

福祉人材センター × 介護福祉士会



ふくし・かいご通信

発行：社会福祉法人北海道社会福祉協議会
北海道福祉人材センター ☎011-272-6662

2026
3月
No. 56



北海道福祉人材センター
HPリンク

北海道福祉人材センターでは、一般社団法人北海道介護福祉士会の協力を得て、福祉・介護に関する基礎知識や日常に役立つ情報を定期的に発行しています。

今月のテーマ 「現場で働く私たち」

介護は「人生の続き」を創る仕事

～10年後の自分を想像していなかった私からのメッセージ～

一般社団法人 北海道介護福祉士会 理事 五十嵐 修平 氏
社会福祉法人 勤医協福祉会 介護副部長 / 認定介護福祉士



◆ キャリアとは、自分自身の「物語」を編むこと

みなさんは「キャリア」と聞いてどのようなものをイメージされますか。

「キャリア」とは、過去から将来の長期にわたる職務経験やこれに伴う計画的な能力開発の連鎖を指すもので、「職業生涯」や「職務経歴」などと訳されます。¹⁾

「キャリア」は単に仕事の経歴を並べたものではなく、人生、そして仕事の中で積み重ねてきた経験と、そこから得た気づきや学び・成長を含み、自己実現につながる一連の物語（ナラティブ）として考えられます。

今回、介護福祉士歴26年目を迎える私自身のキャリア形成について述べさせていただきます、読者のみなさまが「介護」という仕事に少しでも興味を持って下さるきっかけになれば幸いです。

どうぞお付き合いください。



◆ 「長く働きたい」という漠然とした始まり

さて、私は高校生のころ「何か人の役に立つ仕事がしたい」と漠然とした思いから、介護福祉士養成校に進学しました。当時は介護保険制度がスタートし、「これからは介護の時代」と次々に養成校が誕生していった時代で、1クラス40名以上の生徒が居たと記憶しています。高齢化社会に突入していく日本で介護の資格を得ることは、長く働いていけると考えました。養成校を卒業後、経歴としては最初に介護療養型病棟²⁾で5年、その後、介護老人保健施設³⁾で16年、現在は、看護小規模多機能型居宅介護⁴⁾で5年目を迎えます。

◆ リーダーとしての挫折とプロとしての危機感

就職してからは年数が経つにつれ、介護に関する知識や技術を身に付け、現場を仕切るリーダー格となり、私生活では結婚し2人の子を授かり、順風満帆な生活を送っていました。

2014年、介護福祉士として13年目のある日、転機を迎えます。当時の上司から北海道介護福祉士会という職能団体が開催する「介護福祉士実習指導者講習会」を受講するよう打診がありました。その講習は、施設で実習生を受け入れるための指導者資格を取得するための研修でした。そのカリキュラムの中に「介護過程の理論と指導方法」がありました。介護過程とは、「利用者さんが自分らしい生活を送るためには、どういった課題を改善・解決すれば良いのか、どのような介護が必要なのかを検討し、実践に移す思考過程」で、経験やその場の思いつきで介護するのではなく、その介護をする目的や根拠を明確にした上で、情報収集（アセスメント）⇒計画の立案⇒実践⇒評価といった一連のプロセスを踏んでいく、言わば介護福祉士の専門性と位置付けられたものでした。その研修にて、これまでの経験で培ったものや介護の目的や根拠を、なぜかうまく話せない、伝えられないといったことに直面し、「実は介護の本質について理解できていなかったのではないか」とプロとしての危機感を持ちました。それが自分自身を見つめ直すきっかけとなりました。

◆ 一から学び直して見えた「介護の専門性」

その挫折に近いきっかけにより、すぐに「北海道介護福祉士会」に入会し、「介護の専門性」について一から学び直すことにしました。介護技術や認知症ケア、コミュニケーション技術など、介護の仕事に必要なスキルを磨くため、自分の時間を作り学習会や研修会に参加するようになりました。また、小規模チームのリーダーや初任者等の指導係として任用することを期待できる人材養成を目的とした介護福祉士の生涯研修体系である「ファーストステップ研修」を受講し、介護業界における管理運営の基礎を学び、人材育成に興味を持つようになりました。

◆ 「認定介護福祉士」への道 ～地域福祉の壁に挑む～

看護小規模多機能型居宅介護に勤める頃、とある独居の認知症高齢者と出会いました。その方は亡くなったご主人が残した一軒家を、大切に守りたい一心で暮らしていました。しかし、認知症の進行により、週に1回、病院のバスが自宅へ迎えに来ることは覚えていても、曜日がわからなくなっていたため、毎朝6時に外に出てバスを待つ姿があり、近所の方が声を掛け、自宅内に誘導することが度々ありました。「自宅で暮らし続けたい」という、ご本人の意思を尊重したい息子さんと相談し、定期的な宿泊サービスを導入し、近所の方々のご負担も軽減できるよう努めました。

しかし、近所の方々のご自宅での生活を心配している様子でした。実家を訪れる息子さんに対して「早く施設に入った方が良いのでは?」「万が一、火事が起きたら大変よ」など、言葉を掛けていました。改めて、自宅での生活について息子さんと考えた結果、施設に入所していただく結論となりました。

この経験から、介護サービスと地域住民との繋がりがまだまだ不十分に感じました。2040年には高齢者人口がピークに達し、認知症の方も増え続けていくことが予測されると言われている中で、地域住民を基盤とした地域福祉力を高めていかなければ国が目指す地域共生社会⁵⁾の実現には程遠く、大変な時代になると考えました。そこで、地域の介護力を引き出し地域福祉力の向上も目指していくエキスパートを養成する「認定介護福祉士養成研修」を受講し、2024年資格を取得しました。

現在は、町内会や地区単位での地域住民に対して、「認知症の人への接し方」や「介護保険制度の使い方」など「介護のことは自分事」と感じていただく講演活動や、北海道介護福祉士会理事も務めさせていただき、「介護の仕事の魅力発信事業」など行政と協力し合いながら、介護の担い手不足の解消に向けた活動を行っています。



◆ 視界が広がる喜び：ミクロ・メソ・マクロの視点

2014年のきっかけから、自分自身が10年後に認定介護福祉士を取得し、このようなキャリアアップを図っていくことなど全く想像をしていませんでした。人生とは本当にわからないものだと思います。



なぜこのような道筋を歩んでいるのかを振り返ると、介護に対する視点の広がりから、介護現場で起こる毎日のいろいろな経験から気づき、考え、そして学ぶ中で介護そのものに対しての向き合い方が変化していったからだと考えます。介護福祉士としてのキャリアをスタートさせた頃は、利用者さんや患者さんの介護といった目の

前のことで精一杯でした。(ミクロの視点)そこから介護を学び直し、いろいろな勉強をしていく中で、地域で暮らす高齢者といった視点で捉えられるようになりました。(メソの視点)さらに2040年という未来に向かう高齢者や介護人材の視点で物事を考えられるようになりました。(マクロの視点)

今、改めて「介護」の価値を問い直すならば、超高齢社会をひた走る日本において、介護福祉職は『社会のインフラそのもの』であり、社会にとって必要不可欠な職業であると言えます。このように、ミクロ・メソ・マクロといった多角的な視点で介護福祉について考えられるようになったことは自分自身の強みだと思っています。

◆ 読者のみなさまへ

一度現場を離れた方、そしてこれから介護業界という未知の世界へ飛び込もうとしている方へ伝えたい。介護の仕事の本質を、多くの方は「日常生活の介助」だと捉えているかもしれませんが、私たちの本質的な役割は、その方の「人生の続き」を一緒に創ること、つまり「ライフデザイン」です。加齢や病気などによって、かつて当たり前できていたことができなくなる。その喪失感は計り知れません。私たちは、身体的な介助を通じてその方の尊厳を守りつつ、「どうすればもう一度、大好きな庭の花を眺められるか」「どうすれば家族と笑って食卓を囲めるか」などを模索します。車椅子での生活を余儀なくされた方が、数ヶ月のリハビリと私たちの環境整備によって、自分の足で一歩を踏み出した時。その瞬間のご本人の表情、そしてご家族の涙。それは数値化できない、この仕事だけの圧倒的な報酬です。利用者さん一人ひとりには、数十年にわたる豊かな「人生の物語」があります。かつて教師だった方、職人だった方、家庭を守り抜いた方。その背景を理解し、敬意を持って接することで、ケアの質は劇的に変わります。私たちはただ単に体を洗っているのではなく、その方の歴史に触れ、残された時間をより輝かせるためのパートナーなのです。今日の介護業界では生産性の向上を目的に、ICT化が進む中で、AIやロボット技術が進化しても、人の心に寄り添い、信頼関係を築く力は、人間にしかできない聖域です。介護現場で培われる「傾聴力」「共感力」「適応力」は、どのような業界でも通用する、一生モノのポータブルスキルとなり、介護の世界は「最も自分自身を成長できるフィールド」の一つです。

令和時代となり、今の介護業界はかつての暗いイメージとは大きく変わりつつあります。人が生まれ、生き、そして幕を閉じる。その最も尊いプロセスに深く関わるこの仕事は、時に苦勞もありますが、それ以上に、自分自身の人間性を豊かにしてくれます。

これからこの扉を叩く方、そして再び戻ってきてくださる方。私たちは、みなさまの勇気を心から歓迎します。一緒に、これからの日本の「安心」を、そして「幸せの形」を創っていきませんか。

最後まで読んでいただきありがとうございました。



引用文献

1) 厚生労働省 [キャリアコンサルティング・キャリアコンサルタント | 厚生労働省](#)

用語説明

2) 介護療養型医療施設とは、療養病床等を有する病院又は診療所であって、当該療養病床等に入院する要介護者に対し、施設サービス計画に基づいて、療養上の管理、看護、医学的管理の下における介護その他の世話及び機能訓練その他必要な医療を行うことを目的とする施設。(旧介護保険法第8条第26項)

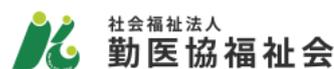
3) 介護老人保健施設とは、要介護者であって、主としてその心身の機能の維持回復を図り、居宅における生活を営むことができるようになるための支援が必要である者に対し、施設サービス計画に基づいて、看護、医学的管理の下における介護及び機能訓練その他必要な医療並びに日常生活上の世話をを行うことを目的とする施設。(介護保険法第8条第28項)

4) 看護小規模多機能型居宅介護とは、医療依存度の高い人や退院直後で状態が不安定な人、在宅での看取り支援など、住み慣れた自宅での療養を支える介護保険サービス。主治医との連携のもと、医療処置も含めた多様なサービス(訪問看護、訪問介護、通い、泊まり)を24時間365日提供する地域密着型サービス。(公益社団法人 日本看護協会)

5) 生活における人と人とのつながりを再構築し、誰もが役割と生きがいを持ち、互いに支えたり、支えられたりする関係が循環する地域社会を目指す。また社会・経済活動の基盤として、人と資源が循環し、地域での生活を構成する幅広い関係者による参加と協働により、持続的発展が期待できる地域社会を目指す。(厚生労働省 地域共生社会の実現に向けて)

[法人の紹介]

社会福祉法人 勤医協福祉会



理念：私たちは、いつでも、どこでも、だれもが安心できる医療と福祉をめざす運動と利用者の要求に応えた非営利の事業を通じて、地域社会の発展と福祉の向上に貢献します。

現在の事業数：介護福祉事業 114 事業、高齢者住宅 15 か所、保育事業 3 事業、生活支援事業 4 力所、障がい者就労支援事業 1 か所 計 137 事業を道央圏で運営。

HP：<https://kin-fukushikai.jp/company/>



一般社団法人北海道介護福祉士会

介護福祉士の職業倫理の向上、介護に関する知識技術・経験を深めて資質向上を図り、北海道の福祉の推進に寄与している団体です。 ★ 新入会員募集中 ★



ホームページ
はコチラ



入会のご案内
はコチラ

TEL&FAX 011-222-5200

◆メッセージ

みなさん、こんにちは！

北海道介護福祉士会では、介護の仕事に興味をお持ちの方や介護の仕事に戻りたい方を、全力でサポートします！

是非、ご相談ください！！

「ふくし・かいご通信」をお読みいただきありがとうございます。

皆さまからのご感想をお待ちしております！！

ご感想入力フォーム



北海道福祉人材センターでは、福祉職場への就職に関する相談を随時受付けております。お気軽にお問合せください。

TEL 011-272-6662



発行：社会福祉法人北海道社会福祉議会
北海道福祉人材センター