



未経験でも大丈夫？ハローワーク職員が 介護の仕事を実験しました！

体験者：A

介護の仕事って、実際どうなの？



「介護の仕事に興味はあるけれど、ちょっと…」
ハローワークの相談窓口でもよく聞かれる不安の声。
無理ありません。

- ・ **体力的にきつそう** ・ **無資格、未経験でも大丈夫かな？**
- ・ **職場の雰囲気が分からなくて不安** などのイメージが先行して
しまっていて、なかなか踏み出せない 😞

そこで今回、介護の仕事をもっと身近に感じてもらうため、
ハローワーク職員が実際に介護現場の1日体験に参加しました！！



1日の体験スケジュール

9:00	体験の注意事項・全体ミーティング ・ 本日体験する1日の流れ、担当業務、注意事項の説明 ・ 夜勤職員による全体連絡事項ミーティングに参加
9:30	施設見学 午前中：特別養護老人ホーム 午後：デイサービスを担当
10:00	入浴・食事のお手伝い・利用者さんと会話 ・ 入浴後の利用者さんの付き添い（歩行器） ・ 水分補給のお手伝い ・ 利用者さんのヒゲ剃り（サッパリして嬉しそうでした 😊） ・ 談話室で利用者さんと談笑し、仲良くなりました 😊
11:30	配膳・食事のお手伝い ・ 利用者さんが食べやすい位置に食器を配置し、配膳のお手伝い
12:30	お昼休憩
13:45	デイサービスでレクリエーション・歩行補助 ・ 利用者さんと一緒にレクリエーションに参加 （この日のレクリエーションでは、中央に穴の空いた段ボールを持ち、その穴から20個のボールを落とすスピードを二人で競うゲームを行いました。デイサービス利用者：約20名） ・ 歩行訓練のサポート （元気な方が多いので、室内を一緒にウォーキング）
15:30	振り返り・職員と意見交換



体験前のイメージ（職員A）

- ・介護職は体力的にきつそう、
- ・人手不足だし、忙しそう
- ・専門知識、資格がないと難しそう



実際のところどうなの??

体験したリアルをお伝えします!!

（食事のお手伝いをさせていただきました）

今回、初めて介護の仕事を実際に体験してみて、正直とても大変だと感じました。体力的な面ではなく、自分の言葉が思うように伝わらなかったり、利用者さんが何を求めているのかくみ取れず、どのように接すればよいのか分からずに戸惑う事もたくさんありました。

しかし、その都度職員の皆さんがサポートしてくださり、丁寧に教えていただいたので、安心して最後まで取り組むことができました!!

（体験者A作）

利用者さんとのコミュニケーションに苦戦することもありましたが、こちらから話しかけた時やサポートした際に見せてくれる“ふとした笑顔”を見て「ああ、やって良かったな」と思えました。普段の何気ないお手伝いに対して「ありがとう」「ありがとう」という言葉が飛び交う空間でした。



また、介護をさせていただいた利用者さんから、思い出として似顔絵を描いてほしいとお願いされ、描かせてもらう機会もありました！（この利用者さんはコレクションで似顔絵を集めていらっしゃるようで、自室にたくさん飾っておられました😊）

（利用者さんの似顔絵）

介護職について少しでも興味を持っている皆様へ

介護職はきつくて大変そう…未経験の自分にできるのかなと、不安でいっぱいになる気持ち、とてもよく分かります。私も同じ気持ちからスタートしました。

しかし、実際に体験してみると、職員の方々の丁寧なサポートのおかげで、安心して取り組むことができました。介護の現場では、人手不足が深刻であるからこそ、『人を育てる』という意識が高いように感じます。

無資格・未経験でも介護現場でできる仕事はたくさんありました。食事の配膳や介助、移動の補助や話し相手など・・・その都度お礼を言われほっこりしました😊



もちろん正解が分からず対応に苦戦する場面もありましたが、それ以上に、利用者さんの笑顔を見ると「自分が誰かの役に立っている」という実感と、直接「ありがとう」と言われると「（役に立てられて）良かった」と日々感じられるところがこの仕事の魅力だと思います。

また、やりがいと同時にとても責任もある仕事ですので、少しでも介護の仕事が気になっているという方は、まずは見学から一歩踏み出してみてください。ハローワークから事業所へ見学をお願いすることも可能ですので、窓口では非

ご相談ください。※個人情報や流行病の予防の観点から対応不可の事業所もありますのでご了承ください。

介護現場に触れて、気づいたこと

介護の現場に触れ、難しさだけでなく、人との関わりを通じて、自分自身が成長していける仕事だと実感しました😊

利用者さんの笑顔や感謝の言葉は大きな励みとなり、「もっと学んでみたい」「挑戦してみたい」という思いにつながりました。

みなさんもぜひ見学・体験に参加してみてください!!

今回は、本当に貴重な体験をさせていただいたと

感謝の気持ちでいっぱいです🙇‍♂️



協力事業所：紅山荘様

（お世話になりました。ありがとうございました!!）