。チェックインをするときは「はいどうぞ」と鍵を手渡してくれるのが嬉しい。下右/コットンパジャマに縫い付けたワッペンも、ひとつひとつ利用者が縫い付けている。下左/「言葉の力で元気になるほしい」と、共有スペースのデスクには「コトバの処方箋」が置いてある。好きな言葉を持って帰ろう。



デスクにある秘密の相談シートをポストに投函すると、帰宅後に返事が届く。これも利用者の担当だ。「スタッフが代筆しますが、皆さん相談を読んで、「こうかなあ」と考えながら丁寧に答えしています」。広島営業もじわっと嬉しい。



上/尾道の三成地区にオープンしたホテル。広島で福祉施設や保育所を運営するゆずが運営しており、敷地内に小規模多機能型居宅介護事業所「ゆずっこホームみなり」を併設。素泊まりで共有キッチンを利用可。宿泊予約はホームページから。○広島県尾道市美ノ郷町三成1114-2 ☎0848-48-3877 watakuishotel.com

毎日がライブ！生演奏で踊るデイサービス。

COLUMN #02 介護×音楽

ドラムに合わせて華麗にアコースティックギターを弾く男性。ピアノや三味線の演奏も、ボーカルも、みんな介護サビスを受ける利用者たち。ここは埼玉県川越市にあるデイサービス「KEION」。川越市にあるデイサービス「KEION」。川越市にあるデイサービス「KEION」。

「要介護5だった人が2に改善されたり、要支援1だった人が自立状態で改善したこともあるんです」

そう笑う代表の上野拓さんは、何と元刑事課の警察官。現役時代、退職した人が第2の人生を楽しく過ごせる場所が作れたら……と考えていたという。

「孤独死の検視では、死因を特定するのに生い立ちも調べます。そのたび、この人は幸せな人生だったのかなと思うように。一方僕は署内で軽音クラブを運営していたんですが、引退したOBたちも楽しんでそこに楽器を演奏している。それを見て、介護には音楽がいんじゃないかと退職金を注ぎ込み、2021年に「KEION」をオープン。生演奏にこだわ



上/毎日行われる演奏会。元ピアノ講師や名取資格を持つ三味線奏者など、経験者はプレイヤーとして参加。スタッフも楽器が弾けるため、ドラムや太鼓など、自然とビッグバンド編成に。加山雄三の「旅人よ」やテレサ・テンの「時の流れに身をまかせ」など昭和歌謡を楽しんだのち、民謡や音頭でダンス！ラストは生演奏のラジオ体操で締め。

「僕は常々、高齢者ほどいい俳優はいないと言っているんです。長く生きていけば、人生のストーリーがたくさんある。その経験が作用するんですよ」

岡山県で劇団「OibokkeShi」を主宰する俳優の菅原直樹さんは、介護福祉士の資格を持ち、介護に対して演劇というアプローチを行っている。ワークショップを開き、集まった高齢者介護者、一般の方々と演劇を作り、公演を行う。演技と介護は非常に相性がいいのだそう。

「皆さん、社会生活で何らかの役を演じていますよね。学生役、父親役、母親役、会社員役。しかし70代、80代、90代と年を取るうち、徐々に役がなくなってしまう。人間は生きている限り、何らかの役を与えられていたい存在です。ですから若くして脳梗塞を患い、失語症になった50代の方に演技をしてもらったら、その役になることで家族も驚くような潜在能力が発揮されたことがあります」

看板俳優は、ワークショップに参加した98歳の岡田忠雄さん。認知症の妻を介護する体験は、演劇の題材にもなった。

「役を見つけたのも大切な仕事です。参加してくれた方々の人生に耳を傾け、一緒に作品を作っています。演者にとっても僕にとっても、創造的な仕事なんです」



上/毎日行われる演奏会。元ピアノ講師や名取資格を持つ三味線奏者など、経験者はプレイヤーとして参加。スタッフも楽器が弾けるため、ドラムや太鼓など、自然とビッグバンド編成に。加山雄三の「旅人よ」やテレサ・テンの「時の流れに身をまかせ」など昭和歌謡を楽しんだのち、民謡や音頭でダンス！ラストは生演奏のラジオ体操で締め。



上/毎日行われる演奏会。元ピアノ講師や名取資格を持つ三味線奏者など、経験者はプレイヤーとして参加。スタッフも楽器が弾けるため、ドラムや太鼓など、自然とビッグバンド編成に。加山雄三の「旅人よ」やテレサ・テンの「時の流れに身をまかせ」など昭和歌謡を楽しんだのち、民謡や音頭でダンス！ラストは生演奏のラジオ体操で締め。



day care service KEION
2021年にスタートしたデイサービス。防音設備のある施設には様々な楽器が置いてあり、音楽演奏やコンサートはサービスの中に取られることで、認知機能や身体機能低下の予防を図る。川越市と川島町に住む要介護1〜5の人と、川越市の要支援1、2の人が利用可。○埼玉県川越市福田59-1 ☎049-298-6923 kawagoe-openup.jp

COLUMN #03 介護×芸術

人生経験が演技に生きる。役割を取り戻す、演劇の力。

「僕は常々、高齢者ほどいい俳優はいないと言っているんです。長く生きていけば、人生のストーリーがたくさんある。その経験が作用するんですよ」

岡山県で劇団「OibokkeShi」を主宰する俳優の菅原直樹さんは、介護福祉士の資格を持ち、介護に対して演劇というアプローチを行っている。ワークショップを開き、集まった高齢者介護者、一般の方々と演劇を作り、公演を行う。演技と介護は非常に相性がいいのだそう。

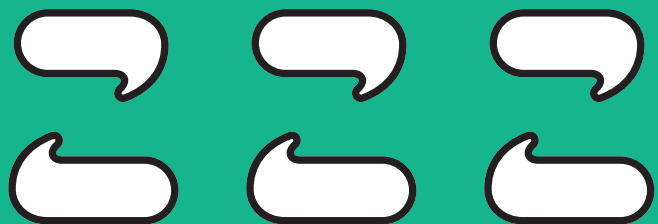
「皆さん、社会生活で何らかの役を演じていますよね。学生役、父親役、母親役、会社員役。しかし70代、80代、90代と年を取るうち、徐々に役がなくなってしまう。人間は生きている限り、何らかの役を与えられていたい存在です。ですから若くして脳梗塞を患い、失語症になった50代の方に演技をしてもらったら、その役になることで家族も驚くような潜在能力が発揮されたことがあります」

看板俳優は、ワークショップに参加した98歳の岡田忠雄さん。認知症の妻を介護する体験は、演劇の題材にもなった。

「役を見つけたのも大切な仕事です。参加してくれた方々の人生に耳を傾け、一緒に作品を作っています。演者にとっても僕にとっても、創造的な仕事なんです」



上/毎日行われる演奏会。元ピアノ講師や名取資格を持つ三味線奏者など、経験者はプレイヤーとして参加。スタッフも楽器が弾けるため、ドラムや太鼓など、自然とビッグバンド編成に。加山雄三の「旅人よ」やテレサ・テンの「時の流れに身をまかせ」など昭和歌謡を楽しんだのち、民謡や音頭でダンス！ラストは生演奏のラジオ体操で締め。



個と個で一緒にできること。

福祉をたずねるクリエイティブマガジン
マガジンハウス

ケアってなんだろっ？

SPECIAL ISSUE

誰もがケアの視点を持つ時代へ

「たしかに看護師や介護福祉士など『専門職業化』されたケアは、本来誰もが簡単に行えるわけではありませぬ。体系化された知識と技術を持ち、行為を裏付ける論理にしたがったアプローチが求められるからです。でもそれは、専門家以外がケアに関わってはいけない、という意味ではありません。むしろ制度的にも専門分化が進んでいる現代においては、さまざまな方がケアの視点をもち、領域を跨ぐような関わり方を増やしていく必要があると思っています」

専門は尊重しつつ、領域を超える視点を持つとはどういうことなのでしょう。そのヒントとして、金井さん

はナイチンゲールに始まったと考えられる、福祉事業の歴史を共有してくれた。

「19世紀半ば、イギリス社会では貧困階層を対象とした慈善事業が発達していました。この時点では、病気があろうが無かるうが、もうごちゃごちゃ。そこでナイチンゲールは、『病人』と『高齢者』『障害者』『子ども』を『看護的ケアが必要の人たち』としてひとくくりにし、『健康な身体をもつ貧困者』と分けてケアを提供しようと考えたんです。なぜなら、提供すべきケアの目的が違うから。これが看護の世界と福祉の世界のスタンダードにつながっていったのではと、私は捉えています。しかし時を経て、20世紀後半には『貧困者へのケア』と『病人へのケア』に加えて、双方に重なる

『高齢者・子ども・障害のある人』へのケアの重要性が高まり、福祉的ケアと看護ケアは双方が連携して、協働するシステムを取るようになっていきました。この時、日本では介護福祉士が誕生※しました」

複雑な生きづらさをどうケアする？

「ただしケアという領域は広く、必要としている人の状況もさまざまです。そもそも人の暮らしって、特定の制度やカテゴリーに分けられない領域も多いじゃないですか。どうしてもはみ出してしまふ部分があるので、専門分化するところはしつつも、もう一度統合して考えていく必要があると思います」

多くの人々へ効率的に最適なケアを提供するために、専門分化は重要だ。しかし実際の困りごとには、さまざまな要因が混ざりあっており、個々の制度だけでは見過ごされてしまうことも多い。

「今多くの人が生きづらさを感じているのは、『この場合はこう』といった単純な縦割りで、一つの制度や環境に『当てはめられている』ことがやはり要因にあると思うんです。それでうまく生活できる人もいるだろうけど、健やかに生活しづらくなっている人も多い。だからこそ、さまざまな状況の人たちが『ケア』という裾野が広い領域に関わって、みんな一緒に助け合っていく必要があると思うんです」



金井一薫さん（ナイチンゲール看護研究所 所長）

東京大学医学部附属看護学校卒業。慶應義塾大学文学部卒業。フローレンス・ナイチンゲールの思想研究に勤しむなかで、1987年にナイチンゲール看護研究所を設立、所長を務める。徳島文理大学大学院看護学研究科教授。東京有明医療大学名誉教授。著書に『KOMI 理論』『ケアの原形論』『新版 ナイチンゲール看護論・入門』など多数。



つつきはウェブで

COLUMN #04 介護×本

介護が自分ごとになる、気づきを得る5冊。

僕自身は経験がないのですが、母親が祖父母を介護する姿を見て、大変そうだなと感じていました。そんな僕が気づきを得たのが、しいねはるかさんの『未知を放つ』。地下BOOKSから出版した本で、しいねさんが実体験を綴りDIYで作成していた冊子が下敷きになっています。この中の『家族 固定観念から自由になる介護』という章を読んで、介護のイメージが変わりました。福島に住むしいねさんのお父さんはウオノメの手術後、せん妄状態から認知症になってしま。そこでしいねさんは東京と福島を行き来する『遠距離介護』を始めます。つきつきりではなく、「出来る範囲で介護をする」という選択肢もあることが目から鱗でした。それまでは良好な親子関係ではなかったけれど、介護を通して徐々に関係性も変化していきま。ユーモアも交えながら描かれるその様子がとても素敵で、

介護を身近なものとして感じられました。真正面から介護を描いた作品ではないですが、真造圭伍さんの漫画『ひらやすみ』にも、介護の種のようなものが見えます。物語は主人公のヒロトくんがおばあさんと仲良くなることから始まり、友達としてご飯を食べ、骨折したらお見舞いに行く。高齢者の方に寄り添う姿に、介護のひとつの在り方を見た気がしました。僕はいま子育て中なのですが、子育てと介護って似ていると思うんです。昔は子供を隣人が見たり、注意したり、地域で育てるという考え方があった。介護も同じように、地域でケアをする考え方があったのかもしれない。今はご近所付き合いが希薄になってしまいましたが、そういう介護の始まり。みたいなものも、もっとあってもいいですよ。

介護の現場から『介護って楽しいよ』と伝えてくれるのが安藤なつさんのコミックエッセイ『介護現場歴20年』です。親戚の



1. フリーターのヒロトと、従兄弟のなつみ。平屋で暮らすふたりの心地よい日常を描く『ひらやすみ』（著：真造圭伍／小学館）。
2. 整体と音楽の仕事をしながら暮らしている著者の、コンプレックスを煮詰めたような生活奮闘記を綴った『未知を放つ』（著：しいねはるか／地下BOOKS）。
3. 今よりほんの少し先の未来、恋人や家族について悩む早乙女雄大は、親子ふたりの2人組と出会い火星移住を検討する。新感覚ゆるSF小説『あきらめる』（著：山崎ナオコ／小学館）。
4. 介護福祉士の資格を持ち、お笑い芸人としても活躍する著者のコミックエッセイ『介護現場歴20年。』（著：安藤なつ／主婦と生活社）。
5. ジャーナリストの著者が戦争中のガザに息子と共に閉じ込められ、脱出するまでの2か月間を記した記録。『ガザ日記』（著：アーティフ・アプー・サイフ／地平社）



selector
小野寺伝助

『地下BOOKS』主宰

おのでら・でんすけ | 1985年、北海道生まれ。会社員の傍ら、パンク・ハードコアバンドで音楽活動を行う。著書に『クソみたいな世界で抗うためのパンク的読書』。出版レーベル「地下BOOKS」を主宰しており、最新刊行作は『小さき者たちへ』。

山崎ナオコさんが書いた『あきらめる』は、SF小説ならではのシニカルな描写が面白い一冊です。火星への移住が促されたとき、お年寄りや子供など、弱者を排除して元氣な世代だけを許可したら、火星の社会がどんなダメになってしまふんです。つまり、介護や育児といった弱者をケアする視点を持つことで、人間は優しさや人間らしさを見失わずにいられるんだとわかる。SFは社会情勢の裏返しでもありますが、現実と照らして読むのも面白いと思います。

誰しも介護に関わる時が訪れます。当事者ではないからと一線を引かずいかに自分ごとにするか。その点、読書は最適です。本は『対一』のメディアなので、他人ごととしてはいれなくなりますから。

COLUMN #05 介護×ファッション

いつまでもおしゃれを楽しみたいくなるデザインってあるんだね。

介護が必要になっても、好きな服を着て、自分らしくありたい人も多いんじゃないだろうか。アパレルメーカーのクロスプラスが立ち上げた介護服ブランド「CROS PLUS」が、(BEAMS JAPAN)の監修を受けて作ったパジャマ「cocolo color」みたいに、ラクだけれどデザインされた服を着れば、家やグループホームにいるときの気分も上がりそう。現場の声を聞いて作られているから脱ぎ着しやすいし、セットアップはもちろん、パンツやアウターだけで着られるのも嬉しいね。

「ファム」のつま先はゆったり、甲のバンドはフルオープンにでき、スリッパ感覚で脱ぎ履きできる。ぼつとりとしたフォルムも愛らしく、年齢や性別を問わず誰の足にもフィット。介護は特別なことじゃない。同じ靴を履けるくらい、普通のことなんだ。



「ムーンスター」の靴

ワイズ（足幅）はゆったりとしたラスト（木型）を使っている。さらに甲に大きく開くバンドを付け、脱ぎ履きを容易に。プロ仕様のアウトソールを使っているため滑りにくい。¥7,700（ムーンスター www.moonstar.co.jp）



「ココロ color」×（BEAMS JAPAN）のパジャマ



身幅も腕周りもゆったり。面ファスナーで着脱も簡単。生地は光沢感があり肌触りの良いベルベット素材。ウエストはゴム仕様で、前後を示すタグ付き。襟には名前を書くタグも。セットアップでの販売。各¥7,590（クロスプラス www.crosplus.jp）

「高齢者の方と関わる仕事」にどんなイメージを抱いていますか？ 大変そう？ いえいえ、実際には、一人ひとりの状況や経験に耳を傾け、心身の変化に寄り添い、「自分らしく生きたい」と願う人を支える、創造的な仕事です。マガジンハウスによる福祉をたずねるクリエイティブマガジン〈こここ〉では、全国各地のさまざまな現場をたずね、高齢の人と関わる仕事の魅力について伺いました。各記事の続きはウェブでご覧ください！

構成：遠藤ジョバンニ+中田一会（こここ編集部）

こういう議論を90歳と するのがおもしろい

「うきはの宝」は75歳から93歳のお年寄り18名が多様ななかわりかたで働く、平均年齢75歳の会社だ。「売るんだと思ったら、いつも通りにちょっと工夫を足そうと思うじゃない。それがとっても楽しいのよね」とはりきるトキエさん（76）。代表の大熊充さんも「ばあちゃんたちは、どうしてもボリュームはたっぷり、値段は安くしたいって言いがちですね。だからそこは若者の腕の見せどころです」と二人三脚の面白さを語る。



つづきはウェブで

インタビュー：うきはの宝株式会社 代表 大熊充さん 取材先：うきはの宝株式会社（福岡県うきは市） 撮影：新田紗也佳（ALBUS）／執筆：小野民／編集：川村庸子

気持ちになるべく、
外の世界に向く
ようにしてるんです

介護事業所と学生シェアハウスの複合拠点「みそのっこ」。そこで暮らすお年寄りの隣には、ときに若者がいたり、地域の人々がいたり、スタッフがいたり「あたりまえの、ごちゃまぜ」が繰り広げられている。「僕はね、介護が人々から遠いのが課題だと思っているんです」と語る、代表の川原奨二さん。ごちゃまぜの空間で一人ひとりの「感情が動く」瞬間の連続が、それぞれの生活にどんなシーンを創り出しているのだろう。

だって、入居者にとって、
ここは「おうち」ですから

人が元気になる要因を「居心地のいい場所」の条件とするなら、千葉県浦安市のサービス付き高齢者向け住宅「銀木屋」は実にたくさんの条件を備えている。地域の子どものふれあい、おいしい食事やおしゃれな空間、他の人とのコミュニケーションやポジティブなムード、自立心が尊重される環境……。そこは入居した人の「これがやりたい」「こうありたい」を全力でサポートする、優しさが宿る「居場所」だった。



つづきはウェブで

インタビュー：株式会社シルバーウッド 銀木屋＜浦安＞＜市川＞ 所長 麓 慎一郎さん、銀木屋＜西新井大師＞ 所長 麓 玲子さん 取材先：銀木屋＜浦安＞（千葉県浦安市／サービス付き高齢者向け住宅） 撮影：木村文平／執筆：吉田千春／編集：大島佳子

これまで過ごしてきた 日常の延長のような生活を

「この辺りに住む高齢者の8～9割は、ずっと農業をやってきた方々です」。岩手山のふもと、八幡平市で介護事業や障害福祉サービスを展開する、里・つむぎ八幡平。施設の近隣には4.7haもの広大な所有農地があり、農業を生業にした人が多い地域だからこそ、施設入所後もずっとそばに感じられるよう「農業と共にある暮らし」を大切にしている。そんな「半農・半介護」の日常から、“その人らしい暮らし”の支え方が見えてきた。



つづきはウェブで



つづきはウェブで

インタビュー：株式会社ゆず 代表 川原奨二さん、作田路帆さん 取材先：みそのっこ（広島県東広島市／看護小規模多機能型居宅介護・認知症対応型グループホーム・学生シェアハウス） 撮影：川島彩水／執筆：山中散歩／編集：あかしゆか



ケアするしごと

自分らしく生活できる ききえる仕事って？

CASE STUDY

でも我々は「自分で持って
くださいね。がんばって歩けるところ
まで歩きましょう」と一緒に歩く

大阪府高槻市の「デイサービスセンター 晴耕雨読舎」では、およそ300坪の敷地に50種類以上の野菜や果物、花々を植えて育てる園芸療法を取り入れている。みんなと一緒にになにかをするのではなく、1日の始めにスタッフと相談して自分で過ごし方を決める。庭には「自分の畑」があって、巡る四季のなかで植物に触れ、次の季節を楽しみにする。そんな「心が動いて体が動く」を支えているのは、どんなまなざしのだろう。



つづきはウェブで

インタビュー：NPO 法人たかつき 代表理事 石神洋一さん 取材先：晴耕雨読舎（大阪府高槻市／デイサービス） 撮影：阪本勇／執筆：佐藤恵美／編集：川村庸子

ケアするしごと

相手の持っている畑を耕して、
相手の生活がうまくいくように
氣にかけていくこと

「ひとりでお茶が淹れられないおばあちゃんがいたら、どうしたら自分で淹れられるようになるんだろう？」と考えるのが介護の仕事。決められた時間に、代わりにお茶を淹れてあげることじゃないんです」そう語るのは、代表の加藤忠相さん。神奈川県藤沢市で介護事業所を運営する株式会社あおいけあ。「命ある限り自分らしく生き、一人の価値のある人間として存在する」という思いのもと、その環境をつくる仕事とは。



つづきはウェブで

インタビュー：株式会社あおいけあ 代表 加藤忠相さん 取材先：おたがいさん、おとなりさん、いどばた（神奈川県藤沢市／小規模多機能型居宅介護）結（神奈川県藤沢市／グループホーム） 撮影：川島彩水／執筆：あかしゆか／編集：垣花つや子

不便であるほど
人とのコミュニケーションが
生まれる



つづきはウェブで

のどかな里山にある子どもの秘密基地のような建物。「52間の縁側」は千葉県八千代市のデイサービスでありながら、カフェスペースなどを備え、地域の人々の「サードプレイス」となることも目指している。2023年にグッドデザイン大賞を受賞したこの建物には、誰かとの関わりしるを生むデザインが施されている。その人らしい居場所を実現するためのヒントが、ひと続きの長い縁側のそこに散りばめられていた。



インタビュー：社会福祉法人福祉楽団 代表 飯田大輔さん、奥住比沙子さん 取材先：杜の家なりた（千葉県成田市／特別養護老人ホーム等） 撮影：田野英知／執筆：棕本湧也／編集：あかしゆか

CASE STUDY

ケアするしごと

現場スタッフの声から読み解く 介護の仕事リアル調査

介護に携わる人たちにアンケートを実施し、仕事に対する本音を聞いてみました。
より知識を深めるために、介護業界に詳しい秋本可愛さんの解説付きでお届け。
アンケート協力・オンラインコミュニティ SPACE (KAIGO LEADERS)、善光会、スクーター

お話を伺った方
秋本可愛さん



あきもと・かあい 株式会社Blanket代表取締役。介護の力でより良い社会を目指すために、介護に志を持つ若者コミュニティ「KAIGO LEADERS」を立ち上げ、組織や地域を超えて介護の現場が繋がる場作りを行う。

Q1 介護の仕事を選んだ理由は？

ヘレン・ケラーの自伝を読んだ、人の役に立てるような人になりたいと思ったから。それと、小さい時に一緒に生活していたおばあちゃんとおじいちゃんに、恩返しをしたかったから。(ゆず／ケアリーダー)

曾祖父が入所していた施設で働いていた介護職員の方が、いつも笑顔で利用者さんと接しているその姿に憧れたから。今は介護系大学に通いながら、施設でアルバイトして経験を積んでいる。(M／アルバイト)

一般企業で事務職に就いている時に介護保険制度が始まり、介護福祉士という国家資格ができたから。もともと困っている人をスルーズできず、人を喜ばせることに幸せを感じていたので転職。(H・Y／訪問介護員)

「今やコンビニより介護サービス事業所の数が多く、介護人材のニーズが高いため無資格・未経験の方や、異業種から介護の世界へ飛び込む方もいます。介護福祉士は、養成施設ルートと3年以上の実務経験+研修の実務経験ルートなどがあり、どこでも通用するので、手に職をつけて働けます。」(秋本さん)

Q2 職場を選ぶ時に重視した点は？

事業所の理念に賛同できるかどうかを軸に、通勤・給与・処遇などのバランスを考慮したのはもちろんですが、面接時に上司や同僚となる人とのコミュニケーションの温度感も重視しました。(N・T／通所介護職員)

介護は肉体労働なので、その負担を少しでも減らせる最先端の技術を搭載した施設を選びました。比較的重度の利用者さんを受け入れているので、介護のスキルをアップできると思ったから。(M／施設介護職員)

子育てしながら働きやすい点を重視し、そして1対1のサービスで利用者さんの生活を支援することに魅力を感じ、たくさんお話ししながらその方の生活に密着できる訪問介護を選んだ。(A・A／訪問介護員)

「介護は、特別養護老人ホームなどの施設で、24時間体制でケアする入所系、デイサービスなどの通所系、自宅を訪問して必要なケアを行う訪問系、通いも宿泊も訪問もできる複合型など、様々あります。また施設や事業所によって理念や特徴も多様なため、自分に合った働き方が選べます」

Q3 介護の魅力ややりがいは？

派遣から正社員にキャリアアップが叶った。私たちがサポートすることで、利用者さんができなかったことができるようになったり、感謝の言葉をいただけることにやりがいを感じる。(A・O／ユニットリーダー)

利用者さんと世代を超えた知見のやりとりができること。それが自分の家族を大切に思ったり、関わり方について考えるきっかけにもなり、自身の生活への有意義な反映ができる点も魅力です。(Y・F／訪問介護員)

日本中どこでも需要があること。人生の先輩と関わりたり、仕事の知識で友人や家族などの身の回りの人を助けることもできます。シフト制なのでライブや旅行の予定を入れやすいのも魅力。(S・M／施設介護員)

「介護する側の行動ひとつで、利用者さんの笑顔やポジティブな変化を生み出せるため、クリエイティビティを発揮しやすい点が魅力のひとつ。資格がなくても働けますが、研修を受けたり資格を取得して知識を身につけていくと、ケアの幅が広がり、圧倒的にやりがいを感じやすくなります」

Q4 介護の大変なところは？

やはり体力勝負なところで、特に身長差や体格差がある利用者さんの介助は大変です。シフト制なので働き方は選べますが、夜勤勤務の現場もあり、不規則な生活になりやすいです。(A・H／介護福祉士)

利用者さんから体が思うように動かない辛さを訴えられた時。自分の心も痛くなるけれど、仕事として傾聴や言葉かけの工夫に努めなければならぬ、と素早く切り替えることが大変です。(M・F／訪問介護員)

職員同士、対利用者さん両方の関係を上手く保っていくのは難しい。人それぞれ価値観が違い、良い介護、に対する正解が1つではないので、意見のすれ違いが起きること。(N・H／集落支援員)

「体力を使うイメージがありますが、最近はICT化や、ロボットや機器の導入が進み、スタッフの負担軽減が進んできています。また、たとえば夜勤がない通所介護や訪問介護を選んだり、短時勤務で働くなどライフスタイルに合わせて柔軟な働き方ができるのも介護の仕事の特徴です」

Q5 今後の目標や夢は？

無資格・未経験から介護職員初任者研修を受けて、業界に入りました。現場では色々な気付きをもらえるので、これからも資格を活かしながらフリーランス介護福祉士として現場で活躍したい。(A・H／介護福祉士)

自分が働いている環境や設備のオペレーションをもっと改善して、さらに働きたい。そしてそれをほかの施設や事務所の手本となるようなものにしていきたいと思っています。(T・V／フロアリーダー)

今後、自分で小規模多機能型居宅介護事業所を開業したいと思っています。自分が育った社会を幸せな福祉の街にすることを目標に日々頑張っています。(つか／小規模多機能型居宅介護事業所職員)

「今後介護人材のニーズは高まる一方なので、将来性の高い職業です。研修や仕事を通して、専門性やマネジメント能力を身につけることで叶えたい夢を実現できたり、自分のライフスタイルやライフステージに合わせて場所や時間を選択しながら柔軟に長く働くことができます」

Q6 どのような人が介護の現場に向いている？

どんな人にも向いています。介護というと排泄・入浴介助を思い浮かべますが、それだけではなく、様々なサービスがあるので必ずどこかに向いている仕事があります。(S・Y／福祉用具専門相談員)

人とコミュニケーションをとるのが好きな人、人が喜んでいるのを見るのが好きな人、サービス精神がある人。無資格・未経験で、仕事しながら資格取得できるので職に困りません。(M／ユニットリーダー)

利用者さんの人生に寄り添う仕事なので、気持ちの切り替えが上手な人。あとはコミュニケーション能力を上げたい人や、将来家族や親戚の介護時に役立てたい人もいいと思います。(R／ケアワーカー)

「私が実際に介護の現場を見て感じることは、どんなサービス業態でも人に興味ある方、人と関わるのが好きな方は、自分らしさを表現しながら楽しく働かれている印象があります。利用者さんだけでなく、介護スタッフと連携しながら密にコミュニケーションをとれる方は、特に重宝されます」

Q7 介護に興味を持ったなら何から始めるべき？

介護系のアルバイトをして、みた。介護職員として働く上で必要な知識と技術が学べる。介護職員初任者研修を受けたりして、介護の仕事が向いているかどうかの判断材料にしてみよう。(H・Y／重度訪問介護員)

最近では、スポットで働ける介護系アプリや介護系ボランティアの募集もたくさんあるので、気軽に仕事体験して介護の現場を一度のぞいてみてください。(A・K／グループホーム介護職員)

たくさんの介護施設や事業所に足を運んで、施設見学をしてみよう。聞きにくいこともどんどん質問して、疑問点を解消してから介護の世界で働き始めることをおすすめします。(A・K／グループホーム介護職員)

「介護業界を深く知ってもらうために行政や民間が実施している介護現場の職場体験に参加したり、『スクーター』『タイミー』といった、介護のお仕事体験ができるマッチングサービスを活用してみるのが手！就職する前に、現場の空気を肌で感じて、自分に向いているか知ることはとても大事です」

体験・交流イベント

「ケアするしごとツアー」開催！

様々な介護・福祉の世界を見てきた「KAIGO LEADERS」のメンバーがツアーコンダクターとなって、みなさんを介護・福祉の現場にご案内。働く現場を見たり、職員や利用者さんと交流することで、介護の世界を身近に感じることができ、さらに知識が深まるはず。参加無料。詳細や募集要項を確認したい方はQRコードをチェック。



12月14日
52間の縁側

2025年1月11日
あおいけ

2025年1月22日
サンタフェ
ガーデンヒルズ

2025年1月25日
えんがお

千葉県八千代市の福祉事業所。建物内に約80mの縁側があり、デイサービス・宅老所のほか、公衆浴場・カフェ・テラスといったスペースを設置するなど、多面的な機能を持つ。

認知症ケアで国内外から注目を集める神奈川県藤沢市の介護事業所。利用者の自分らしさを大切にしたマニュアルのない自由な運営の下、一人ひとりの人生に向き合っている。

介護の現場1で紹介した東京都大田区の複合福祉施設。利用者の自立支援、介護者の負担軽減などを目指すため、介護ロボットやICTを活用し、未来の介護の在り方を実践。

栃木県大田原市の福祉施設。空き家を活用して、多世代交流サロン、障がい者施設など9つの施設を運営。若者が高齢者の孤立を解消する地域の仕組み作りを行っている。

個と個と一緒にできること。

福祉をたずねるクリエイティブマガジン
マガジンハウス

SPECIAL ISSUE

ケアするしごと ニュース&トピックス

① 渋谷&下北沢で「ケアするしごと展」開催！

「ケアするしごと」は、“自分らしく生きる”を支える仕事。誰しもに関わる創造的な職業としての介護職や認知症ケアの仕事取材した、『anan』『POPEYE』『こここ』合同の記事パネル展。入場料無料です！



詳しくはこちら

◎渋谷会場 日時:2024年11月16日(土)・17日(日)10～21時
会場:渋谷サクラステージ 3F(東京都渋谷区桜丘町1番1号)
◎下北沢会場 日時:2024年11月11日(月)～29日(金) 11～21時
会場:BONUS TRACK(東京都世田谷区代田2丁目36-15)
主催:株式会社マガジンハウス



③ 実際の仕事場に行ってみよう！「ケアするしごとツアー」

介護の仕事場見学をしてみませんか？様々な介護・福祉の世界を見てきた「KAIGO LEADERS」と介護事業所を巡るツアー型イベントを開催！百聞は一見にしかず。未経験でも活躍できる「ケアするしごと」に触れるチャンスです。



撮影:木村文平

詳しくはこちら

◎ケアするしごとツアー
時期:2024年12月～2025年1月 全4回開催
会場:関東エリアの高齢介護事業所など ※詳細は公式ページにて
参加費:無料 ※宿泊交通費は参加者負担
主催:株式会社マガジンハウス 企画・運営:KAIGO LEADERS(株式会社Blanket)



⑤ 介護の魅力って？「アンバサダー」が語る動画

一般社団法人KAIGO PRiDEでは、介護職自らが主体となり、自らの声で発信していく「KAIGO PRIDE アンバサダー」を養成中。11月11日には、アンバサダーが介護の魅力や課題を語る動画を公開予定。



詳しくはこちら

◎「KAIGO PRIDEアンバサダー」動画コンテンツ
公開日:2024年11月11日(月)
閲覧方法:QRコードよりYouTubeチャンネルをご覧ください
出演:KAIGO PRIDEアンバサダー 主催:一般社団法人KAIGO PRIDE



② ドリンクを飲みつつ楽しく話す「ケアするしごとバー」

介護の仕事や人を支える事業に注目が集まる今日このごろ、「実際はどんな仕事なの？」「やりがいは？」など気になりませんか。介護の現場で働くゲストを招いてイベントを開催。こここ編集部も出演、オンライン配信あり。



詳しくはこちら

◎こここ×日本仕事百貨 ケアするしごとバー
時期:2024年11月～2025年2月 全5回開催
会場:リトルトーキョー(東京都江東区三好1-7-14)
参加費:オンライン配信は無料。リアル会場はワンドリンク制
主催:株式会社マガジンハウス 企画・運営:日本仕事百貨



④ プレゼンコンテスト「社会福祉HERO'S TOKYO 2024」

「社会福祉の仕事はクリエイティブで面白い！」そんな想いをもつ全国の若手スタッフによるプレゼンコンテスト「社会福祉HERO'S」を開催。リアル会場での観覧に加え、YouTube配信あり。特別ゲスト出演も。



詳しくはこちら

◎第7回 社会福祉HERO'S TOKYO 2024
開催日:2025年2月19日(水) ※詳細は公式サイトにて順次公開
会場:渋谷ヒカリエ ホールB(東京都渋谷区渋谷2-21-1 渋谷ヒカリエ 9F)
参加費:無料 定員:100名 ※先着順
主催:全国社会福祉法人経営者協議会



⑥ 学生視点で福祉の面白さを知ろう！「OPEN FUKUSHI」

福祉に " なんとなく " 関心を抱く学生を募り、現場を訪問し、実際の仕事を取材。学生達が緊張しながらも想いを持ってたずねる様子をウェブサイト「OPEN FUKUSHI」で公開中です。多様な視点の対話に注目。



詳しくはこちら

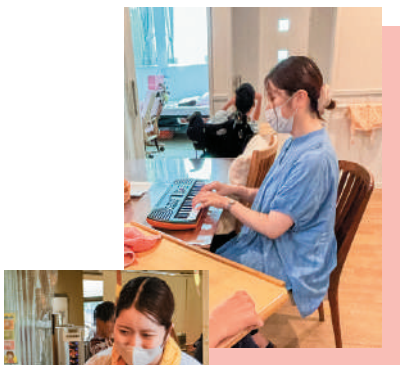
◎「OPEN FUKUSHI」ウェブサイト
2024年11月に大幅リニューアル！
URL:https://openfukushi.com/
主催:一般社団法人FACE to FUKUSHI



ケアするしごと

SPECIAL ISSUE

323



介護施設の夏祭りで売り子のお手伝いをしたり、利用者さんの前でピアノ演奏をする立川さん。介護の知識がなくても、レクリエーションの企画ならポータブルスキルを気軽に発揮することができる。

＼ このサービスを利用！ ／

「スケッター」

お手伝いを求めている介護施設と、サポートしたい人を繋ぐマッチングサービス。スキマ時間を利用して気軽に手伝いに参加でき、登録者の約65%が介護未経験者。http://www.sketter.jp/



Keyperson 1 / 立川麗佳さん

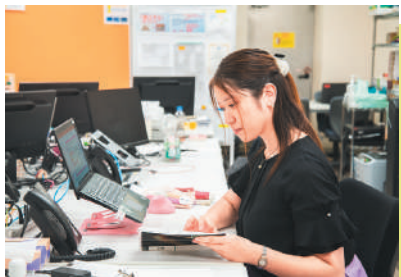
介護 & 教育



援助ではなく支援。この意識は

介護、教育どちらにも通じる。

普段は教職員として週5日勤務。理科の授業を受け持ち、週3回教壇に立って授業をしたり、その授業に向けてPowerPointなどで資料を作成したりしている。さらに生徒への進路指導や生活指導、保護者への対応など、忙しい日々を送っている。



たちかわ・れいか 大学時代に中学校・高校の理科の教員免許を取得。卒業後、塾や家庭教師の教育サービス業を経て、単位制の通信制高校の教職員に。本業の傍ら、平均月2回ほど介護の現場でボランティアを行う。

自分の特技や培った経験を
介護の現場でも役立たせたい。

通信制高等学校の教職員として働いている立川麗佳さんは、2019年から介護・福祉に特化したスキルシェアサービス「スケッター」を活用し、ボランティアとして様々な介護施設を訪れ、お手伝いをしている。

「昔からボランティアに興味があり、ネットでいろいろ調べていたら『スケッター』を発見したんです。以前から介護業界の人手不足が深刻化していることはニュースなどで知っていたので、私にもできることがあれば役に立ちたいと思っていました。『スケッター』は仕事をしながらスキマ時間を利用してスポットで介護に関われるため、すぐに登録しました。介護の経験はありませんでしたが、サイトに掲載されるボランティアの募集は、レクリエーションの提供や食事の準備、傾聴（話し相手）など、私にもできそうな内容のものばかり。だから休日を利用して、場所や内容が自分にマッチするものに応募して、平均月2回ほどお手伝いをしています」

介護の仕事というと、食事・入浴・排泄の介助などを

イメージする人が多いが、利用者さんの体に直接触れること以外にも多岐にわたる。「スケッター」では無資格・未経験の方でも気軽に参加できるお手伝いだけを募集していて、立川さんはこれまでに傾聴、食事の準備、布団やシーツ交換、そしてイベントなど介護施設で行うレクリエーションのお手伝いを行ってきた。

「先日も施設の夏祭りに参加して、売店でお手伝いしてきました。また幼少期から習ってきたピアノをレクリエーションで披露したり、普段教職員としてPCで資料を作成することが多いので、介護施設のPR広告のチラシを作ったこともあります。介護の専門的な知識がなくても、自分の趣味・特技、これまで培ってきた経験を活かせるのが魅力。『ありがとう』と感謝される機会が多く、自信にも繋がって毎回やりがいを感じています」

実際に様々な現場で、介護する側と介護される側の関わり方を見るうちに、教職員として子どもたちに指導していく上で、立川さんの中である意識が芽生えたそう。「最近は、自立支援を重視している介護施設もあります。そんな現場を訪れて、何でもかんでもしてあげるのではなく、利用者さんが何を望んでいるのかを理解し、自立し

た生活を続けられるようにサポートしていくことも介護なんだと知りました。「援助ではなく支援」。これは教育の現場でも同じことがいえると思います。私が働いているのは通信制の高等学校なので、発達障がいや病気を抱えている子、芸能活動をしている子など、個性豊かな子がたくさん通っています。もちろん単位を取得させて卒業できるように指導していくことも大事ですが、一人ひとりの思いを尊重することの重要性を改めて感じ、将来どんな自分を目指してどんなふうに成長していきたいかを一緒に考えながらサポートできるよう、日々生徒たちと向き合っています」

今後自分にできる範囲で介護に関わりながら、人間として、教職員として成長していきたいと話す。「先ほど『ありがとう』と言われることにやりがいを感じると言いましたが、自分にできることをもっと増やして、感謝されなくてもいろんな場面で貢献できるような人になりたいです。そしてせっかく介護の現場で経験を積んでいるわけだから、それを生徒たちと共有して、仕事のこと、介護のことなど、将来のことを考えるきっかけになるような機会も作ってみたいです」



スイカ割りのレクリエーションで、利用者さんの視線を集めながら笑いを取る鈴木さん。利用者さん一人ひとりと触れ合う際も自然な掛け合いを意識。学生時代に学んだ即興的に物語を生み出していく「インプロ」の技術が役立っているとか。

Keyperson 2 / 鈴木翔太さん

介護 & 演劇



毎日舞台に立っているような

気持ちで介護を楽しんでいます。

8月に上演されたレティクル座の“サ劇”『真・バトルサウナー城崎』に出演。夜勤明けに稽古に参加するなど、両立は大変だったが、シフトを調整したりダブルキャストという形をとり、仕事に支障をきたさずことなく無事完走できた。



すずき・しょうた 桜美林大学芸術文化学群演劇・ダンス専修で、演劇や音楽を学び、俳優を志す。結婚を機に、介護の総合ブランド「SOMPOケア」グループに就職。介護福祉士の資格を取得し、現在は介護付き有料老人ホーム勤務。

大学時代に高齢者施設で寸劇を
披露した経験が今に繋がっている。

介護福祉士として介護付き有料老人ホームで働く傍ら、休日を利用して舞台役者をしたり、歌唱指導をしたり、ラジオドラマで声の出演をしたりと、俳優業をこなしている鈴木翔太さん。鈴木さんが介護の現場に興味を持ったルーツは、演劇と向き合っていた大学時代にあるそう。「大学で舞台芸術を学んでいた時に、様々な施設で芸術の普及活動を行う『アウトリーチ』活動の一環で、高齢者施設を訪問し芝居を披露する機会がありました。テレビドラマ『水戸黄門』を題材にしたオリジナル寸劇を、踊ったり歌ったりしながら上演するんです。僕も水戸黄門役や助さん役を何度かやらせてもらったんですが、その姿を見て訪ねた先の方々がゲラゲラ笑ってくれたんです。その時の思い出がずっと心に残っていたんです」

大学卒業後、鈴木さんは建築現場でアルバイトしながら演劇を続けていたが、28歳の時に結婚を機に就職を決意。その時に選んだのが今の介護職だった。「介護職は安定しているイメージがあったし、建築現場

と一緒に働いていた人から『気遣い上手だから介護とか向いてるんじゃない？』と言われたこともありました。そして大学時代のアウトリーチ活動で、ほんの束の間でしたが介護の現場に関わり、全く知らない世界ではなかったのが飛び込みやすかったことも大きかったですね。無資格・未経験で入社したので、最初は覚えることが結構あって大変でした。それでも利用者さんと話すのが楽しくて、割と早いうちから介護って面白いし、自分に向いているかもしれないと思うようになりました」

介護の仕事に携わって約4年。俳優業で培ったパフォーマンス力は、介護の現場でも活かされている。「施設では利用者さんを楽しんでもらえるようなレクリエーションを定期的に企画しているのですが、大勢の利用者さんの視線を浴びながら様々なプログラムを行うため、まるで舞台の上に立っているかのような気分になります。大学時代に声楽を学んでいたこともあり、月に1回僕が歌う音楽会を開催させてもらっています。毎回季節にちなんだ歌を披露したり、利用者さんのリクエストに応じてみんなで歌ったりしています。その時はやはり役者の血が騒いで、みんなを喜ばせたい、盛り上げたい

という思いが強まりますね(笑)」

そんな鈴木さんのことを「先生」と呼ぶ利用者さんがいるほど、今では施設の人気者に。普段のコミュニケーションでも演劇で得た知識を活用しているそう。「介護の現場では、利用者さんになかなか受け入れてもらえなかったり、認知症の症状がある方との会話が難しいことが多々あります。でもそんな時に相手のペースやテンポに合わせたり、声色を寄せて安心感や親近感を持ってもらうことで、信頼してもらいやすくなりました。また利用者さんと話す時には、どうしてもテンプレート的な声かけになりがちなんですが、相手の立場やシチュエーションに合わせて自分なりにオリジナリティを加えながら一人ひとりに合わせた声かけができています。役者の経験があったからこそ。毎日刺激を受けながら楽しく仕事できています。また介護の現場で培ったコミュニケーション力は、舞台上でセリフの掛け合いをする時や、様々な役柄を演じる上でも役立っているように感じます。両方にとってメリットがあるので、今後も介護の世界でキャリアアップしながら、休日を上手く利用して舞台に立ち、自分を表現していきたいです」

2 ローカルな暮らし×介護を体現する

くろめさん で、幅広い交流を楽しみながら働く

お話を伺った方
安部稚畝さん

あべ・わかほ 介護福祉士。介護の専門学校在学中に、インスタグラムで「くろめさん」を知り、卒業と同時に生まれ育った千葉から京都に移住。理想の介護を追求し、働き始めて2年目。利用者さんからいろんなことを教わる日々で、お世話になっている方々に恩返しをするのが夢。

“介護×田舎暮らし”をコンセプトにした全国的に注目を集める介護施設。
その魅力に惹かれ、京都に移住し介護と向き合う女性にフォーカス。



僕たちが
お出迎え
するメー!



1.安部さんが焼いた卵焼きを、利用さんが切る連携プレーで食事の準備が進む。2.農家出身の利用者さんからノウハウを教わりながら収穫。3.みんなで梅干しの仕込み中。4.本日のお昼ごはん。季節感溢れる料理のほか、利用者さんの得意料理が並ぶことも。5.ほかのスタッフと情報共有したり意見を交換し合う時間。自然と利用さんが寄ってきて、和気あいあいとした雰囲気にも包まれる。6.利用者さんとスタッフのほか、近所の子どもたちも交えて記念撮影。まるで家族のよう。



みんなで手作りしていく、
アットホームな介護がここに。

利用者が主体性を持って いきいきと過ごせる環境が整う。

黒豆、丹波栗などの特産物で知られる京都・京丹波町。山や畑といった丹波高原の豊かな土壌に囲まれた田舎町の一角に、古民家風の温かみ溢れる建物がある。ここがデイサービス「くろめさん」。“介護×田舎暮らし”をコンセプトに、利用者さんに「生きててよかった」と思ってもらえるような介護に取り組んでいる。ユニークな取り組みは、SNSや新聞などを通して評判を呼び、開設当初は1日あたり10名だった定員が、今では30名に拡大。また2023年には、過疎の町の活性化や、介護に関わる人々の交流の拠点となるよう、施設の隣にあった納屋を改装し、ピザ屋をオープン。京丹波町の特産品や地元野菜を使ったメニューが連なり、日曜日だけの営業だが、全国から人々が訪れ、賑わっている。

“介護は日常の延長”という代表の稲葉耕太さんの考え方に基づき、内装や設備に介護用品はできるだけ使用せずに設えを工夫。田舎のどこにでもある家のように、昔

ながらのかまどや土間がある台所、畳の広間、薪ストーブが暖かいリビングなどが広がる。お風呂は青森ヒバと信楽焼の湯船で、十和田石が敷き詰められ、体が冷えにくく、滑りにくい工夫がされている。入浴介助も機械には一切頼らず熟練の介護技術で、どんな重度の方でも、ゆったりと入浴できるという。庭には利用者さんと共に育てている畑があり、2匹のヤギが草を食べている。どこを見渡しても、一般的な施設とはかけ離れている「くろめさん」。そこで働くために、千葉県から移住してきたのが介護福祉士の安部稚畝さんだ。

「昔から人生の先輩の話を聞くことが好きだったので、高校3年生の時に介護の道を考えるようになりました。ただ、当時はそこまで深く考えておらず、介護はなくてはならない仕事だから、資格を持っておけば職に困らないだろう…と、軽い気持ちで介護の専門学校に進学しました。専門学校では、介護とは『利用者のより良い生活の実現』のために必要なことだと教えていただき、とても魅力的な仕事だと思い始めました。でもいざ実習に行ってみると、実際の介護現場と私の理想には、かなりの

ギャップがありました。決まり切った業務をこなす毎日で利用者さんと話をする時間もなく、介護の在り方に違和感を覚えました。そんな時に『くろめさん』の存在を知り、思い切って見学会に参加させてもらったんです。そこには、利用者さんがお世話されるだけの存在ではなく、人生で得た生活の知恵や技術を発揮しながら、いきいきと過ごされている姿がありました。これこそ私が求めている介護のカタチだと思いました」

「くろめさん」は、お世話するための介護から脱却し、介護者、要介護者の垣根なく知恵を出し合って、昔ながらの田舎暮らしを実践している。また、利用者さんの人生を深く知り、会いたい人に会いに行ったり、思い出の場所を訪ねたりすることも、日常の楽しみにしている。“お世話をする仕事”という一般的な介護のイメージから“人を幸せにする仕事”へと変えていきたいという思いがあるからだ。そんな理念に惹かれて、安部さんは専門学校在学中に面接を受け、卒業後すぐに京都に移住し働き始めた。安部さんの一日は、仲間たちと一緒に「今日は何をしようか？」と話し合い、利用者さんを迎える

行くことから始まる。決まったスケジュールがないので、畑を耕したり、梅干しを漬けたり、ドライブに行ったりと、一日一日がみんなの思いで作られていく。利用者さんと共にごはんを作り、同じ卓で一緒に食べる。もちろん入浴や排泄の介助が必要な時はしっかりサポートをしつつ、利用者さんのやりたいことを引き出し、共に取り組んでいく。施設内はいつも笑い声に包まれる。

「私が動き始めて最初に感じたことは、介護＝お世話することだと、無意識のうちに思い込んでいたんだ!」ということです。でも『くろめさん』の介護は、当たり前の生活があった上で、その人の喜びや悲しみなどを共に分かち合うこと。当たり前の生活というのは、私たちが日常の中で普通に行っているような、トイレに座って排泄したり、機械を使わずに湯船に浸かって疲れを癒したり、たわいもない会話をしながらごはんを食べたりすること。体が不自由になっても、認知症になっても、的確なサポートがあれば、そんな当たり前の生活が続けられます。その中で、介護者と要介護者の関係ではなく、“あなたと私”という関係を築いていくことが、介護の

本当の魅力だと私は考えています。当たり前の生活の中で、利用者さんと様々なことに取り組んでいるうち、その方が自信を取り戻し、いきいきとされる瞬間があります。それを見ていると、とても嬉しい気持ちになるんです。利用者さんとの関わりは、新たな発見ばかりで、私自身の成長にも繋がっています」

利用者さんのかけがえのない 存在になることが今の目標。

しかし利用者スタッフの関係を超えた関わりが大切だと理解していても、その関係を築くために具体的にどんなことをして、どんな気持ちで接したらよいのかわからず、戸惑っていた時期があったと本音を漏らす。

「いま思えば『もっと仲良くならなければ』と焦っていたのかもしれませんが。しかしある利用者さんとの関わりで、私は変わりました。その方は、デイサービスの延長で、そのまま宿泊ができるサービスを利用されています。夜になると眠れず『来てくださ〜い』と、何度も呼ばれるのです。私は正直、『これは大変だ…』と思っていた

のですが、その方の体調が優れず、ある日を境にお休みされるようになりました。その時、無意識にその方に会いたいと思っている自分がいました。あんなに大変だと思っていた夜中の呼び出しの声が、聞こえないことを寂しく思い、『またあの声が聞きたい』とすら思うようになっていたんです。共に過ごした日々の積み重ねで、私にとって自然とかけがえのない大切な人になっていた。その体験を経て、今度は私が、利用者さんのかけがえのない存在になるために、一緒に過ごす日々を、当たり前丁寧に積み重ねていきたいと思っています」

DATA：くろめさん



介護に携わる人向けの研修会「介護の寺子屋くろめさん」を月1回ペースで開催。隣の飲食店「田舎PIZZAおビザはん」は日曜のみ営業。●京都府船井郡京丹波町富田井上82 ☎0771-82-2205 デイサービス <https://kuromamesan-kaigo.com/>

クリエイティビティを生み出す、 やりがいのある介護の現場。



お話を伺った方
和田真央さん

わだ・まお 茨城県出身。介護の専門学校で介護福祉士の資格を取得。卒業後、社会福祉法人「善光会」に就職し、グループホーム勤務を経て、現在は「サンタフェガーデンヒルズ」でフロアリーダーを担当。スマート介護士を取得。介護職歴6年目。

将来のために誰もが介護の知識を身につけておくべき。

高齢化が進み、今やなくてはならない介護の仕事。家族の介護はもちろん、いずれ自分も介護が必要になる可能性もあり、誰にとっても他人事ではない時代になってきたが、なかなか介護に触れる機会が少なく、身近に感じられない人も多いはず。そこで以前から介護の世界に興味があったという俳優の本田望結さんが、羽田空港のそばにある複合福祉施設「サンタフェガーデンヒルズ」を訪問。ここは、入居さんのQOL向上のため、そして介護職員の負担を軽減するために、介助をサポートするロボットなど最先端テクノロジーを積極的に活用し「ケアテック」の導入を進める、業界的にも注目を集める施設。ここでフロアリーダー兼ユニットリーダーとして活躍する介護福祉士の和田真央さんと一緒に、現場で介護の仕事に触れた本田さん。その体験を通して感じた思いや、介護の仕事について語ります。

和田 入居さんと触れ合ったり、移乗サポートロボッ

お話を伺った方
本田望結さん

ほんだ・みゆ 2004年6月1日生まれ、京都府出身。俳優。3歳から芸能活動を始め、ドラマ『家政婦のミタ』で脚光を浴び、その後、数多くの映画、ドラマに出演。11月8日に主演映画『カーリングの神様』が公開予定。フィギュアスケーターとしても活躍。

ト「Hug」を体験したり、介護のリアルな現場を本田さんに体験してもらいましたが、いかがでしたか？
本田 ほんの少しの時間でしたが、人生の大先輩たちと触れ合うことができ、いろんな学びがありました。みんながみんな支え合って生きている。入居さんたちが生き生きとした表情で、私にずっと笑いかけてくれたのですごく元気をもらえました。和田さんのお仕事されている姿を間近で見て、大変な部分ももちろんあるけれど、とてもやりがいのある仕事なんだろうなと感じました。
和田 入居さんに積極的に話しかけてコミュニケーションをとっていた本田さんの姿が印象的でした。入居さんたちが笑顔だったのは、本田さんの人柄もあると思います。人と関わったり、接するのが好きな人は介護職に向いています。本田さんはこれまで介護に対してどんなイメージを持たれていましたか？
本田 職業柄、介護施設にお邪魔させていただくことはよくあったのですが、今回のように介護体験をする機会はなかったですし、身近にも介護を必要としている人がまだいないので漠然としか考えたことはありませんが、

ハードルが高いイメージがある介護の世界。しかし、サービス形態も多様で、施設ごとに理念も異なるため、やりがいを感じられる場所を見つけて、個性を輝かせながら働けるのが介護の魅力でもある。そこで様々なカタチで介護と向き合っている人たちの働き方に注目。

最新テクノロジーを導入している

サンタフェガーデンヒルズ

に、本田望結さんが潜入！

介護の世界に興味を持つ本田望結さんが、現場を訪れて介護のお仕事を体験。実際に働いている人との対談を通して、介護のリアルについて深掘りします。

高齢化が進む日本にはなくてはならないものだと思います。誰もが介護の知識を身につけておくべきなのに、どうして学校などで介護の授業がなかったんだろうとずっと思っていました。介護は人と人を繋ぐものだし、社会にとっても自分にとっても必要不可欠なスキルのはずなのに…。だからずっと介護について学びたいという気持ちがありました。

テクノロジーを活用することで質の高い介護を実現できる。

和田 介護は、専門的な知識を身につけたり、入居さんを抱きかかえたり、入浴介助や排泄介助などの生活介助を行う上で体力が必要だったりするので、ハードルが高いイメージを持たれている方も多いですが、本田さんがおっしゃるように何より入居さんと心を通わせることが大切。私たちの施設でも繋がりを重視しているため「ケアテック」を導入しているんです。たとえば移乗時に立位をサポートするロボットは、転倒などのリスクが減り、私たちに抱えられるよりもスムーズかつ安全なの

体操の声かけにもロボットを活用！

で、入居さんの負担を軽減することができます。
本田 たしかに実際に体験してみましたが、移乗ロボットが安定して支えてくれるため、とてもラクでした。あと見守り支援システム「眠りSCAN」も画期的だと思いました。ベッドのマットレスの下に敷かれたセンサーを通して眠りの状態や変化を知らせてくれるので、各部屋を回らなくても入居さんの状況の変化を早期にキャッチできるのはすごく安心だし便利ですね！
和田 このシステムを活用することで、巡回の頻度が1時間に1回から2時間に1回になり、介護職員の負担軽減だけでなく、巡回による入居さんのストレス軽減にも繋がっているんです。テクノロジーを上手く活用することで、入居さんと介護職員の負担を減らせるので双方にメリットがあります。また、時間に余裕を持って仕事ができるようになることで、入居さんの笑顔に繋がることができるようにコミュニケーションに時間を費やすことができます。
本田 テクノロジーを活用することで、日々の業務や、介助の負担も減らせるので、介護に対するハードルが下

がり、本来の心を通わせる介護ができるわけですね。モチベーションを高く持ったまま、自分らしく働けるのが素敵です。ただ入居さんと親密な関係を築けば築くほど、突然やってくる別れの時にとても悲しい気持ちになると思うんですが、そんな時のメンタルケアってどうされているんですか？
和田 毎日一緒に過ごしていた入居さんが突然いなくなるのは本当に辛いことですし、いまだに慣れません。職員たちもみんな慣れるということはないので、亡くなった翌日などはフロア全体が暗い雰囲気になってしまっています。でもそういう時は休憩時間前などにスタッフで集まり、その入居さんとの思い出話をみんなでするんです。あえてその話を避けるのではなく、共有することで、心が落ち着いたりします。仲間の支えがあるからこそやっていけるのが介護の仕事でもあります。
本田 みんなが気持ちよく仕事していくために、職員同士のコミュニケーションも必要不可欠なんですね。和田さんの働きぶりを拝見して本当にコミュニケーション能力が高く、入居さんとはもちろん、スタッフさんとも

関係性がしっかり築けていて、強みを活かしながら自分らしく働かれていると感じました。私も今日体験してみて、学ぶことがたくさんありました。自分のこれからの働き方を考えるきっかけにもなったし、介護をもっと身近なものにするために、自分なりに勉強して、介護の魅力を発信していけるような人になりたいです。
和田 今は資格がなくても、アルバイトやボランティアなど、いろんなカタチで介護に関わることができます。自分の魅力を発揮しやすいのが介護の世界なので、ぜひ多くの人に介護に興味を持ってもらいたいです。

DATA：サンタフェガーデンヒルズ



社会福祉法人善光会が運営。地上10階、地下1階の建物に特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、障がい者施設入所支援の3つの施設が入居。
●東京都大田区東堀谷6-4-17 ☎03・5735・8080 複合福祉施設 <https://www.zenokukai.jp/santafegardenhills/>

anan

都会で？ 里山で？

フルタイム？ スキマ時間？

選択肢もたくさん。

自分を表現できる現場で働く、

**新しい
介護のカタチ。**

