

長野県介護福祉士会広報誌

CareWorkしなの



Contents

- 01 国試応援・次年度総会お知らせ
- 02 研修会報告
- 04 教えて大先輩
- 05 地元の推しグルメ
- 06 事務局からお知らせ
- 07 編集後記

Topics 01

介護福祉士国家試験の
受験者を応援！

Topics 02

令和7年度定時社員総会のお知らせ

Topics
01

介護福祉士国家試験の受験者を応援！

北信支部 ● 鹿野真朱美

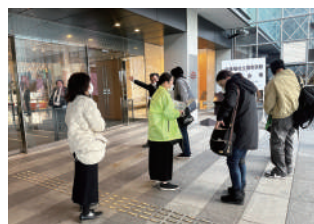
1/26(日)シャトレゼホテルにて実施された国家試験の応援に行ってきました。試験会場には緊張感が漂い、仲間同士で励ましあう姿もみられ、長い学習期間を経て迎えたこの日、それぞれが自分の力を信じて挑んでいる様子が伝わってきました。

応援にかけつけた私たちも、試験を受けた日のことを思い出し、彼らの努力に心から敬意を感じました。試験が終わってから「会場で会えてドキドキしていたのが、嬉しくなってスッキリできた」と言ってもらえ、応援に行っても良かったと感じています。



今年の問題の第1問はアドボカシーに関する問題でした。正解は「希望を言いだしにくい利用者の意思をくみ取り、その実現に向けてとりくむ」。初心を思い出せる問題でした。

また、第5問はキャリアパスに関する問題でした。応援を通じて、キャリアパスに向けて努力することの大切さを改めて実感しました。自分自身も学び直し、学んだことを実践できるように自己研鑽を続けていきたいです。貴重な経験をさせていただきありがとうございました。

Topics
02

令和7年度定時社員総会のお知らせ

6/14(土)飯山市文化交流会館なちゅらで行います

令和7年度定時社員総会は6/14(土)に行います。会場は飯山市文化交流館なちゅら。飯山駅から徒歩5分の場所にあり、付近には飯山市ふるさと館、飯山市美術館、飯山伝統産業館など、見どころ満載の場所にあります。なちゅらはカラマツやヒノキなどの長野県産木材で建てられ、すべての梁が斜めに接合された繊細な建物です。ナカミチと名付けられたロビースペースにはぎわいと交流の空間として作られたもので、総会当日はこの空間を活用し支部同士の交流や地域の方との交流の場とする予定です。

また令和7年度からは支部総会と本会総会を合同で行う事となりました。一人でも多くのご出席をお願いいたします。

講演会講師には株式会社NGU代表の山出貴宏(やまだかひろ)氏をお呼びする事となりました。「介護職が知っておきたいほんとうの自立支援がわかる本」「よくある場面から学ぶ認知症ケア」などの著書があり、介護研修事業「ステップ」や生活維持向上倶楽部「扉」などを運営されています。

山出氏は研修・セミナー・講演会など年間100本をこなし、介護現場での実践的な知識を提供されている方です。みなさんにとって良き学びの機会としていただければと思います。



研修報告

東信支部 ● 宮原 健太

ボッチャ体験会に参加して

CDブロックの研修会「ボッチャを知ろう!体験しよう!利用者を楽しめるレク技術!」に家族で参加させていただきました。ボッチャと聞くと、パラリンピック競技、障害者のためのスポーツというイメージが思い浮かびます。私はボッチャを体験したことがありませんでしたが、講師の方にルール説明をしていただいたところ、子どもにもわかりやすく、見ていて視覚的にも楽しめる競技だと感じました。実際に試合をしたところ、初めは緊張していた子供達も、試合が進むにつれて初対面のメンバーの方と話し合いながら楽しく参加できました。

ボッチャは、健常者と障害者、大人とこどもも分け隔て

なく対等に楽しめるスポーツだと思います。

私は病院の医療療養病棟で勤務していますが、病棟のレクリエーションでも少し工夫をすれば、患者さんにもボッチャを楽しんでいただけるのではないかと思います。



北信支部 ● 佐藤 大介

医労連との懇談会がありました

先日2/10長野県高校教育会館にて、長野県介護福祉士会と医労連の懇談会が開催され、参加をしてきました。時間が限られていましたが、どんな取り組みをしているかお互い聞くことが出来ました。働く担い手を守ることが大事で、どうすれば守れるか・人員増加について話を聞き、私たちを守るためにがんばってくれているんだなと感じ、より協力していければ、お互いに良い関係性が持てるのではと感じました。

私たちの身近な事について意見交換をする時間もあり、参加された皆さん様々な思いや困っていることを聞きました。新入職員についても聞き、どの事業所も苦勞をされているんだなと感じました。ある事業所ではたくさん採用され、ある事業所では応募がこないとの話もありま

した。指導についても話をし、独り立ちをするまでは、以前と違い丁寧に教えていかないといけないんだなと思いました。

年一度の開催ではありますが、一度ではなくもっと回数を重ねお互い協力し合えば、より良い社会になっていくと思います。



中信支部●古畑麻弓

サービス提供責任者部会の ハラスメント研修を受講して

最近少しずつ増えてきた訪問介護の研修では、普段は一人での訪問が多い職場なので、こういった機会に様々な事業所の方との交流も楽しみの一つとして受講させて頂きました。

近年、介護職員へのハラスメントについてよく耳にするようになりました。ハラスメントは、受けている側が「こちらの対応が悪かったのだろう」などと自身の言動や行動に責任を感じて、ハラスメントを受けたと感じていない場合もあります。どういったことをハラスメントとして捉えるのか、そしてそれは事業所としてどのように対策をしておくことが必要なのか等、グループワークを通して他の方のご意見や考えも伺いながら学ぶことができた大変勉強になりました。

ハラスメントは、自分が自分を守るためにも皆で事案を共有し、そういったことが発生した際に、速やかに対応していける体制作りが必要なのだと感じました。ただ、相手からされたことに対して、嫌だと感じたこと全てがハラスメントではなく、介護の世界では「相手を知ること」が基本というところで、やはり情報収集をしておく、その情報を皆で共有しておくことが大切なのではないかと感じています。

今後も専門職としてのスキルアップをしながら、介護職員皆が安心して働くことができる働きやすい職場を目指していきたいと思っています。



南信支部●市瀬芳明

長野県外国人介護人材 受入支援事業集合研修

2/19(水)、飯田短期大学にて外国人介護人材が、介護現場で適切なコミュニケーションを用いて、利用者の状況に応じた介護が提供できるように本研修が実施されました。

研修が始まる前の挨拶時に受講生の皆さんに「毎日楽しく仕事されていますか?」と聞くと、笑顔で「楽しく仕事してます」と返事をしてくれたことがとてもうれしく思いました。地元でも多くの外国人人材が働いていることを初めて知り驚きもありましたが、講義に向かう受講生の方達の眼差しには力強さを感じました。介護職員の不足が多くの介護現場へ影響を及ぼしていることは言うまでもありませんが、日本の労働者人口も減少してきてい

る中では現場を支えていくため、外国人人材の採用もこれからは重要なマンパワーの確保策であることは間違いないかと思います。今回は受講生の働いている施設の相談員さんも多く見学に来てくださっており、現場の話を聞くこともできました。外国人人材を受け入れる側もしっかり体制を整えてくださっていることにはありがたさを感じました。



堀 祐子 (ほり ゆうこ) 様

ホットハウス「信濃ときわ南の家」認知症対応型共同生活介護(グループホーム)ケアマネージャー
池田町の高瀬荘にて施設長をされていらっしゃいました。外部評価委員会や松本短大の先生や
介護福祉士の 実技試験官など歴任されていらっしゃいます。

Q1 現在の介護福祉士の方々について

今の介護福祉士の方々はどうも勉強しています。私も皆の中で教えて頂いています。介護の考え方も昔とは違ってきます。事業所の考え方もあります。施設の職員の方々も毎週、勉強会をしています。介護福祉は進歩していますが、昔から変わらないものもあります。利用者さんへの対応や利用者さんの気持ちを汲むとか利用者さんへの声掛けもそうです。資格があっても声掛け一つで人柄が出てしまう事もあります。気持ちは今も昔も変わりませんので大事にしていきたいと思っております。

『教えて大先輩!!』

Q2 介護福祉士の時は何を大事にされてきましたか?

一番は利用者さんの気持ちです。昔は何もない中でやっていました。利用者さんはネルの着物を着て、介護員は、作業衣を着て介護していました。利用者さんは皆、ベッドの中にいました。ベッドをギャッチアップし、まずは離床からはじめました。介護福祉の制度が出来て、「集団」ではなく「個人」の時代へと変わっていきました。

Q4 介護福祉士に期待することは?

できるだけ利用者さんに「優しく」接して下さい。

Q3 どんな福祉の勉強をされてきたのですか?

昔は寝ている利用者さんが当たり前の時代でした。たまに歩いて食堂に来る利用者さんがいるくらいでした。スウェーデンやデンマークに海外研修に行き、利用者さんが「寝ている」のは駄目だと学びました。ここは利用者さんの「生活」の場であると。そこでまずは普段着に着替えてもらう事から始めました。

Q6 若さの秘訣は?

沢山の友達と話してお茶を飲むことと家族の支えです。先輩方が「介護福祉士会」を大きくして下さいましたし、私も副会長を務めさせていただき刺激をいただきました。現在は利用者さんに会ったり、職員と話をしてするのが楽しみです。ね。「介護の仕事がしたい」と思ってこの世界に飛び込んで良かったと思います。それが今の自分に繋がっています。感謝申し上げます。

Q5 ストレス解消法は何ですか?

「詩舞(しぶ)」(詩吟に合わせて扇子のみを持って舞うこと)です。
鈴木会長:「堀さんは師範の腕前でいらっしゃいます。介護福祉士会でも来て踊って下さいました。」



Relay talk

地元の推しグルメ

北信支部 須坂ブロック 武田 知三

中野市にnana-mar(ななまーる)というお店があります。小さい子供がいると周りに気を遣い外食を控えることが多くなりますよね。ここの店主さんは「こどもと一緒に、家族と一緒に外食を楽しもう」をコンセプトにカフェを営まれています。遊具やおもちゃが沢山置いてあるので子供は退屈せず、子供のメニューも離乳食からお子様プレートまで豊富にあります。座敷エリアとテーブル・カウンター席エリアに分かれているので、子連れ以外の方もゆったりと過ごすことができますよ。ランチメニューもあり、どの料理も美味しいですが、看板商品のナナライスがおすすめ！中野市に来られた際は是非行ってみてください。



東信支部 ABブロック 勝山 裕之

私の推しグルメ。小諸市にある「やきとり あおい和田店」のやきとりをご紹介します。

あおいのメニュー全て推しですが、一番の推しはやきとりのレバーです！半生で口に入れた瞬間、口の中で程よく溶け絶妙な歯ごたえ。七味を入れたつけダレとの相性は抜群です！ビールや焼酎で追いかけたくなる一品であります。その他にもかしら、しろ、なんこつ、つくねなど様々なやきとりが出迎えてくれます。昨年、韓国にパトロールに行ってから韓国風な食べ方にハマってしまい、やきとりを韓国のりに乗せ、キムチ、にんにく焼きと一緒に包んで口の中に入れるともう…！是非、お近くにお越しの際は「あおい和田店」にお越しください！



中信支部 中信東ブロック 吉江 志乃

私がオススメするのは、松本市並柳、やまびこ道路沿いにある洋食・ハーモニーさんです！

添えたオムライスの写真…これMですよ、奥さん!!思わず「わあ!」って声が出ます。メニューの品数も豊富です。ハンバーグとクリームコロッケとかね、一皿で二つ楽しめちゃうメニューも多いのです(毎度悩む)。いろいろ食べたい同志におすすめです。セットメニューのメインを単品でも注文できます。

私は仕事終わりにしか行ったことがないのですが、ランチもいつも混んでいるとか。ボリュームがあるけど、美味しくて食べられちゃう!幸福と後悔を感じる中年ですが、翌日の仕事を頑張ればカロリーはゼロだと切実に考えています。



南信支部 上伊那ブロック 黒田 将太

私の地元の推しグルメは伊那のB級グルメ「ローメン」です。

ローメンは太めの中華めんにマトンやジンギスカンが乗った麺料理で、スープタイプと焼きそばタイプの2種類があります。またもう一つの特徴としては“自分で完成させる料理”とも言われており、お好みでソースや酢、一味変わったところではカレー粉や紅ショウガなど置いてある店もあり、自分好みの味にカスタマイズすることができるのも楽しみの一つです。

おすすめのお店は「シャトレ」です。どちらのタイプも楽しむことができるので伊那にお越しの際はぜひお試しください。



事務局からお知らせ

みなさん、ケアウェルってご存じですか？

会員のみなさまは長野県介護福祉士会と併せ日本介護福祉士会の会員でもあります。日本介護福祉士会では正会員のみなさんに、個人サイト「ケアウェル」を提供しています。

ケアウェルでは、登録されている氏名や住所、メールアドレスが確認できるほか、以下の機能が使えますのでご紹介いたします。

- **WEB会員証の表示**

※カード型会員証については、R6年度いっぱいまで廃止となります

- **介護福祉士会からののお知らせの表示**

- **都道府県介護福祉士会、日本介護福祉士会からの
お知らせが会員ページから確認可能**

- **WEB会員情報変更**

- **現住所や勤務先情報の変更**

- **年会費支払い方法の変更**

- **姓変更 など**

カード型会員証はR6年度いっぱいまで廃止となります。

またR8年度には日本介護福祉士会の広報誌についてもデジタルでの配信に移行していく予定です。今後、ケアウェルの機能もどんどん充実してまいりますので、ぜひ、お早目にケアウェルへのご登録をお済ませください。

ケアウェルに
についての
詳細・ご登録は
こちらから ▶



ケアウェルの活用方法については、
日本介護福祉士会のYouTubeチャン
ネルで紹介されております。
こちらのQRコードからご覧ください ▶



最新情報をまとめてチェック！

公式HP



『ケア輪久』

「誤嚥性肺炎予防を考える」研修会を受講して

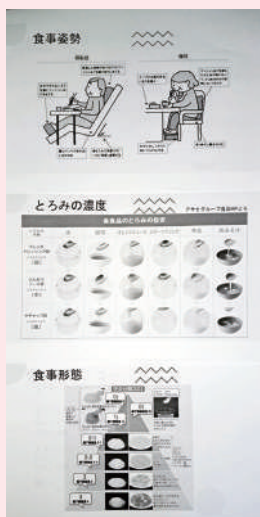
10/11(金)長野県介護福祉士会
中信支部 大北安曇野ブロックにて

「嚥下機能についての研修」(生活支援技術)をズームで受講させて頂きました。先生は、藤森病院の「摂食嚥下領域認定言語聴覚士」の「濱松早希子先生」です。

「嚥下とは」「機能低下の障害」「食事姿勢」「私達が出来る日々の口腔ケア」についてのお話を伺いました。「誤嚥性肺炎の症例」から具体的なケアを学びました。

介護職員として働いていた、濱松言語聴覚士(s t)先生のお話で、私達が日頃から対面している様々な症例にどうやって対処していけばよいのかを考えさせられました。自分の父親も唾液の量が少なくなり、最近デイサービスで白米飯をのどに詰まらせたようです。どんなに気を付けていても、年をとればどんどん口腔内の機能は失われていくものです。気を付けたいものです。

濱松先生(担当者:大北安曇野ブロック長 塩原さん)ありがとうございました。
中信支部 新村千草



編集後記

寒くなり、インフルエンザやコロナが蔓延する時期となりました。

「菌を施設に入れない」「もし菌が入ってしまったら、施設から出さない」

徹底して気を付けているところだと思います。少し窮屈で不便なところもありますが、「感染症対策」は「自分の為」に、「皆の為」に... 外は寒いし、雪は降るし、自分の体調も絶好調というわけではなく...

人手不足の中、大変ですが乗り切っていきたいですね。

中信支部 新村千草



長野県介護福祉士会広報誌「ケアワーク信濃」

Vol.178(2025年3月号)

発行:公益社団法人 長野県介護福祉士会
会長:鈴木よし子



<事務局>

〒380-0936 長野県長野市中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所庁舎2F

TEL:026-223-6670 FAX:026-223-6679

Email:info@kaigo-nagano.jp