

一歩を踏み出す 介護のしごとガイドブック



介護のしごと NURSING CARE 十人十色。 SO MANY MEN, SO MANY MINDS.





知っていますか？

「新しい」介護の働き方。



介護の仕事と聞いて、どんなイメージをお持ちでしょうか。

「給与がちょっと…」 「体力的に大変そう…」 「オフの時間が取れないのでは…」

こうしたイメージをお持ちの方、実はそれ、過去のものです。

ICT技術による介護のDX化や、国主導で進められている処遇・環境改善などで、
介護の働き方は一昔前とは異なるものに変化しています。

“町田の介護のしごと、ホントのところ”を知って、介護業界を目指してみませんか。



そもそも、介護の仕事って、どんな仕事？

多くの人が思い浮かべる「施設介護員」のほかにも、多彩な職種があります。
あなたの強みや得意に合った仕事が見つかるはずです！

施設介護員

施設を利用する方に身体
介護などのケアを行う仕事



ケアマネージャー

介護を受ける方に適したケア
プランの作成などを行う仕事



送迎ドライバー

通所施設などを利用する方を
車で送り迎えする仕事



まちいきヘルパー

市内の高齢者の自宅で、身体介護を
伴わない家事援助を行う仕事



施設管理者

介護施設の管理・運営や
人材マネジメントを行う仕事



介護事務

介護保険に関する書類作成
などの事務業務を行う仕事



栄養士

栄養に関する指導や助言、
献立の管理などを行う仕事



他にも多数！
詳細はお問合せ下さい

疑問を解消！ 実際のところをお答えします！ 介護のしごと Q & A



Q1. 給与は安い？

A1. 年々上昇しています。

国や事業所が積極的な処遇改善に取り組んでいて、平均給与は右肩上がりです。



賃金は
年々UP!

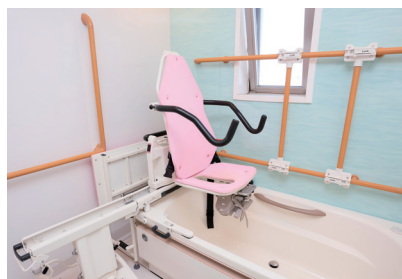
※介護労働者（管理職を除いた無期雇用職員、月給）の所定内賃金（毎月定額で支給される交通費、役職手当等含む。ただし残業代、含まず）

※公益財団法人労働安定センター「介護労働実態調査」のデータをもとに作成

Q2. キツイ仕事？

A2. 技術の活用により働きやすくなっています。

介護設備の充実やICT技術の導入などで、身体的負担が減っています。幅広い世代が活躍していて長く働き続けられる仕事です。



Q3. どんな働き方？

A3. 施設により日勤のみも可能です。

「デイサービス」「訪問介護」などの事業所なら、一般的な会社員と同じような時間で働けます。

通所系介護 (デイサービス)



- 日帰り利用なので日勤
- 送迎などの仕事も

訪問系介護 (ヘルパー)



- 利用者の自宅を訪問
- すきま時間で働ける

施設系介護



- シフト勤務
- 介護スキルが高まる

数字でみる介護の仕事

POINT 01 離職率



全産業の平均が15.0%
ほぼ同水準！ ※R4「雇用動向調査」
厚生労働省

POINT 02 1週間の平均残業時間



8割以上が「残業なし」
または「5時間未満」と回答！

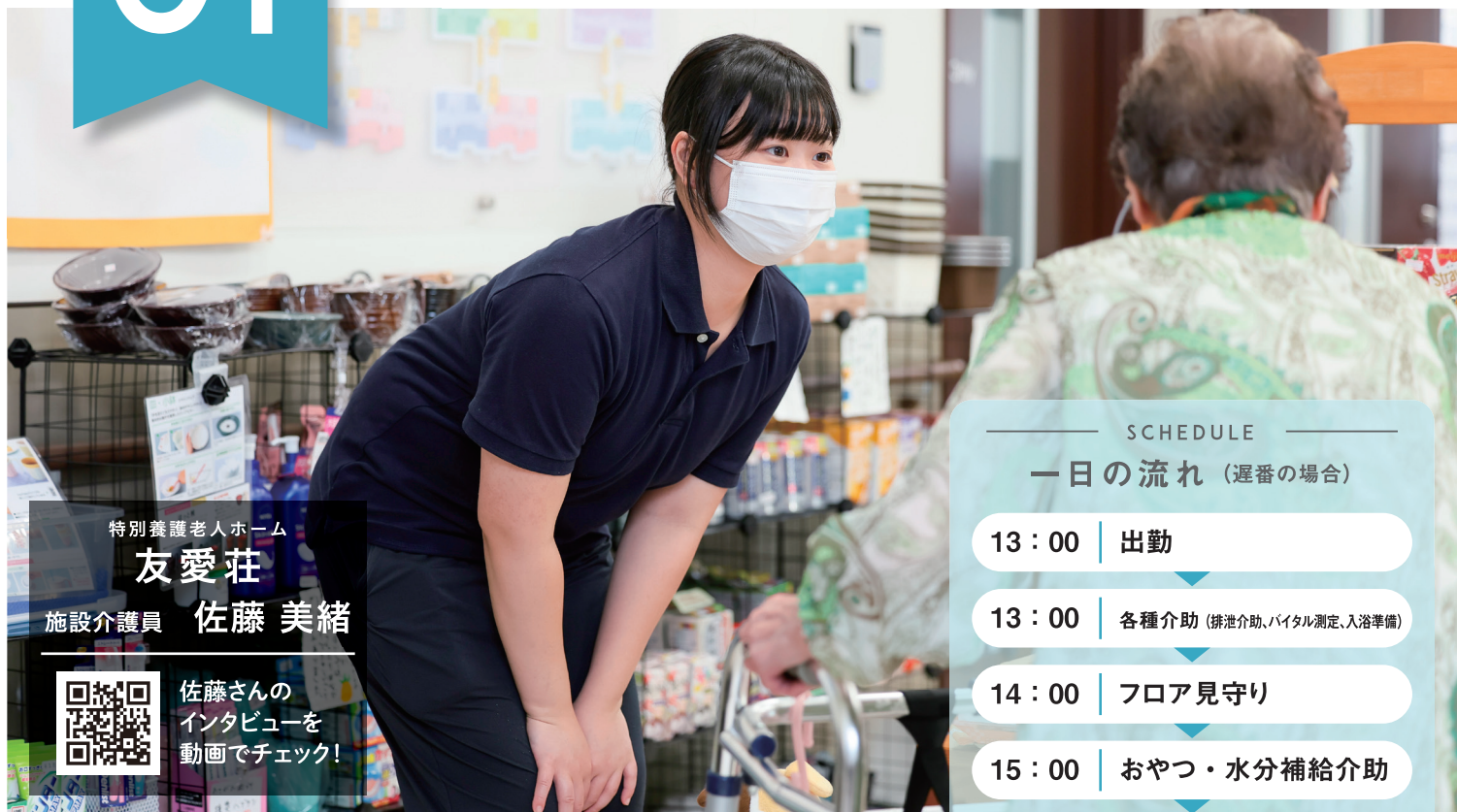
POINT 03 市内の事業所数

636事業所

※2024年4月時点

自分に合った事業所が
見つかるチャンス大！

「人と話すのが好き」。 介護の仕事でとても大切なこと。



特別養護老人ホーム

友愛荘

施設介護員 佐藤 美緒

佐藤さんの
インタビューを
動画でチェック！

SCHEDULE

一日の流れ（遅番の場合）

- 13:00 | 出勤
- 13:00 | 各種介助（排泄介助、バイタル測定、入浴準備）
- 14:00 | フロア見守り
- 15:00 | おやつ・水分補給介助
- 16:00 | 休憩
- 17:00 | 夕食準備
- 17:30 | 夕食（配膳・食事介助）
- 19:00 | ナイトケア・トイレ誘導
- 21:00 | 配薬（就寝前）間接業務・記録
- 22:00 | 終業

Q 介護の仕事のやりがいについて教えてください。

A ケアを担当している利用者の方やその家族の方と接する中で、「いつも助かるよ。ありがとうね」と声をかけていただくことが多いんです。本当に必要とされている実感があり、介護の仕事を選んで良かったと感じますね。



Q 未経験スタートでも大丈夫？

A 実際に仕事をする中で感じているのが、コミュニケーションの大切さ。利用者の方や家族の方、同僚など、周囲と積極的に話すことが重要な仕事なので、「人と話すのが好き」という方なら、それを強みにスタートできると思います。私の働く施設では、研修などのサポートもあります。



Q プライベートの過ごし方は？

A 休日は友人と遊びに行くことが多いですね。最近ハマっているのが、ラーメン店めぐり。町田エリアは激戦区と言われていて、美味しいお店が多いんです。帰宅後もシフトによりますが、お酒を飲みながらTVを見るなど、ゆったり過ごしてリフレッシュできています。



研修や仲間の存在が心強く 私を支えてくれている。



ヘルパーステーション

めぐみ

訪問介護員 益田 尚子

益田さんの
インタビューを
動画でチェック!



SCHEDULE 一日の流れ

08:45 | 1 件目の自宅へ移動

09:00 | ヘルパー業務 排泄介助、朝食配膳、
服薬、掃除、洗濯等

11:00 | 自宅へ戻って家事

13:45 | 2 件目の自宅へ移動

14:00 | ヘルパー業務 買い物介助、排泄介助、
夕食準備等

15:00 | 終業

Q どうやって介護の仕事に 就きましたか?

A 町田市が実施している「まちいきヘルパー」の養成研修を受講して介護の仕事のスタートしました。その後、身体介護などに必要な初任者研修資格も取りました。利用者の方への接し方などは「まちいきヘルパー」の経験が今も役立っています。



Q 職場の雰囲気は?

A 利用者の方の自宅に訪問するので日々の業務は一人で動くことが多いですが、定期的な研修などで仲間と会う機会も多いです。サービス提供責任者(※)をはじめ、職員同士で支えあうことができるので、心細いといったことはありませんね。



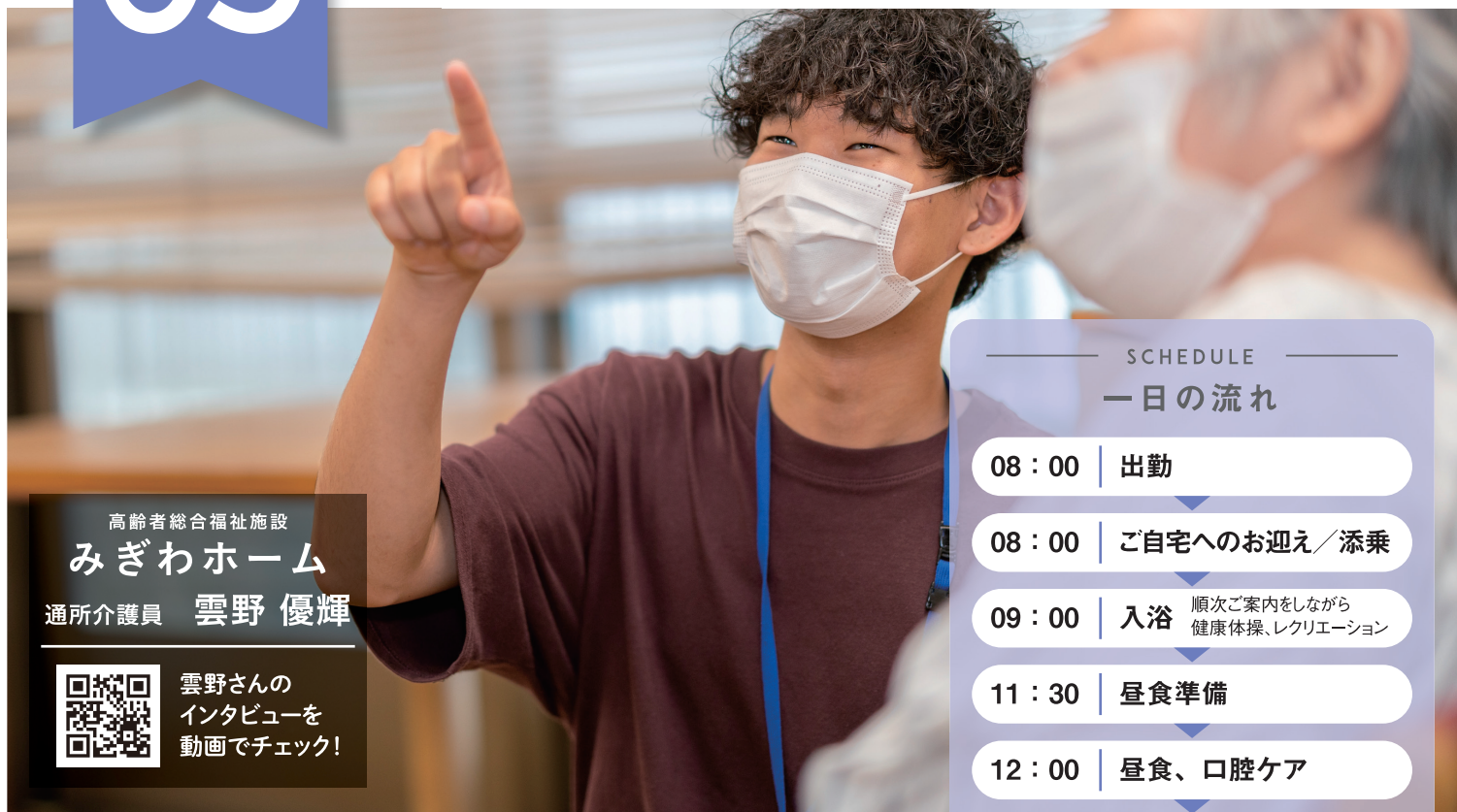
※質の高いサービスが提供できるよう計画・調整する役割の職員

Q プライベートの過ごし方は?

A 休日は主人と公園に散歩へ行ったり、ペットと遊んだり、植物の世話をしたり…と様々ですね。利用者の方と会話をするとき、自分の好きなものや最近のTV・映画の話などから打ち解けていくことも多いので、好奇心旺盛で多趣味な方は仕事にも活かせると思います。



想像以上の働きやすさで オン・オフともに充実。



高齢者総合福祉施設
みぎわホーム
通所介護員 **雲野 優輝**



雲野さんの
インタビューを
動画でチェック！

SCHEDULE 一日の流れ

- 08:00 | 出勤
- 08:00 | ご自宅へのお迎え／添乗
- 09:00 | 入浴 順次ご案内をしながら
健康体操、レクリエーション
- 11:30 | 昼食準備
- 12:00 | 昼食、口腔ケア
- 12:30 | 休憩
- 13:30 | 機能訓練・クラブ活動、
レクリエーション
- 15:00 | おやつ・ティータイム介助
- 15:30 | レクリエーション、
トイレ誘導、排泄介助
- 16:00 | ご自宅へのお送り／添乗
- 17:00 | 終業

Q 実際に働きはじめて介護の イメージは変わった？

A 幼い頃からおばあちゃん子だったこともあり介護の道を志しました。大変さもある仕事だと分かっていましたが、先輩たちが優しくフォローしてくれるので心配は不要でした。また、介護記録や事務作業の ICT 化などで効率的に働ける点は良い意味でのギャップでした。



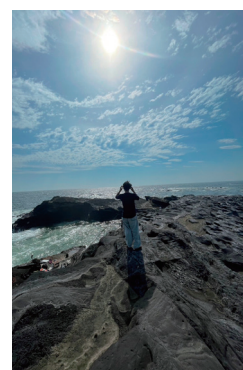
Q デイサービスの魅力的なところは？

A デイサービスは、利用者の方が楽しく通えるようにレクリエーションが多いことが特徴です。カルタや風船遊び、脳トレゲームなど様々ですが、大切なのは利用者の方と積極的に話して楽しめる雰囲気を作ること。先輩の盛り上げ方などを見ながら勉強しています！



Q リフレッシュの仕方は？

A 自然が好きなので、休みの日に友人と観光をしたりして気分転換しています。また、デイサービスは夜遅くまで働くことはないので、週3～4日は仕事終わりに友人と町田駅付近で一緒にご飯を食べたりして、プライベートも楽しんでいます。





興味はあるけど、
未経験だから不安…

という方なら、
まずは…



介護の入門的研修から スタートしませんか？

研修内容の例

POINT

01

介護の
基礎知識

POINT

02

生活支援
技術の基本

POINT

03

介護職の
役割について

POINT

04

認知症の
理解

POINT

05

介護における
安全確保

町田市のサポートのもと開催中！

全課程を修了すると…

まちいきヘルパー
として働くことも！

【まちいきヘルパーとは…】

市内在住の高齢者のご自宅を訪問し、掃除・洗濯等の生活援助を行うヘルパーのことです。移乗・介助等のお体に触れる介護は行いません。

Read More 

研修の詳細内容は、こちらをチェック！



もっと詳しく介護について知りたい・
介護業界への就職を相談したい方は
町田市介護人材バンク
ご相談ください！

研修の
お問い合わせ

資格取得の
ご相談

事業所との
マッチング

選考・面接の
サポート



町田市内の介護事業所で
のお仕事や介護の資格に
ついて、就労に関すること
など、お気軽にご相談く
ださい。



まちけあ
ジョブ 

スマホから気軽に
町田の介護のしごと情報をチェック！
『まちけあジョブ』



発行日

2024年9月

発行

町田市いきいき生活部いきいき総務課
町田市森野2-2-22
042-724-2916

刊行物番号

24-29

企画・編集

株式会社メディアハウスホールディングス

この冊子は、10,000部作成し、1部あたりの単価は114円です（職員人件費を含みます。114円のうち、市負担は31円で83円を都補助金で賄っています。）

リサイクル適性 (A)

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。



町田市
MACHIDA City