



GUIDEBOOK

高齢者を支える仕事を知ろう

# みんなの 介護福祉

小学校高学年・中学生用

「介護の仕事」理解副読本

島根県福祉・介護人材確保対策ネットワーク会議

# はじめに



## 「介護」って何？

みなさんは、「介護」ということばを聞いて、どのようなイメージをもちますか？「身体の不自由な方のお世話をすること」や、「手助けをすること」などのイメージが湧いてくるかもしれませんね。

介護の「介」という漢字は、人が「間をとりもつ」「付き添う」という意味があります。「護」という漢字は、「まもる」とも読み、文字どおり「まもる」という意味があります。「獲」の字は、鳥を「手でつかむ」という意味があるようですので、自分の手元において「まもる」という意味が込められているのかもしれません。「介護」の意味を漢字の成り立ちから見ると、「人が手をたずさえて、まもる」ととらえることもできますね。

一方、英語では介護のことを、care（ケア）と言います。ケアということばは、みなさんの周りにもたくさんあります。例えば、「髪の毛のケア」や「お肌のケア」「こころのケア」「フットケア」「洋服のケア」などのように、皆さんの周りで意外とたくさん使われていて、また、実際にみなさん自身も「ケア」をしていることがありますね。

「ケア」ということばは、とても広い意味で使われています。「看護」の現場でも「ケア」ということばが使われますが、そこに共通するのは、「配慮」や「関心」、「気遣い」という意味です。

このようにして、「介護」ということばの意味を考えると、みなさんがはじめにイメージしたものよりも、幅の広い意味を持ったことばであることがわかります。

介護の仕事は、今見てきたことばが意味するように、『介護の必要な人のそばで、その人をまもり、安心してよりよい生活ができるように、その人に関心を持ち、気遣いや配慮をする仕事』と言えます。介護の必要な人とは、身体やこころが思うように動かず、そのことによって日々の暮らしの中で、不自由さを感じている人たちです。みなさんも、ケガや病気をした時には、元気な時よりも、不自由さを感じることがあると思いますが、そんな時に、誰かが心配してくれて、身の回りのお世話をしてくれることで、その不自由さが軽減された経験はありませんか？

## 一人ひとりの価値観を大事にする「介護」

ここでとても大事なことがあります。それは、身体やところが思うように動かなくなったとしても、人にはみんな、気持ちや考えがあるということです。お年寄りは、老化という現象によって、若い人よりも、動作が遅くなったり、目が見えにくくなったりします。認知症によって、脳の働きが低下し、さっきあったことを思い出せなくなることもあります。それでも、人にはみんな、気持ちや考えがあります。私達やみなさんと同じように、嫌な事をされたら不快な気持ちになるし、自分の考えを否定されると自信がなくなります。

すべての人は、お母さんのおなかの中から生まれ、赤ちゃんの時期があり、小学校や中学校に行き、社会に出て、やがて少しずつ老いていきます。そして、一人ひとりの人生は、この流れの中で、様々な経験によって形作られます。今のお年寄りの中には、戦争に行った経験のある人もいます。一人ひとりにはそれぞれの人生の歴史があるということです。そして、みなさんの歴史ももう始まっています。70歳のお年寄りには70年の歴史があり、10代の皆さんは10数年の歴史があります。そんな人生の歴史の中で、人は色々な考えを身につけていきます。少し難しいことばで言うと、価値観の形成です。どんなことが大事だと考えているのかということが価値観ということばで表されます。みなさんは何を大事にしながら暮らしているのでしょうか。頑張って勉強することが大事だと考えている人、お友達と仲良くすることが大事だと考えている人、人にやさしくすることが大事だと考えている人、みんなそれぞれ大事にしていることが違ってきますね。若い人もお年寄りも、生活に不自由さを感じている人も、みんなそれぞれが大事だと考えていること（価値観）があります。

介護とは、介護の必要な人に寄り添って、『一人ひとりの気持ちや価値観をまもっていくこと』と言い換えることができます。「介護」とは、そのような仕事です。「介護」とは、誰かを大切にしたり、されたりする場です。みなさんも、そのような介護の場面に触れてみて、介護について考えてみましょう。



### 目次

#### 1. 「年をとる」ことを理解しよう — P3

- 「年をとる」ことによる心身の変化を知ろう — P4
- 「年をとる」ことを体験してみよう — P13
- 車いすの介助のポイント — P18

#### 2. 高齢者介護の仕事を知ろう — P19

- (1) データでみる高齢化 — P19
- (2) 介護の仕事の内容 — P21
- (3) データでみる高齢者介護の職場 — P23

#### 3. 介護の現場に行ってみよう P23

- 高齢者の方と交流する際に役立つ  
コミュニケーション — P23
- 介護士さんの声と利用者さんの声 — P24

#### 4. 職場体験をしてみよう — P25

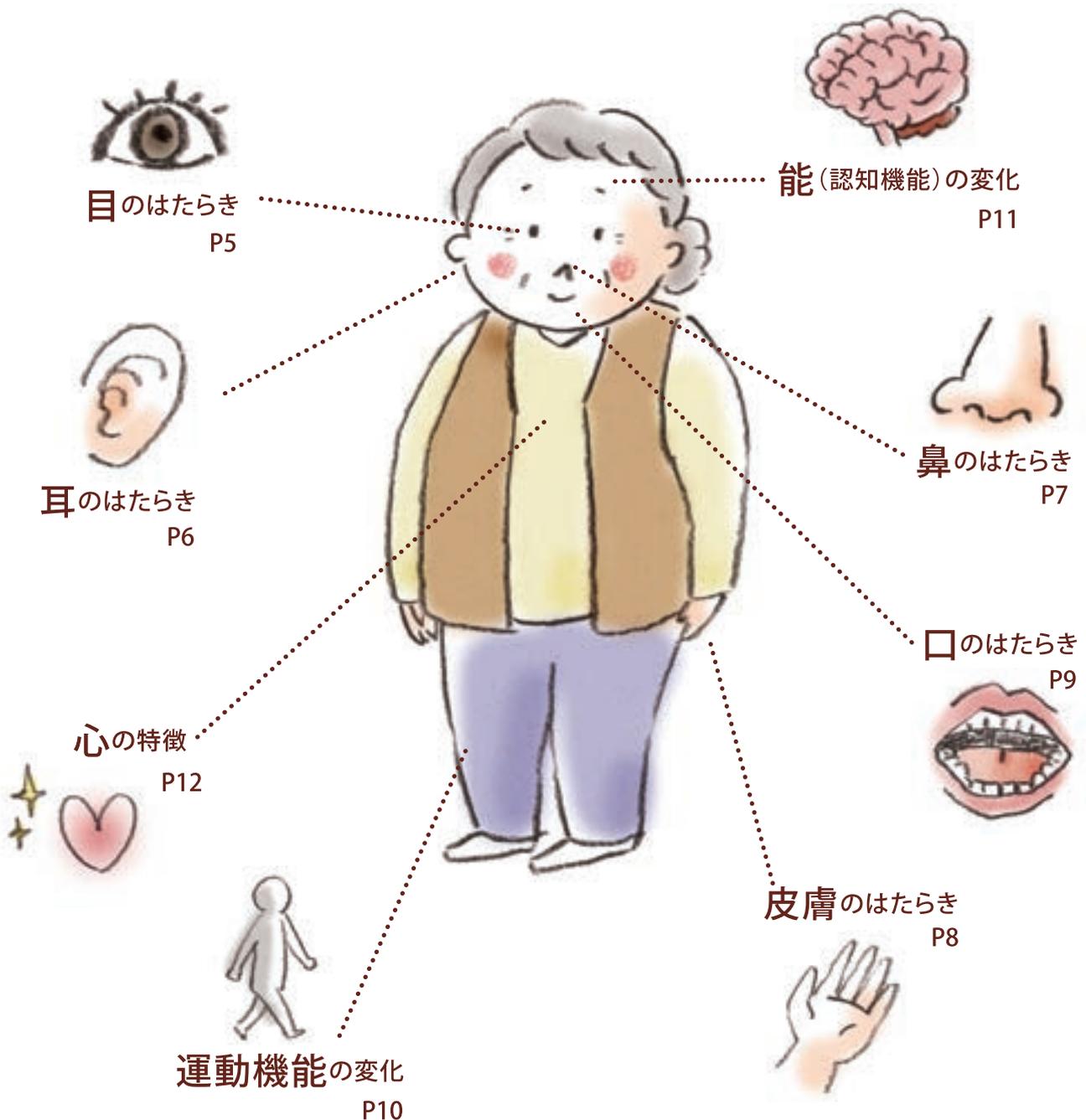
- 職場体験の事前準備 — P25
- みんなの感想 — P26

# 「年をとる」とどうなるの？

「年をとる」ことを「加齢<sup>かれい</sup>」といいます。

加齢にともなって感覚や運動機能などが

低下することを「老化<sup>ろうか</sup>」といいます。



# 1 「年をとる」ことによる 心身の変化を知ろう

- (1) 感覚の変化
- (2) 運動機能の変化
- (3) 脳(認知機能)の変化
- (4) 心の特徴



## 能(認知機能)の変化

ものわすれ、記憶力の低下、  
名前が思い出せないなどは  
「脳(認知機能)」の変化の  
せいなのかな。

感覚の変化



## 目のはたらき

年をとったら「目」のはたらきは  
どう変わるのかな。  
そういえばお年寄りにはメガネを  
かけている人も多いね。  
なぜだろう。

感覚の変化



## 鼻のはたらき

年をとると「鼻」のはたらきにも  
変化があらわれるよ。  
そもそも「鼻」は生きていく上で  
どんなはたらきを  
しているんだろう。

感覚の変化



## 口のはたらき

しゃべったり、食べたり、  
飲んだりする「口」のはたらきも  
変化していくよ。  
歯のはたらきも関係が  
あるのかな。

感覚の変化



## 耳のはたらき

暮らしていくのに大きな役割をもつ  
「耳」はどう変わるのかな。  
耳が遠くなるって、  
どんな感じなのかな。



## 心の特徴

年をとると「心」はどう変化するんだろう。  
いろいろな気持ち、  
いろいろな場面を  
想像して考えてみよう。



## 運動機能の変化

歩いたり、走ったり、しゃがんだり、  
ジャンプしたり。  
「運動機能」は年をとるととも  
にどうなるのかな。

感覚の変化



## 皮膚のはたらき

若い人とお年寄りとは手や顔などの  
「皮膚」の様子がちがうよね。  
年をとるとどんな変化が  
起こるのかな。

memo

---



---



---



---

# 1 (1) 感覚の変化 - ①



## 目のはたらき

目は、人間の活動において重要な役割を果たしています。物の形、動き、色など、外界から得る情報の8割は目のはたらきによるといわれています。人間の目のはたらき（視力）は、40歳くらいから低下し、75歳を過ぎると急激に低下するといわれています。

「年をとる」  
ことによって  
起きること

- 近くの物がぼやけて見える。
- 目の中のレンズが白く濁る。
- 物が黄色がかって見えたり、色の区別が難しくなる。

寄りそい方

こんなことに  
気をつけましょう

見えにくくなったら早めに病院に行き、適切なメガネをかけることをすすめましょう。物にぶつかったり、照明を明るくすることや身の回りの物を整理しておくようにしましょう。



考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

# 1 (1) 感覚の変化 - 2



## 耳のはたらき

耳は、言葉を聞きとるコミュニケーションや、歌やメロディーなどの音を聞く楽しみ、周囲の危険に気づくなど、大切な役割を果たしています。

「年をとる」  
ことによって  
起きること

- 高い音が聞きとりにくい。
- 「一時(いちじ)」と「七時(しちじ)」というような似た音が聞きとりにくい。
- どちらの方向から声や音がしているのかわかりづらい。

寄りそい方

こんなことに  
気をつけましょう

音が良く聞こえるように補聴器をすすめてみたり、話をするときは声の高さや大きさに注意し、ゆっくり、はっきりと話しましょう。静かな環境の中で、身ぶり手ぶりをまじえながら会話し、自分の伝えたいことが伝わっているか確認しましょう。



考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

# 1 (1) 感覚の変化 - ③



## 鼻のはたらき

鼻は、においを感じるはたらきをしています。においを感じることは身のまわりの危険に気づくためにも大切です。

「年をとる」  
ことによって  
起きること

- においの感覚がおとろえ、腐った食品、ガスのにおい、尿のにおいなどに気づきにくくなる。

こんなことに  
気をつけましょう

身のまわりを  
清潔に保ちましょう。



考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

# 1 (1) 感覚の変化 - 4



## 皮膚のはたらき

皮膚は、感触、力、痛さ、温かさ、冷たさの刺激をすぐにとらえて脳に伝え、体を反応させるはたらきをしています。

「年をとる」  
ことによって  
起きること

- 温度や痛みに対する感覚がにぶくなる。
- 手や指先の感覚がにぶくなると、お風呂に入るとき、お湯の熱さがわからずやけどをしたりする。

寄りそい方

こんなことに  
気をつけましょう

お湯や暖房器具を  
使うときは、やけどに  
注意しましょう。



考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

# 1 (1) 感覚の変化 - ⑤



## 口のはたらき

口は、「食べる」「話す」「呼吸する」など、人が生きていくための基本のはたらきをしています。

「年をとる」  
ことによる  
起きること

- 塩味を感じにくくなる。
- かむ力が低下し、飲みこむ力も弱くなる。

寄りそい方

こんなことに  
気をつけましょう

口の中を清潔に保てるように  
しましょう。食事は、かたさ  
や形など食べやすいように  
工夫しましょう。



考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

# 1 (2) 運動機能の変化



## 運動機能

「年をとる」  
ことによって  
起きること

- 筋肉:70歳代で20歳代の50パーセントにまで減少するため、階段の上り下りがむずかしくなる。
- 骨 :もろくなり、骨折しやすくなる。
- 関節:硬くなるため、手を上げたり、しゃがんだりすることがむずかしくなる。
- 動作:ゆっくりになる。

寄りそい方

こんなことに  
気をつけましょう

身体を動かしたり、移動をするときにバランスをくずしやすいので、手すりを使ったり、そばで体を支えたりしましょう。



考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

# 1 (3) 脳(認知機能)の変化



## 「年をとる」 ことによって 起きること

個人によって差がありますが、加齢にともない、記憶力の低下（ものわすれ）や体力、視力などがおちていきます。しかし、知恵や社会に適応する能力は、年をとっても、長く高いレベルが保たれます。また、年をとってからの生きがい（よろこび、しあわせ）は、まわりの人からの支援に影響されています。自分のことを大切に思ってくれている人の存在や、その人たちの手助けによって、生きがいが高まっていきます。

## 寄りそい方

こんなことに  
気をつけましょう

近所の人や友人との交流を続けたり、昔歌った歌や踊り、趣味などをいつまでも行えるようにはたらきかけましょう。



## [ものわすれと認知症]

認知症になると、食事を食べたことなどの体験を忘れてしまいます。食べたメニューを思い出せないのは「ものわすれ」、食べたこと自体を覚えていないのは「認知症」のうたがいがあります。そのほか、認知症になると、時間・場所・人がわからなくなる、おこりっぽくなるなどがあり、病気が進行すると日常生活が困難になります。しかし、認知症の人は昔のことはよく覚えていて、人の気持ちもよくわかりますので、話をゆっくりきいて、やさしく声をかけましょう。

考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

# 1 (4) 心の特徴

## 「年をとる」 ことによって 起きること

お年寄りはさまざまな場面で疎外感や孤独感を感じるなどの「寂しい」思いを経験している人が多いといわれています。その「寂しい」思いから、不安になったり、話し相手を求めたりします。また、うたがい深くなったり、頑固になったり、短気になったり、自己中心的になったりする人もいます。自分の体が年々弱っていくことの自覚から、体のことを必要以上に心配したり、いろいろなことをあきらめたりすることも多くなります。

## 寄りあい方

こんなことに  
気をつけましょう

日常生活のなかで、お年寄りに寂しい思いをさせないように、話題を共有したり、いっしょに過ごす時間をもちましょう。町なかやバスなどで出会ったときは、気持ちよくあいさつをし、道や席をゆずりましょう。



話したがり



頑固



うたがい深い



寂しい

考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

## 2 「年をとる」ことを体験してみよう

前章で学んだ老化による感覚の変化を  
実際に体験してみましょう。

### 高齢者疑似体験セット

ヘッドホンや特殊メガネ、手足の重りをつけて、  
年をとることによる身体的な変化を知り、  
お年寄りの気持ちや介護方法、コミュニケーションの  
取り方を体験的に学ぶことができます。



お年よりの気持ちや  
苦勞がよくわかる

体験してみよう  
特殊メガネ  
P14

体験してみよう  
手首おもり

体験してみよう  
手袋と  
サポーター  
P16

体験してみよう  
杖

体験してみよう  
ヘッドホン型  
耳せん P15

体験してみよう  
ひじサポーター

体験してみよう  
ひざサポーター

体験してみよう  
足首おもり

体験してみよう  
くつ型サポーター

高齢者疑似体験セット



高齢者疑似体験セットについてのお問合せ先

島根県福祉人材センター ☎0852-32-5957

島根県福祉人材センター石見分室 ☎0855-24-9340

# 「年をとる」ことを体験してみよう



## (1) 目が見えにくい状態の体験



### 体験してみよう!

- 特殊メガネをつけて新聞を読んで見る。
- 色紙を見て、何色かあてる。
- 色鉛筆でぬり絵をする。

### 体験後にみんなで話し合ってみよう

新聞の文字は読めた？

---



---

何色がわかりにくかった？

---



---

ぬり絵はきれいに塗れた？

---



---

考えてみよう！自分にできることは何？

---



---



---



---

## 「年をとる」ことを体験してみよう



(2) 耳せん、または脱脂綿を耳に入れ、高齢者の方が聞きにくい状態を体験してみましょう。



### 体験してみよう!

- 耳せんをして伝言ゲームをする。
- 10人1グループでペアをつくり、同時に話をする。
- 歌をうたう。

### 体験後にみんなで話し合ってみよう

相手の話がよく聞こえた?

---



---



---



---

耳せんをして歌をうたったときと、  
耳せんをしないでうたったときの違いは?

---



---



---



---

考えてみよう! 自分にできることは何?

---



---



---



---

## 「年をとる」ことを体験してみよう



### (3) 高齢者の方の指先感覚の体験

軍手、ゴム手袋を使用して、  
高齢者の方の指先の感覚を体験してみましょう。



#### 体験してみよう!

- 折り紙で飛行機や鶴をおる。
- 本や新聞をめくる。
- はしを使う。(皿の上にあるものを  
はしでつかむ)
- 靴のひもをほどいたり、  
結び直したりする。

#### 体験後にみんなで話し合ってみよう

手袋をはめて行うとき、  
どんなところが困った?

---



---



---



---

途中でやめたくなくなったりした?

---



---



---



---

考えてみよう! 自分にできることは何?

---



---



---



---

## 「年をとる」ことを体験してみよう

### (4) 運動機能のおとろえ体験

高齢者疑似体験セットを使用して、廊下や階段の上り下りを体験してみましょう。



#### 体験してみよう!

- 2人1組になり、体験セットを装着し、1人は疑似体験者、1人は介助者になり、交代で体験する。
- 介助者は疑似体験者の横で声をかけながらゆっくりと歩く。
- 階段の上り下りのときは安全に注意し、手すりを使ったり、介助者が手をそえる。

#### 体験後にみんなで話し合ってみよう

体験セットを装着したとき、ふだんの自分の体とどこが違った?

---



---



---



---

階段を上り下りしたとき、どんな気持ちでした?

---



---



---



---

介助をしてもらった感想は?

---



---



---



---

介助をしたとき、どんなことに気が付いた?

---



---



---



---

考えてみよう! 自分にできることは何?

---



---



---



---

# 車いす介助のポイントを知ろう

## ◆名称



## 操作方法について

### ◆車いすの広げ方

- ①ブレーキがかかっているか確認する。
- ②車いすの横に立ち、アームサポートを両手で押し広げる。
- ③車いすの前に立ち、両手をハの字にしてシートを押し下げる。



※このとき、座席と両サイドの間に手をはさんだり、フットサポートに足をぶつけないように注意する。

## 操作方法について

### ◆車いすの折りたたみ方

- ①ブレーキがかかっているか確認する。
- ②左右のフットサポートを上げる。
- ③車いすの横に立ち、座席の真ん中の手前と奥を持ち、上に引き上げる。
- ④アームサポートを左右近づけて折りたたむ。



## 操作方法について

### ◆車いすの押し方

#### でこぼこ道



キャストを上げて進む。

#### 段差



上がるときは前から進む。下るときは後ろ向きに下りる。

#### 坂道



※車いすを動かすときは、安全を確認し声をかけてからゆっくり行いましょう。

memo

---



---



---



---

## 2 高齢者介護の仕事を知ろう

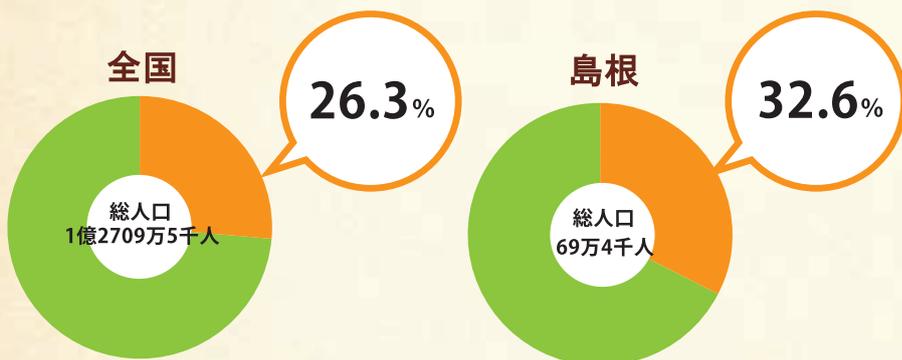
### (1) 高齢者人口の変化と介護の仕事の重要性

- 2015年現在、日本は4人1人が65歳以上の高齢者ですが、2035年には3人に1人が65歳以上の高齢者という社会が来ると言われています。
- 島根県は、2015年現在、3人に1人が65歳以上の高齢者です。日本全体がその割合になるのは2035年頃と言われているので、島根県は全国よりも20年先を行っています。

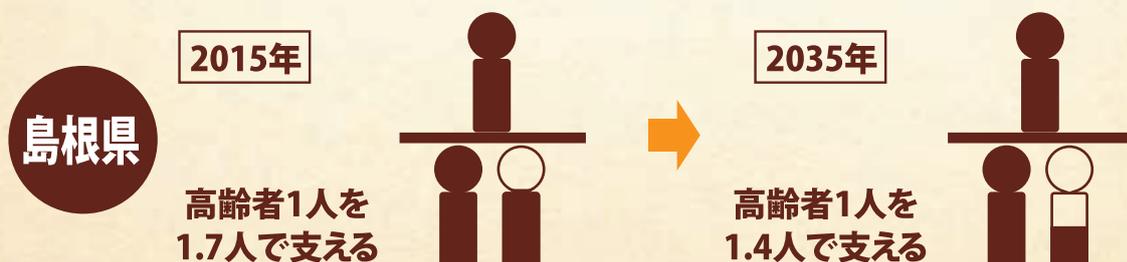
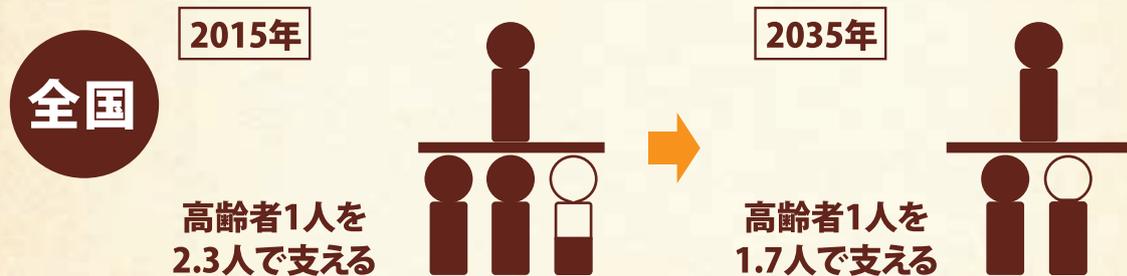
#### 65歳以上の高齢者の状況(全国、島根県)

	総人口	65歳以上人口	総人口に占める65歳以上の割合
全国	1億2709万5千人	3346万5千人	26.3%
島根県	69万4千人	22万6千人	32.6%

総務省「国勢調査」  
2015年10月1日現在

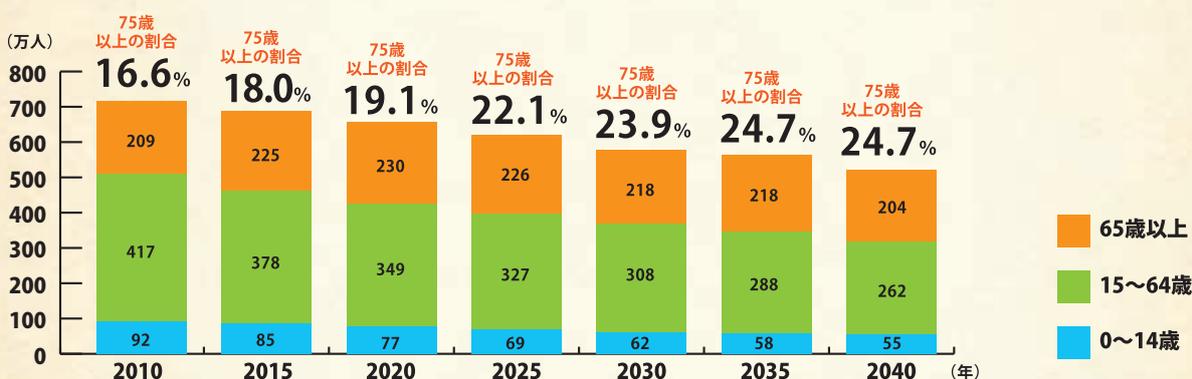


- 15歳から64歳までの人を65歳以上の高齢者を支える側とすると、2015年では、高齢者1人を2.3人で支えていることとなります。2035年では、1.7人で支えなければならなくなるといわれています。
- 島根県では、すでに2015年で高齢者1人を1.7人で支えています。2035年には高齢者1人を1.4人で支えなければいけません。



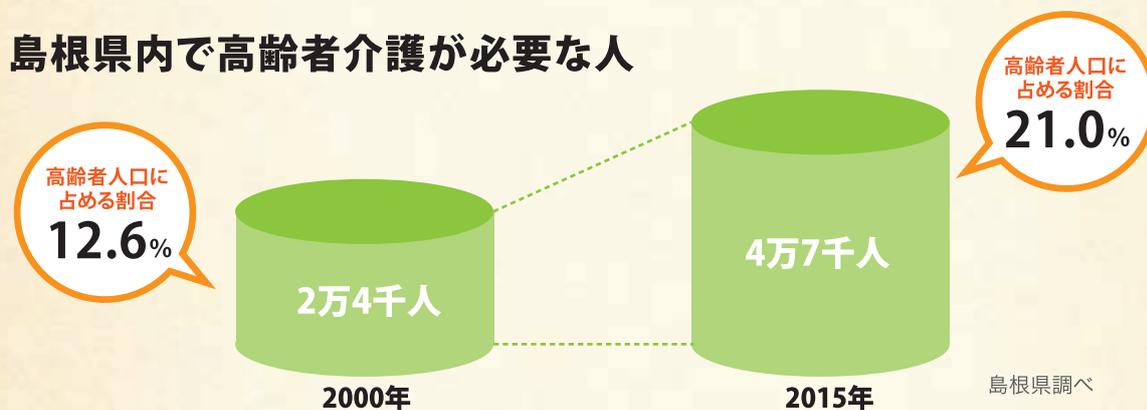
- 年をとると体の機能がおとろえ、日常生活を送ることが難しくなる方が増えてきます。特に75歳以上になると、介護が必要な方の割合が増えてきます。
- また、かつては、祖父母と両親、子どもと一緒に暮らすのが一般的でしたが、今では、進学や就職のため都会に出て暮らす人が多くなり、一人暮らしの高齢者や高齢者だけの世帯が増えてきました。一人暮らし、あるいは高齢者だけで暮らしておられる方の多くが、健康面や生活面で不安を感じています。
- こうした状況があるため、今、介護を必要とする高齢者を支える介護の仕事とそこで働く人がたくさん必要になっています。

## 島根県人口の年齢構成の推移



国立社会保障・人口問題研究所「日本の都道府県別将来推計人口」

## 島根県内で高齢者介護が必要な人



## 島根県内の一人暮らし高齢者と、高齢者だけの世帯状況



2015年10月現在

## 2 (2)介護にはどんな仕事があるの

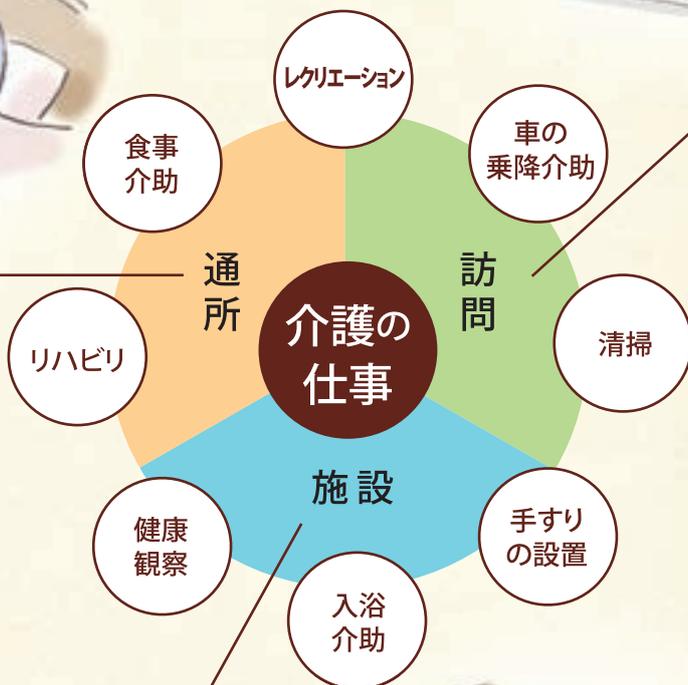
高齢者介護の施設や事業所では  
たくさんの人たちが介護の仕事をしています。

- 仕事の内容は、食事をしたり、外出したり、トイレに行ったり、お風呂に入るなどのふだんの生活がしづらくなっただ方を支援することです。
- 介護の仕事は、大きく分けると、通い、訪問、施設でのサービスがあります。
- 介護の仕事は、人によろこんでもらえる“やりがい”のある仕事です。



### 通所介護

デイサービスセンターなどに通ってこられる高齢者の方の健康の状態を観察したり、食事、入浴、レクリエーション、送迎などのサービスを提供します。



### 訪問介護

自宅などで過ごされている高齢者の方に、身の回りの清掃や外出の手伝い、食事の準備、困りごとの相談対応などのサービスを提供します。

### 施設介護

施設に入所されて生活している高齢者の方に、食事や入浴、トイレ、リハビリテーション、レクリエーションなどのサービスを提供します。



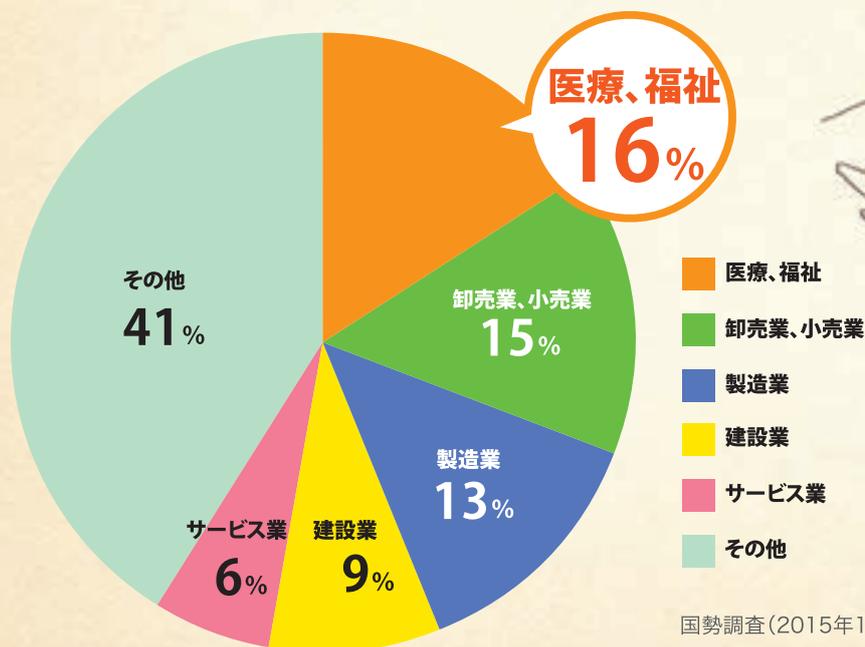
## 2 (3) データでみる高齢者介護の職場

- 高齢者介護サービスを提供する事業所(介護の職場)は15年間(2000-2015年で2倍に増えています。
- 介護の職場(「医療、福祉」)は島根県内で一番多い事業所。

### 高齢者介護サービスを提供する事業所の推移



### 島根県の事業所全体の内、介護職場(医療、福祉分野)の占める割合



## work 仕事の現場に行ってみよう！

介護福祉士さんの

仕事の  
様子は

介護福祉士(介護士)の資格を取ることで、介護に関わるさまざまな仕事に携わることができるようになります。仕事の内容は基本的に介護を必要としている人のサポートです。それは身体の介助だけでなく、生活や精神にも範囲がおよびます。場所は、介護施設、老人ホーム、利用者の自宅などさまざまです。場所によって行う仕事内容は変わりますが、いずれの場合も利用者を助ける、介護するというのが介護福祉士(介護士)の仕事です。



写真協力/社会福祉法人しらゆり会



高齢者だけでなく  
お友達や家族との  
コミュニケーションにも  
役立つ技ですね

## 介護の技を教えてください！

高齢者の方と交流する際に  
役立つコミュニケーションの技

- 相手とまっすぐに向き合う。
- 相手に体を傾けると、話しに乗りだして聞き入っている印象を持ってもらえる。
- リラックスして話を聴く(自分が緊張していると、相手をもっと緊張させてしまう)
- 視線が同じ高さになるように、そして、時々視線をはずす。視線が強すぎると相手がこわく感じてしまう。時々はずすなどの工夫が大切。

● 耳を傾けることや、話を聞きながら相づちをうつなど、心を開いて相手に関心を寄せている印象を持ってもらう。(腕や足を組むような姿勢は、相手に、こわい、関心がない印象を与えてしまう)

## 高齢者介護の職場で働く人の声



介護の仕事は、食事やお風呂の手助けをすることだけではありません。利用者の方がすごしたい生活にどれだけ近づけるかが大切です。たとえば、外出をしたいという希望がかなったとき、本当にいい笑顔を見せられます。こんなとき、介護の仕事をしていてよかったと感じます。

## 高齢者介護サービスを利用している人の声



今、週3回、通いの介護サービスを利用しています。いつもは9時半から10時ごろ起きるのですが、サービスの日は8時半には起きて、準備して迎えを待っています。友達もふえたとし、職員の方も親切でよく声をかけてくれます。ここに来るのが楽しみです。

毎日、福祉施設で元気に生活しています。ここは食事がとてもおいしいし、職員の皆さんも優しいです。リハビリもありがたいです。ぬり絵や手芸、パズルなどの娯楽やレクリエーションもあります。外出をして買い物に行くときが一番楽しいですね。

memo

---

---

---

---

# 職場体験をしてみよう

学校の近くの介護の職場（施設・事業所）で、利用している高齢者の方とお話をしてみましよう。ふだん聞けない話が聞けたり、実際の介護の仕事について学ぶことができます。



## （１）事前の準備

### ◆事前指導を必ず受けること

体験する施設・事業所が決まったら、体験を行う前に、体験先の担当者から、施設の様子や、体験に当たっての注意事項・持っていくものなどについて指導を受けてください。

### ◆十分に体調を整えて体験に参加すること

かぜやげりなどで体調をくずし「このぐらい大丈夫」と思っても、体験先の利用者の方に病気をうつすと大変なことになってしまいます。十分な体調で体験に参加することは、とても大切なことです。

## （２）体験を行う場合は、特にこんなことに注意しよう

### ◆利用者の方との接し方の基本や安全確保を理解して取り組むこと

利用しておられる高齢者の方には、それぞれの心身の状況などに応じた適切な接し方があります。一人ひとりの立場に立って、それらの方々を理解し、接するよう努めてください。体験先は利用者の方のための場所です。利用者の方が不愉快になるような身なりや言葉づかい、態度をしてはいけません。また思わぬけがにもつながりかねないので、利用者の方が近くにおられる場合などは、行動・動作にも十分に注意してください。

## 職場体験の例

この職場体験はあくまでもひとつの例です。体験メニューやその内容については、体験先とよく相談して決めてください。

1 日目	午前	<ul style="list-style-type: none"> <li>●オリエンテーション（体験内容の説明、利用者の方との接し方の基本や注意点の確認など）</li> <li>●施設（事業所）内の見学</li> </ul>
	午後	<ul style="list-style-type: none"> <li>●利用者の方へのあいさつ、お茶くばり、食事の手伝い</li> <li>●1日目の反省</li> </ul>
2 日目	午前	<ul style="list-style-type: none"> <li>●今日のスケジュールなどの確認</li> <li>●お茶・おしぼりくばり、利用者の方とのコミュニケーション</li> </ul>
	午後	<ul style="list-style-type: none"> <li>●配膳の手伝い、食事がたづけ、レクリエーションの手伝い</li> <li>●2日目の反省</li> </ul>
3 日目	午前	<ul style="list-style-type: none"> <li>●今日のスケジュールなどの確認</li> <li>●リハビリの手伝い、ベッドメイキング</li> </ul>
	午後	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自分たちで考えたお別れ会</li> <li>●3日間を通した反省会</li> </ul>

memo

---



---



---



---

## 夏休み介護の職場(仕事)体験してどう思った？

- 初めはとても緊張しましたが、利用者さんや職員のみなさんと話すうちに、緊張もとけ、楽しく体験できました。そして、利用者さんがお昼寝の時間も職員のみなさんはそれぞれお仕事をやっていたりするところを見て、大変なことも多いんだなあと思いました。今回体験してみて、楽しかったし、貴重な体験ができてよかったです。
- 今回体験で、実際、最初は不安や緊張がとてもあったけど、利用者さんと話す事にやっぱり年がちがうので話がわからなかったりもあったけど、楽しい、嬉しいという気持ちの方がたくさん生まれました。今日は絶対にこういう仕事をしたいと思ってきたわけではないけれど、体験し、たくさんの事を学んで、こんな仕事もいいなって思いました。将来に役立つ体験ができてよかったです。
- 今日は、初体験をして、とても楽しかったです。給食の片付け、話遊びをして楽しかったからです。また、体験してみたいです。僕は、みなさんと遊んだりして、楽しかったです。今日は、本当にありがとうございました。
- 難しかったけど、やりがいもあって楽しかったです。(高齢者の方との会話が特に難しかったです。)(お話をうなずきながら聞いていると、ありがとうと言っていただいたり、お菓子の袋を開けてあげるとおいしそうに食べておられてやりがいを感じました。)
- とても忙しそう毎日大変なのに、笑顔を絶やさずにがんばっておられる姿は、とてもすてきで輝いていました。そして、今日、人の役にたつことはとてもいいことということが改めて分かり、とても良い機会になりました。
- 僕は、将来、自衛隊になろうと思っています。なので介護はやりたくないと思います。ですが、自衛隊も介護はあるので、この経験を生かしてより多くの人に助けたいです。祖父と祖母が介護が必要になったときは、しっかりと介護したいと思います。
- 今日、介護体験をしてみて、たくさんの事を学びました。介護体験をするのは初めてで、分からない事だらけでしたが、職員のみなさんが、明るく優しく対応してくださったので緊張がとけました。将来、役立つと思うし、家にいるおばあちゃんへの接し方や食事などどのような工夫をしたらいいのか分かった事がたくさんあったので、来てよかったです。
- すごく楽しい時間をありがとうございました。私は介護のボランティアをするのは、今回が初めてでした。最初は、すごく不安だったけど、やっていくうちに慣れて、自分的には、しっかりと動けたかと思えます。介護するのもすごく大変だけど、食事を作るのや、買い物を一人でするのはすごく大変なことだと改めて実感しました。将来は「建築士」になろうと思っているけれど、介護もいいと思います。今日は本当に楽しい時間をありがとうございました。これからがんばってください。
- 今まであまり知らなかった介護の仕事について、たくさん知ることが出来たり、普段あまりすることのない体験もたくさん出来たので、すごくよかったです。今日のこの職場体験で、もっと福祉の仕事についてもっと知りたかったり、この仕事に就いてみたいと思いました。きちょうな体験が出来てよかったです。ありがとうございました。
- 利用者の方達といろいろなことを話せてよかった。仕事をしているところを見ると、1人1人しっかりコミュニケーションをとっていてすごいと思いました。体験する前はそこまでこの仕事に興味がありませんでしたが利用者さんとコミュニケーションをとるのはとても楽しく、介護の仕事にも、すごく興味が出ました。

