

月刊 笑

Vol.31
2026.8.1



Topics

千寿会へようこそ
技能実習生を紹介します
笑顔と「ありがとう」が交差する場所
コミュニティハウスみんなの家
「通い・訪問・泊まり」の柔軟な連携で支える
小規模多機能型居宅介護みんなの家
専門性で支えるやさしい施設
グループホームひだまり



グループホームひだまり

専門性で支えるやさしい施設

介護において、専門的な知識と根拠を持ったケアは欠かせません。
人生の先輩方の歴史や価値観を尊重し、
「やさしい施設」を目指すグループホームひだまりの工夫と、職員としての誇りをお伝えします。



グループホームひだまり
マネージャー
たか た ま な み
高田 愛美さん

日々の関わりの中で
大切にしていること

チームで向き合う「行動の背景」

利用者様お一人おひとりの歴史や価値観、これまで大切にされてきたことを尊重し、のびのびと暮らしていただくことを第一に考えています。長い人生の一部に関わらせていただくからこそ、支援者の主観で決めつけず「ご本人目線」に立つことを心がけています。日々の業務では、専門職として行動の背景を理解し、安心してお過ごしいただけるよう、チームで話し合うことが欠かせません。なぜそのような行動をとられているのか、その背景にあるお気持ちを専門的な視点から共有し、関わり方や声掛けを統一してより良いケアにつなげています。

利用者様への対応と変化

地域とつながり、 笑顔が循環する環境づくり

地域密着型であるグループホームでは、**住み慣れた町での暮らしや、地域とのつながりを大切に**しています。利用者様に家事などの役割を担っていただき、生きがいを持てるよう工夫しています。例えば、ご自宅でされてきた洗濯物たたみを日課にしたり、ときどきおやつ作りなどを取り入れたりしています。また、以前野菜作りをされていた方とは、お味噌汁に使う野菜を地域のお店へ一緒に買いに行き、選んでいただくことも。地域の顔見知りの方と会話を楽しむなど、社会との交流も生まれています。畑での野菜収穫や料理も環境づくりの一つです。お手伝いに感謝をお伝えすることで、利用者様同士の支え合いの輪も広がっています。

忘れられないエピソード

言葉がなくても 互いを大切にできる尊い時間

言葉がなくても心が通じ合う瞬間に、この仕事の喜びを感じます。例えば、利用者様と一緒に時間を過ごしているとき、ただ横に寄り添っているだけで、優しく頭を撫でてくださったり、背中をさすってくださったりすることがあります。ご家族様からお預かりしている大切な時間の中で、そのような温かいコミュニケーションをとれるのは、本当にありがたいことです。言葉を交わさなくとも、お互いを大切に想い合えるひとときは、私自身が癒やされるかけがえのない時間です。

入職後の成長と働く魅力

当法人に入職し、定期的な勉強会などに参加する中で、根拠に基づいたケアの大切さを学びました。介護には豊かな感性も必要ですが、専門的な知識と根拠がなければ、利用者様の本当の幸せにはつながりません。「なぜそうするのか」を理解した上でケアを行うようになり、自身の成長を実感しています。介護職は、人生の大先輩である利用者様の大切な時間

感性と専門知識が創る「やさしい施設」

を共有し、生きる知恵や人生訓を直接教えていただける仕事です。この貴重な経験は人生の糧となります。これからも専門性を磨き、目標である「やさしい施設」であり続けられるよう努めてまいります。

ひだまり流「やさしい施設」3つのポイント

- ① 確かな専門知識と根拠に基づいたケア
- ② 支援者の主観を交えない「ご本人目線」の徹底
- ③ チーム全員で背景を理解し、関わり方を統一



技能実習生を

紹介します!

2026年春、インドネシアから3名の技能実習生が新たな仲間に加わりました!
文化や言葉の壁を乗り越え、一生懸命に介護を学んでいます。
皆さん、どうぞ温かいサポートと声かけをお願いします!



コミュニティハウスみんなの家
ニタ ヌルシパさん

プロフィール

ニックネーム ニタさん

出身地 インドネシア

趣味 バレーボール

中学校から続けています。地域のサークルにもお誘いいただき、これから参加するのが楽しみです!

休日の過ごし方 料理、母国にいる家族と電話

家事のほか、インドネシアの麺料理「ミーアヤム」などをよく作っています。醤油とニンニクを使った甘辛い味付けが特徴です。また、一番の息抜きは母国にいる家族との電話です。休みの日に両親や弟といろいろな話をします。両親から「体に気をつけてね」と声をかけてもらうことでリフレッシュしています。



▲日本語学校で学んでいたころ

入職のきっかけ

かねてからあった日本で働きたいという思い

ジャカルタの日本語学校で当法人をすすめられました。四季のある日本で働きたいと以前から思っており、未経験でしたがすぐに挑戦を決めました。2026年3月に入職し、初めて日本の美しい桜を見ることができました。

働いてみて感じたこと

周囲の助けと利用者様の温かさに感謝

未経験で大変な思いもしましたが、周囲の皆さんが優しく教えてください、まるで妹や娘のようにかわいがっていただき、心から感謝しています。言葉の壁、特に熊本弁に苦労することもあります。日々お話しする中で「たまがった(びっくりした)」「あとぜき(戸締まり)」「がまだす(がんばる)」などの方言を少しずつ覚え、楽しくコミュニケーションをとっています。

今後の目標

資格取得に挑戦し、さらなる躍進を

日本語能力試験N4を取得済みで、次はN3、最終的にはN1取得が現在の目標です。いずれは介護福祉士の資格にも挑戦したいと思います。実務での目標は、身体介護なども積極的に学び、経験を積むことです。プライベートでは、日本の各地を旅行し、北海道で雪遊びやスキーを体験したり、友人がいる東京を観光したりしたいと考えています。



特別養護老人ホーム陽光園 本館
シティヌルジャナさん

入職のきっかけ

日々の学びを求めて日本へ

インドネシアの日本語学校で学んでいた際、介護職の募集を見つけました。日々たくさんのことを学べる点にひかれ、入職を決めました。2026年2月に来日し、3月から勤務しています。

働いてみて感じたこと

利用者様に対するサポート度合いの違い

最も驚いたのは、「利用者様ができることは、可能な限りご自身で行っていただく」という日本の介護方針です。すべてをサポートするインドネシアとの違いに最初は驚きましたが、現在はその支援方針に則り日々の業務に取り組んでいます。入職から3か月が経ち、日本語で利用者様や職員の皆さんとお話することにも慣れ、自身の成長を感じています。

プロフィール

ニックネーム ジャナ

出身地 インドネシアのスバン

休日の過ごし方 料理

高校から続けているバドミントンは、ラケットがなく現在お休み中。休日はインドネシアの友人と集まり、大好きな辛い味付けの料理を作っています。得意料理は、タピオカ粉を練って揚げる「チレン」。職場の皆さんにお裾分けして喜んでいただき、嬉しく思いました。



▲七夕の飾りつけ

今後の目標

信頼される職員を目指して

これからも日本語の勉強を続け、利用者様に心から信頼していただける職員になることが目標です。



陽光園東館
エノクルシアナさん

入職のきっかけ

コミュニケーションを通じて日本語を上達させたい

インドネシアの日本語学校で学んでいたころから介護職を希望していました。日本語を上達させ、しっかりコミュニケーションを取れるようになりたいと思ったのが大きな理由です。日本語能力試験のN4に合格したタイミングで、千寿会の面接を受けました。千寿会は、インドネシアの日本語学校でも「良い法人」として知られています。Instagramで、インドネシア人が千寿会で働いている様子を見たことも、入職を決めた理由の一つです。

働いてみて感じたこと

周囲の温かいサポートで少しずつ業務を習得

最初は熊本弁が難しく、「びっくりした」を「たまがる」と言うなど言葉の壁に困ることもありましたが、皆さんが優しく教えてください少しずつ理解できるようになりました。入職して約3か月が経ち、歯磨きや食事介助、お風呂の介助などは一人でできるようになり、おむつ交換も覚えることができました。仕事が終わった後に家でノートを見返して勉強するなど、自分なりに努力しながら仕事を覚えています。

プロフィール

ニックネーム ルシアナ

出身地 インドネシアのマジャレンカ

趣味 バレーボール、アーチェリー

高校のころは週に2回ほど練習していました。

休日の過ごし方 友人と買い物、家で料理

野菜料理や卵焼きのほか、インドネシア料理もよく作ります。一番好きなのは「セブラック」という辛い食べ物です。



▲家の近くで家族や友達と集まる場所。涼しくてとても快適!

今後の目標

資格取得と、母国での夢

2027年に日本語能力試験のN3に合格することです。そして、将来インドネシアに帰ったときには、家を建てて薬局を開き、他の人が病気になったときに手助けができるよう、社会に貢献したいと思っています。





コミュニティハウスみんなの家
(地域密着型特定施設入居者生活介護)
介護リーダー

むら かみ よし み
村上 良美さん

笑顔と「ありがとう」が 交差する場所

コミュニティハウス みんなの家

ご自宅のように自分らしく過ごせる空間と、
利用者様の意思を尊重した支援を通じて、
ご家族様にも安心をお届けする日々の実践をお伝えします。

環境づくりの工夫

自由と安心が共存する空間づくり

私たちは、お一人おひとりが慣れ親しんだ生活空間で過ごせることを目指しています。ベッドやクローゼットは備え付けてありますが、ご自宅で使用されていたタンスやテレビ、着慣れたお洋服など、何でも自由にお持ち込み可能です。ご夫婦で入居される方には夫婦部屋をご用意し、お二人でくつろげる空間を整えています。ご家族様が面会に来られた際も、時間を制限せずゆっくりお話しして、昔の様子などを伺うことで、ご家族のようなサポートができるよう心がけています。

現場の実践ノウハウ

心と心を通わせるチームケア

一つ屋根の下で生活する場として、家族のようなアットホームな環境づくりを実践しています。利用者様の心に寄り添い、困っていることがあればしっかりと話を伺い、職員間で情報を共有しています。

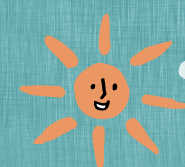
意思を尊重したサポート

何事も強制することではなく、ご本人の意思を尊重しています。おやつ作りや昔ながらの餅つきなどの行事を実施していますが、気乗りしない方には無理な参加を勧めることはありません。
また、安全に配慮しながらもご自身で歩くことを大切にできるよう、その方に合った歩行器や車椅子を提供し、自立支援を行っています。

利用者様との関わり方

再会と新たな出会いが交差する居場所

初めて入居されるときは、自ラ話しかけられず緊張されている方が多いため、不安の軽減を重視しています。私たちが間に入り、他の利用者様とコミュニケーションが取れるようサポートすることで、徐々に笑顔が見られるようになります。当施設は地元の方が多く、入居してみたら昔の仕事仲間やご近所さんだったというケースも少なくありません。知っている方がいる安心感から、すぐに打ち解け、そこから新たな輪が広がっていくのを感じます。



「通い・訪問・泊まり」の柔軟な連携で支える

小規模多機能型居宅介護みんなの家

通い・泊まり・訪問を一貫して提供し、利用者様の些細な変化を逃さない「みんなの家」。

臨機応変な対応力と自立を促すアプローチにより、

住み慣れた我が家での暮らしを長く支え続ける事業所の強みに迫ります。



当事業所の強み

一体的なサポート体制

当事業所の最大の強みは、通い・泊まり・訪問のサービスを一貫して提供できる点です。すべてのサービスを同じ事業所の職員が一貫して担当するため、自宅と事業所双方での様子を把握でき、些細な変化にも素早く気づくことができます。複雑な引き継ぎ手続きがないため、急な宿泊や夕方の訪問追加といった要望にも臨機応変に対応でき、迅速な支援が可能です。

想いに寄り添う支援

人生観の尊重と自立

日々の支援で最も大切にしているのは、利用者様一人ひとりの人生観の尊重です。ご自宅へ訪問すると、大切に飾られている写真など実際の生活空間を目にする機会があり、その方のこれまでの歩みや好みを深く理解することができます。また、何でも手伝うのではなく、ご飯炊きや洗濯、台拭きなど、ご自身でできる動作はなるべく続けていただくよう意識しています。手を貸しすぎずに生活機能を維持してもらうことで、住み慣れた自宅で少しでも長く暮らせるようサポートしています。



小規模多機能型居宅介護みんなの家
主任ケアワーカー

ふく だ
福田 みかさん

地域で支える在宅生活

ご家族様や近隣との連携

最近、心身の状態が不安定になり、近隣住民の方々や同居するご家族様の介護負担が増大している利用者様がいらっしゃいました。そこで当施設ではご家族様やご近所の方々、職員が集まって最近の出来事や困りごとを話し合う場を設けました。1人になると不安になりやすい傾向があり、その時間をなるべく減らすため、通いサービスの時間を延長したほか、同居するお孫様にも職場へ相談していただき、勤務時間を考慮していただきました。関係者の方の協力体制により利用者様の情緒も落ち着かれました。以前までは「1人で外に出て危ない」などネガティブな報告が多くあがっていましたが、最近では1人で外出していると近所の方から温かい声をかけていただいたり、足元が危ないときに家まで送り届けていただいたりといった、「地域全体で支えていく」ことにつながりました。

職種を超えたチームケア

些細な気づきを共有

在宅生活を守り抜く原動力は、職員間での徹底した情報共有です。毎日、朝・昼・夕方の申し送りで「いつもと様子が違う」といった些細な変化や気づきを記録に残し、全員に伝達しています。また、管理者、ケアマネージャー、看護師、介護士の間に職種の壁はなく、対等に相談し合える風土があります。
利用者様のケアは1人では成り立ちません。職員それぞれに向き・不向きがあるからこそ、お互いの得意なところを伸ばし合い、利用者様を最優先に考えながらも、職員自身も楽しく働ける環境を全員でつくり上げています。

