



デイサービスセンター陽光園 **藤島 由梨**

2019年の夏に入職した藤島由梨さんは、高校の頃から福祉に関する仕事に就きたいと考え、専門のコースで勉強を重ねてきたという努力家。出産を経て母親になっても、家庭と仕事を両立させながら奮闘しています。入職から5年が経ち、頼れる戦力として貢献する藤島さんの、忙しくもやりがいに溢れる日々を追いました。

入職のきっかけを教えてください。

10代の頃から介護職に興味があり、高校では医療福祉科へ進学。卒業以来、介護の仕事一筋です。一時期、障がい者施設に勤務していたのですが、やはり老人介護の仕事に就きたいと気付き、転職を決意。陽光園は、夫の実家から近かったため応募しました。私には息子3人と娘1人がおり、家族の協力が不可欠だからです。

子どもが生まれる前は夜勤にも入り、精力的に働いていました。とにかく介護の仕事が好きなので、

出産を経て生活が変わっても、辞めるという選択肢はありませんでした。職場には、育児と両立させている「先輩ママ」が多く、助けてもらう場面もしばしば。子どもたちは、「お母さんは、人のために働きに出ている」と理解しているようです。

仕事と家庭の両立で、工夫していることはありますか。

育児を頑張りすぎないことでしょうか。実は、息子たちが生まれた頃は、子育てに関する世間の情報に翻弄され悩んでいました。三つ子の兄弟なので、一人ひとりしっかり育てなくてはと、必要以上に力が入っていたのかもしれませんが。そうした中、育児サロンの保育士さんに、「お母さんが笑っていれば大丈夫」と言われてハッとしました。また、「子どもが元気ならばそれだけでいい」とアドバイスを受け、気持ちが楽になったのを覚えています。

今も、食事が簡素になったり、お風呂は短時間



だったりする日もありますが、生活に追われてイライラしたくはありません。大らかに構える姿勢を大切にしています。ただ、子どもたちの日々の話はしっかり聞いてあげたいので、そこはおざなりにしないよう気を付けています。

仕事には、どのような意気込みで取り組んでいますか。

利用者様全員に、楽しいひとときを過ごしてもらえるよう尽力しています。デイサービスでは、食事や入浴の他、レクリエーションの時間もあり、そこで皆さんに楽しんでもらえるとやりがいを感じます。集まっておしゃべりをしたり、ゲームを楽しんだりする中で、利用者様が愉快そうに笑っている姿を見ると、励みにもなりますね。

職員が余興を披露することもあり、最近人気なのは、「マツケンサンバ」を歌って踊るというパフォーマンス。練習にも力が入ります。利用者様も職員も、一緒になって盛り上がる様子を見るのは嬉しいもの。これからも楽しい行事を考え、実行していきたいと思います。

これまでに失敗した経験はありますか。

新卒で就職した職場で、失敗をしたことがあります。やや重篤な症状のある方が入る医療施設で、担当したのは拘縮のある利用者様でした。あるとき、ベッドから車椅子へ移動させる際に、どこかに足の

指が引っかかってしまったようで、爪が剥がれて出血してしまいました。車椅子の位置が悪かったのか、移動がスムーズにいかず手間取ってしまったのが原因。経験が浅いうえに技術もない時期で、利用者様に痛い思いをさせてしまい、非常に落ち込み反省しました。

その後は、二度と同じ失敗を繰り返さないと誓い、常に周囲に異常がないか確認し、危険を排除するように努めています。

最後に、今後の目標をお願いします。

ケアマネジャーの資格を取りたいと思っています。今後、必ず役に立つ資格ですから、少しずつ勉強しているところです。帰宅後は、子ども4人の世話に加えて家事もあり、時間の確保が難しい状況ですが、空いた時間を見つけてはテキストを開いて学習するようにしています。

園では、今まで以上に利用者様に楽しんでもらえるよう、工夫を重ねていくつもりです。時々、体操の時間にリーダーの役目が回ってくるのですが、あまり上手ではないため先輩のやり方を見習い練習中。まだ知らないことも多く、周りの職員に助けてもらう場面もあるので、デイサービスならではのスキルを身に付け、今以上に貢献していきたいと思っています。

利用者様に喜んでもらうため、全力で仕事と向き合う藤島さん。この先も努力を続け、さらに実力を付けていくことでしょう。



私たちはこんな仕事をしています!
Vol.06

Zoom in!! コミュニティハウス 悠優かしま チーム紹介

今回紹介するのは、介護付き有料老人ホームのコミュニティハウス悠優かしまです。ケアマネージャーの田村さんを筆頭に明るく元気なチームワークで、最近はダンス動画にも挑戦……?施設の様子や、実施している取り組みなどを伺いました。



コミュニティハウス悠優かしまについて 職域を超えたチームワークで 利用者様をサポート

現在、看護師2名、介護職11名、そしてケアマネージャー兼相談員の私を含めた14名が所属しています。うち男性3名、女性8名です。役割ごとの役割分担や職員の配置固定はしておらず、全員で利用者様30名のケアをしています。私はケアマネージャーとして現場の仕事をしながら、利用者様のケアプランの作成、介護保険の更新手続き、入退きの調整などを行っています。相談員の役割としては、利用者様の体調面の不安や日常生活の悩みなど、ちょっとしたことでも気軽にお話しいただけるような体制を整えています。

Check point! チームの雰囲気

大変な仕事だからこそ楽しむことがモットー

職員は明るい方が多く、千寿会の中でも離職率が低いチームだと思います。仕事の内容自体がハードなため、なるべく楽しんで仕事することが私たちのモットーです。そこで最近取り組んだのが、ダンス動画の制作。初めは思いつきだったのですが、他の部署にも声をかけたら意外に反応が良く、法人全体を巻き込んでの企画になりました。コミュニティハウス悠優かしまからは約10名、最終的には全部署から1名以上が参加し、韓国のグループBTSの曲を3曲繋げたダンス動画ができました。



コミュニティハウス悠優かしま
ケアマネージャー 相談員
たむら
田村 さくらさん

コミュニティハウス悠優かしま独自の取り組み

日課のリハビリとレクリエーション

特定施設に入居すると他のデイサービスなどを利用できなくなるため、日々退屈させないような取り組みを心掛けています。開設からずっと行っているのが、午前中のリハビリと午後のレクリエーションです。リハビリは月～土曜日に実施しており、毎日のように利用される方も。パフォーマンスを上げるというより、現状を維持するために楽しく身体を動かすことが目的のため、無理なく続けられている方が多い印象です。「リハビリに来て皆としゃべって運動するのが一番元気になる」という声をいただくこともありました。レクリエーションは、脳トレやカラオケなど、職員が案を出し合いながら飽きないよう工夫しています。秋はどんぐりなどを拾ってきて制作を計画中。手先を動かすのが好きな方とそうでない方がいらっしゃいますが、やろうとする姿勢や機会を持つことが大切だと思っています。



今後の目標

仕事に楽しみをプラスする

どんなにやりたいことがあっても楽しくなければ何もできないと思っているため、楽しく仕事することが私の目標です。職員が楽しそうにしている姿は、利用者様にも良い影響を与えます。ダンス動画のように、職員の中でおもしろいと思うことを広げてみたり、どうしても良いことを話す時間を大切にしたりと、仕事の大変さを凌駕するような明るい雰囲気づくりを大切にしていきたいと思っています。

らしさ特集 Vol.1

今回は入職して約12年が経つという山下さんに、「らしさ」を感じる瞬間や日々の業務の中で大切にしている思いを語っていただきました。ぜひ皆さんもこの機会に改めて自分の「らしさ」と向き合ってみてはいかがでしょうか。



悠優かしま居宅介護支援事業所
ケアマネージャー
やました しんや
山下 真也さん



成長を感じた瞬間

今の自分がいるのは 千寿会のおかげ

入職当初、ケアマネージャーの仕事は未経験。右も左もわからず、介護職やケアマネージャーの先輩はもちろん、看護師や管理栄養士などの専門職の皆さんには多くのことを教えていただきました。約12年が経ち振り返ってみると、様々な場所でたくさんの経験を積んできたと感じ、千寿会に入ったからこそ、今の仕事ができていると実感しています。

今後の目標

ワンチームで 利用者様の安定を目指す

今後も利用者様へのケアの質を保ちつつ、ご家族様や他事業者様などを含め皆がワンチームになり、より良い連携が取れるよう、尽力していきたいと思っています。

業務内容

ご自宅にいる方のケアマネジメント

私が所属している居宅介護支援事業所では、それぞれのご自宅に訪問し、要支援者、要介護者のケアマネジメントを行っています。ケアマネージャーは4名。嘉島町や御船町、熊本市を中心に事業所全体で120名ほどの利用者様を支援しており、私は35～36名を担当しています。

働く上で大切にしている 千寿会らしさ

「とりあえず、やってみなっせ」の精神

何ごとにも「やってみよう」とチャレンジさせてくれる環境が千寿会らしさだと思います。その「らしさ」を体現するため、私自身も保守的にならず前に進み続けることを大切にしています。居宅介護支援で一番難しいのは、利用者様やそのご家族様との関係を構築すること。なかなかすぐに受け入れられない場面もありますが、諦めずにご利用者様、ご家族様がお困りのときは様々な提案をしたり、相談に乗ったりすることで少しずつ信頼関係を築くことができるように。前を向きチャレンジする姿勢を持ち続けることで、道を開くことができると感じています。

チームの中で発揮する自分らしさ

大きな役割は「責任」を持つこと

仕事をする上で意識しているのは、働きやすいチームを作るため全力でサポートすること。何か問題が発生した際に責任を持って対応したり、ときには職員に厳しい言葉をかけたりしなくてはいけないこともあります。利用者様の体調が安定し職員の離職が少ない状態が、ケアの質が良く、働く環境が整っている何よりの証拠。現場で働く介護職の方々への感謝の気持ちを忘れず、今後も責任を持つことで皆のサポートをしていきたいと思っています。

法人サイトは
こちら!

