

コミュニティハウス
悠優みふね
特定施設 マネージャー

た む ら み な
田村 美奈

1997年（平成9年）の入職以来、長きにわたり法人の成長とともに歩んできた田村美奈さん。介護保険制度の導入や施設の新規立ち上げなど、数々の変化を乗り越える中で見出したのは「周りへの感謝」という仕事の軸です。地域との新たな関係づくりに挑む今、改めてそのキャリアの軌跡を振り返るとともに、未来への想いについても伺いました。

まずは入職当時のお話と、 キャリアの原点について お聞かせください。

私が入職したのは、介護保険制度が始まる前の1997年（平成9年）です。当時は組織の規模もまだ小さく、職員同士がまるで本当の家族のような関係性でした。新卒で右も左もわからなかった私に、先輩方はとても温かく、そして優しく仕事を教えてくださったことを今でも覚えています。

また業務外でも、食事会やミニバレー、バーベキューなど、交流が盛んでした。

振り返ると、恵まれた環境の中で社会人としての基礎を築き、成長させてもらったのだと改めて実感します。その頃に育まれた人との繋がりが、私のキャリアの原点になっているのかもしれません。

介護保険制度の導入当時の 組織の変化や、ご自身の成長について 教えてください。

2000年（平成12年）4月の介護保険制度導入は、法人にとっても私個人にとっても大きな転機でした。「利用者様ご自身が介護サービスを選ぶ時代」へと変わり、その選択に見合う質の高いサービス提供が不可欠となりました。結果として、私たち職員一人ひとりに求められる専門性も格段に高くなったのです。

そのような状況下で、周りの職員たちの意識も



大きく変化しました。皆がケアマネジャーなどの専門資格の取得や研修への参加に積極的に励むようになり、私自身もその動きに感化され、「自分もスキルアップしなければ」と意識が切り替わりました。組織全体が変化に対応してレベルアップしようとい丸となっていた、あの熱気あふれる環境が、私を専門職としてさらに成長させてくれたと感じています。

最も大変だったお仕事は何ですか。 また、どのように困難を乗り越え、 そこから何を得ましたか。

「コミュニティハウス悠優みふね」の立ち上げです。私はヘルパーステーションでの勤務経験がなく、外部事業所との連携方法もわからなかったため、まさに手探りの状態からのスタートでした。

その困難な状況を乗り越えられたのは、間違いなく周りの仲間たちの支えがあったからです。本部のヘルパーステーションの皆さんや居宅のマネージャーは、ヘルパーとしての実務や他事業所との連携方法などについて、親身に指導や助言をしてくださいました。この経験を通じて「皆さんのサポートがあってこそ自分の力」と心の底から痛感し、以来、「周りの人に感謝すること」を何よりも大切にしています。マネージャーや管理者といった責任ある立場になってからは、チームをまとめる上で感謝が不可欠だとより強く感じるようになりました。「ありがとう」を伝える、そのシン



プルな行動が組織の力になると信じています。

今後の展望と、次世代の職員へ 伝えたい想いをお願いします。

私の今の最大の目標は、この「コミュニティハウス悠優みふね」を地域に根付かせ、皆様に愛される場所にすることです。「施設」というと、社会から隔絶された場所という印象を持たれがちですが、まずはそのイメージを払拭し、子どもからお年寄りまで、困ったときに誰でも気軽に立ち寄れるような、オープンな拠点にしたいと考えています。

その実現のために、さっそく様々な取り組みを始めました。地域の清掃活動や子ども向けのワークショップ、地域のお祭りと連携したイベント、そして自慢の食事の試食会などを通じて、地域との新しい関係を築こうと努めています。

こうした活動ができるのも、いつも協力してくださる職員の皆さんのおかげです。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

「閉鎖的なイメージを払拭し、地域の皆さんに安心を届ける」。田村さんの挑戦は、法人と地域社会の未来を明るく照らしています。



私が感じた/ 千寿会の魅力

タイミーからパート職員への道のり



悠優かしま 栄養課
とみた なお
富田 奈央さん

千寿会に入職した経緯

タイミーで出会った理想の環境

もともとは事務職を探しながら、空いた時間にタイミーを利用していました。そのときに見つけたのが千寿会の求人です。時給と調理経験者募集という条件に惹かれ、応募したのが最初のきっかけでした。担当したのは7時間。セントラルキッチンから届く食事の盛り付け業務です。以前の職場とは違い、ここでは皆さんが落ち着いて作業に集中していました。時間に追われることなく業務に取り組める環境に、「ここなら厨房の仕事も楽しくできそう」と感じたことを覚えています。1日で感じた良い雰囲気と、管理栄養士を募集しているというお話を聞き、面接を受けてみようと思った一番の決め手です。

入職を決めた一番の理由

「相談できる相手」の存在が決め手に

実は、一度は管理栄養士として働くことを諦めていました。以前勤めていた施設には管理栄養士が1人しかおらず、相談相手がいない環境に大きな不安を感じていたのです。「この仕事は自分には合わない」とさえ思っていました。その考えを変えてくれたのが、面接でお会いした栄養管理部マネージャーの吉島志保さんです。面接で不安を正直に話すと、吉島さんは親身に耳を傾けてくださいました。この「1人で抱え込まなくていい」という安心感が、職員として働きたいと思った一番の決め手です。

タイミーでのわずか7時間の勤務が、入職のきっかけになったと話す栄養課の富田さん。以前は、管理栄養士の仕事から離れることも考えていたそうです。今回は富田さんの心を動かした千寿会の魅力、そして決め手となった「出会い」についてお話を伺いました！

仕事のやりがいを感じる瞬間

「美味しい」の一言が何よりの喜び

利用者様から「美味しい」と言っていただけですが、やはり一番嬉しく思う瞬間です。調理は主に別の施設で行われますが、食事を提供する側として、その一言が大きなやりがいになります。また、私たちが盛り付けた食事に対し、他の職員の方から「きれいですね」と褒めていただけたときもモチベーションが上がります。**日々の頑張りを、利用者様や職員の方に認めていただける。**私にとって、これほど嬉しいことはありません。



今後の目標

一人ひとりに寄り添った食事を、 自信を持って提供したい

思うように食事が取れなくなった方への対応は、その方にとって**「最後の食事」になるかもしれないという覚悟を持って向き合っています。**だからこそ、これからも経験を重ね、一人ひとりに寄り添った食事を提供できるようになることが目標です。日々の学びを自分の力に変え、利用者様に最高の食事を届けられる管理栄養士を目指します。

ベテラン職員の 笑顔の連鎖に迫る

福田さんの18年間を支えたのは、部署を越えて助け合う仲間と、貫いてきた仕事の信条でした。長く働き続けることで見えてくる喜びと、千寿会でキャリアを築く意味を福田さんの言葉からご紹介します。

18年間働き続けてこられたモチベーションの源泉

笑顔がめぐり、力になる

これまでキャリアを追求してきたという意識はあまりなく、目の前の仕事に真摯に向き合ううちに18年が経っていました。辛いとき、私を支えてくれたのは利用者様の何気ない笑顔です。職員が笑顔で余裕を持って接すれば、利用者様も穏やかでいてくださるという経験を通じ、まず自分から笑顔でいることの大切さを学びました。こちらから笑顔を向けると利用者様も笑顔になり、自分の力に変わります。この**「笑顔の連鎖」**こそが、私のモチベーションの源泉です。

最も成長できた経験と 仕事の価値観に影響を与えた出来事

部署の垣根を越えたチームワーク

私は決して器用なタイプではなく、これまで常に周りの方々に助けられてきました。特にケアリーダーになってからは1人で解決できない課題が増え、部署を越えて多くの方に相談に乗っていただきます。当施設には、特定の部署で完結せず、施設全体で利用者様を見守るという考え方が根付いており、互いに手伝い合うのが当たり前の光景です。

それぞれの得意分野を活かして支え合う仲間が存在があったからこそ、今の私があると心から感謝しています。



仕事において 最も大切にしたいこと

利用者様の「できること」を奪わない介護

仕事で大切にしているのは、「利用者様に楽しんでいただくこと」と「過度な介護をしないこと」です。特に在宅で生活される方が通う施設では、ご本人が持つ能力の維持をサポートすることが欠かせません。例えば、車椅子をご自身で漕げる方にはお任せし、ご自身の足で歩ける方には見守らせていただきます。すべて手伝った方がご本人も楽ですし、私たちも早く業務を終えられるかもしれません。しかし、ご自宅で元気に過ごしていただくため、あえて手伝いすぎず、**「できること」を続けてもらう機会を奪わないよう**、常に心がけています。

私が答えます！



コミュニティハウスみんなの家
ケアリーダー
ふくだ
福田 みかさん

心身のリフレッシュや 活力につながる趣味

小学校から続けている バレーボール

私にとって最高のリフレッシュ法が、小学校から続けているバレーボールです。現在は週に1〜2回、10代から70代まで幅広い年代の仲間とミニバレーを楽しんでいます。年齢差に関係なく話せる居心地の良い集まりで、仕事の悩みも皆と汗を流すことで吹き飛ばします。私にとって不可欠な時間であり、気持ちを新たに仕事へ向かうための活力源です。

今後千寿会で 挑戦したいことや目標

「あなたに会えてよかった」と、利用者様やご家族様に心から思っていただけの場所であり続けることが目標です。そのためには、職員一人ひとりが安心していきいきと働ける環境が欠かせません。**お互いの強みを活かし、足りない部分を補い合いながら協力していくことが大切です。**これからも仲間と力を合わせ、関わる人全員にとって「ここなら安心だ」と思っていただけの施設を、みんなで作り続けていきます。

これまでの成長を振り返る！ 入職4年目の「今」



陽光園東館で活躍する、入職4年目の吉見さん。
当初は自分のケアに不安を感じる毎日でしたが、今では「この仕事が好き」と笑顔で語ります。
利用者様一人ひとりと向き合う中で見つけたやりがい、そして後輩たちへの想いとは？3年間の成長の軌跡を辿ります！



陽光園東館
よしみ れいか
吉見 玲佳さん

最も成長したと感じる点

先輩のアドバイスにより、視野が大きく広がった

入職当初は、時間内に業務を終えることで精一杯で、自分のケアが正しいのか常に不安でした。そんな私を支えてくれたのが、先輩方の存在です。先輩のケアの仕方を見て、「こうすればいいんだ」と学びました。特に印象的だったのは、**リスク管理のアドバイス**。「肘置きから手が出ていると怪我をするかもしれない」という、細やかな視点での声かけにハッとさせられました。自分のことだけでなく、周りまで見てくださる先輩の存在が、本当にありがたかったことを覚えています。経験を重ねた今、利用者様やご家族様と、**自信を持ってコミュニケーションがとれるよう**になりました。

ユニットケアのおもしろさと仕事のやりがい

一人ひとりの「違い」が、日々の発見に

4年目を迎えた今、ユニットケアのおもしろさを日々実感しています。利用者様は一人ひとり、生活のリズムがまったく違うもの。「12時ぴったりにお昼ごはんを食べたい方」や「食後でないとお風呂に入らない方」など、それぞれの違いや個性が日々の発見につながっています。何よりのやりがいは、利用者様の笑顔が見られたときです。最初は不安そうだった方が、関わる中で心を開き、**「あなたで良かった」と微笑んでくださる瞬間**は、私にとってかけがえのない宝物です。

入職4年目の想い

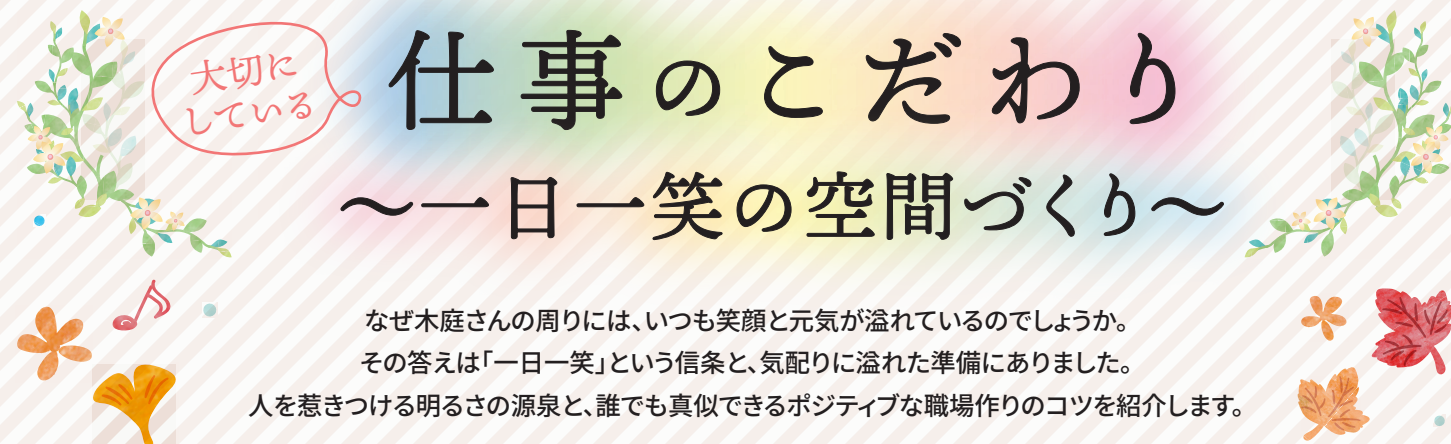
自分を成長させてくれた日々の仕事に感謝！

この仕事には本当にやりがいがあると、改めて感じています。辞めたいと思ったことはなく、毎日が楽しいことや発見の連続です。仕事を通して、人の役に立っているという実感や、周りを見る力が身につきました。プライベートでも、困っている方に自然と声をかけられるようになったのは、自分にとって大きな成長です。そして、私をいつも支えてくれる皆さんには感謝しかありません。いつも元気をもらっているぶん、私も**周りに元気を返せる存在でありたい**と思っています。これからも、みんなで良い雰囲気をつくりながら、一緒に頑張っていきましょう！

後輩へ伝えたいことと、今後の目標

憧れの先輩のように、周りを気を配れる存在へ

後輩の皆さんへ伝えたいのは、**「焦らなくて良い」**ということ。介護の仕事は、利用者様の体調によって日々変化します。そのため1人で抱え込まず、周りを頼ることが重要です。私も先輩方にそうしてもらったように、一緒に考えながら成長を支えていきたいと思っています。今後の目標は、ケアマネジャーを目指しつつ、まずは**周りから信頼されるリーダーシップを身につけること**。利用者様に寄り添いながら、職員の変化にも気づいて声をかけられる先輩になることが理想。さらに視野を広く持てるよう、今後も精進していきます。



仕事のこだわり ～一日一笑の空間づくり～

なぜ木庭さんの周りには、いつも笑顔と元気が溢れているのでしょうか。
その答えは「一日一笑」という信条と、気配りに溢れた準備にありました。
人を惹きつける明るさの源泉と、誰でも真似できるポジティブな職場作りのコツを紹介します。



デイサービスセンター 木庭 菜都美さん
悠優かしま

元気を与えるために意識している関わり方

相手の「得意」を引き出し、良い雰囲気を作り出す

特別なことを意識しているわけではありませんが、普段から利用者様や職員の方々をよく見て、「素敵なおところ」や「得意なこと」を見つけて覚えておくようにしています。例えばレクリエーションの際、「〇〇さん、これ得意でしたよね！」と声をかけると、とても喜んでくださいます。周りの職員の方々にも協力をお願いし、チーム全体で良い雰囲気を作れるよう心がけています。元気がない同僚を見かけたときは、「わかるよ」と共感を示し、まずは話を聞くことを大切にしています。

譲れないこだわりと大切にしている信条

「一日一笑」を生み出す空間づくり

いつでも明るく、元気に、大きな声でいることを心がけています。気分が乗らない日があっても、職場に来て利用者様や仲間と一緒に笑い合うことが、私にとって最高の気分転換になっています。特に大切にしているのは、会話の中で冗談を交えながら「笑う空間」を作ること。**「一日一回、自分の言動で誰かが笑ってくれたら」**と、常に考えています。工夫している点は、耳が遠い方や会話が難しい方には、大きな声だけでなく、身振り手振りで想いが伝わるようにしています。難しく考えすぎず、まずは楽しむ。それが、みんなの笑顔につながると信じています。

「こだわり」の実践で生まれた喜びのエピソード

利用者様から「あなたの声は聞き取りやすくて、わかりやすいわ」と言ってもらえることがあります。自分のこだわりが相手に届いたと感じられる瞬間は、素直に嬉しく、一つひとつの小さな「ありがとう」や笑顔が、私のやりがいになっています。

明日から真似できる仕事のコツ

テレビや動画からネタ探し

常に仕事で使えるような「ネタ探し」をしています。意外に役立つのが、子ども向けの教育番組です。面白い脳トレのコーナーなど「これはあの利用者様たちに合いそうだな」と考えながら見えています。動画でも構いませんが、利用者様の顔ぶれに合わせて「今日はこのネタがいいかな」と考えるのがポイントです。常に頭の中にネタ帳を持っておくイメージでしょうか。日頃からアンテナを張って、利用者様に楽しんでもらえる引き出しを1つでも多くしておくこと。それが私の仕事のコツかもしれません。

