

未経験から始める、生活を支える介護

問合せ 高齢社会対策課計画係☎5984-4584



(株)みんなのかいご 訪問ヘルパー／宮澤佐智子さん

●知識ゼロから介護の世界に

介護職を始めたきっかけは、親の介護が必要になったときに役立つ知識を得たいと思ったからです。介護の経験が全くなかったので、最初は「勉強させてもらおう」という気持ちで、**資格を取得できる「介護スタッフ研修」**を受講しました。

やりがいは、利用者の方から感謝の言葉をいただけることです。とても励みになります。

●日常生活の延長が仕事に

介護職には「身体的に大変」などのマイナスイメージがありました。研修を受講し、自分が当たり前のようにやっている家事も、年齢を重ねると難しくなることを知り、掃除・洗濯など家事援助のサービスが求められていることに気付きました。逆に、**日常生活の延長が仕事になると**いうハードルの低さが、一步踏み出す勇気になりました。

●プライベートとの両立も充実

訪問介護は**週1日1時間からでも働ける**ので、プライベートと両立しやすく、子育て中の方も多く働いています。子どもの学校行事や体調を崩した時に休みをとることになども、柔軟に対応していただけます。心的負担がなく休める環境は、**誰にとっても働きやすい**と思います。

●ライフステージに合わせて成長できる

家事援助の仕事を1年間続け、介護の仕事にもっと深く関わりたりなり、**身体介護ができる資格を取得するため「介護職員初任者研修」**を受講しました。子どもが大きくなったら、国家資格である介護福祉士の資格取得に挑戦したいです。職場には40~50代で初めて介護職に携わる方や、セカンドキャリアとして活躍している方もいます。どのタイミングで介護の世界に飛び込んでもキャリアアップでき、**ライフステージに合わせて成長できるのも、介護職の魅力**だと思います。



利用者の声
いつも明るくはつらつと
働いてくれて、
とても助かっています!

- ## 1日の流れ
- | | | |
|-------------|---|--|
| 8:40 | 出勤
職場に立ち寄らず、
利用者宅に直行できます | |
| 9:00~10:00 | 1件目の利用者宅へ
掃除や洗濯を行います | |
| 10:20~11:20 | 2件目の利用者宅へ
日用品や食材などの買い物代行・調理を行います | |
| 11:40 | 一時帰宅！昼食タイム
お昼をとったり、自宅の家事を済ませたりします | |
| 13:00~14:00 | 3件目の利用者宅へ
トイレや浴室、キッチンなどの水回りを掃除します | |
| 14:20 | 帰宅
お疲れ様でした！ | |

※感染症予防のため、勤務中はマスクを着用していますが、撮影のため外しています。

あなたも訪問ヘルパーに！

区独自 介護スタッフ研修の受講生を募集

介護の仕事の基礎を学びます。修了者は、区内で要支援相当の方を対象とした訪問サービス(家事援助のみ)に従事できる資格を取得できます。希望する方は、事前説明会に参加してください。**対**来年1月19日(月)・21日(水)・22日(木)・28日(水)に1日4~5時間程度、ココネリ3階で開催する研修の全日程に参加できる方 **※28日の研修終了後、区内の介護サービス事業者が集まる就職相談会を開催します。**

〈事前説明会〉

日来年1月14日(水)午前10時~11時35分 **場**ココネリ3階 **定**60名
(抽選) **申**12月15日(月)までに練馬福祉人材育成・研修センターHPまたは電話で同センター☎6758-0145 **※**結果は12月下旬に通知します。 **※**保育室(1歳以上の未就学児対象。定員10名)を利用したい方は、併せて申し込んでください。



練馬区介護サービス事業者連絡協議会会長／加藤均さん

受講をお待ちしております！

ちょっとした空き時間を活用したい方、新しいキャリアを築きたい方など、さまざまな方が挑戦できるところが訪問ヘルパーの魅力です。区独自で行っている介護スタッフ研修を受講し、介護の世界に一步踏み出してみませんか。