

# OB OGの キャリアデザイン



弥富市社会福祉協議会  
ケアマネージャー  
戸谷成美さん

きつかった部活の練習も  
乗り越えられたから、今でも  
「まだ大丈夫、頑張れる」  
という自信が付きました。

愛知淑徳高等学校第33回卒業(昭和55年度卒業)。旧姓:清水。公立中学校から愛知淑徳高校へ。ソフトボール部に所属し、3年の時にインターハイ(愛媛県)でベスト4進出、国体(栃木県)の選抜チームに選出される。卒業後は住友銀行に勤務。5年後に結婚退職し、第3子の小学校入学を機にヘルパー2級を取得。1999年、弥富市社会福祉協議会(なでしこ指定居宅介護支援事業所)に入り、現在は非常勤職員。介護福祉士(2002年)、ケアマネージャー(2006年)の資格を取得。



ケアマネージャーは2人。仕事は手分けして行っている

## ■仕事を選んだきっかけ

ソフトボールのスポーツ推薦で公立中学校から入りました。部活の練習は走り込みが徹底していて、学校の裏山にタツシユで上ったり、公園の階段を押し車で上ったり、学校の斜面になったところで手で砂袋を巻いて頭を下にして腹筋をしたり。雨だとグラウンドが使えないので、校舎の廊下や階段を走り回っていました。お正月三が日以外は練習がありました。運動量がすごかったので、毎日7食は食べていました(笑)。

末の子どもが小学校に入ったのを機に、お年寄りへの配食ボランティアを始めました。ある時、一人暮らしのおばあさんの家へお弁当を持っていったら、おばあさんがお金の出し方が急に分からなくなってしまう

て。変だと思って保健師さんに相談したら、認知症が始まっていると。認知症の兆候を知っていたら、もっと前に分かっただけかもしれない、勉強したいと思い、研修を受けてヘルパー2級の資格を取りました。それから弥富市社会福祉協議会にヘルパーとして入り、11年になります。仕事をしながら介護福祉士、その後、ケアマネージャーの資格を取って今に至ります。

## ■仕事の内容

ヘルパー2級と介護福祉士は、在宅のお年寄りの身の回りの世話や身体介護が中心です。ケアマネージャーの仕事は全く違って、月に1回訪問して、その方の状況を見たり、今まで使っていたサービスのモニタリング(監視、点検)をしたり、アセスメント(査定、評価)を取ったりします。私が現在、担当しているのは25〜26人。ケアマネージャーが担当する平均的な人数だと思います。

近所の方数人を順番に回るので、一人あたり短くて30分、長いと2時間くらいあります。相談が長かったり問題が発生すると、一人の方を何度も訪問すること。

話をしたがるお年寄りが多いのですが、お話の中からいろんなことが分かります。家の中で転んだと聞くと、下肢筋力低下であればその原因は何か、床を滑らない素材にした方がいいんじゃないかという提案もで

きます。

## ■一日のタイムスケジュール

8時半に出勤し、朝一番に訪問がある時はすぐに出勤。ヘルパーの時は身体を使って汗だくになるような仕事が多かったのですが、今は健康のためにどんなに遠くても自転車です。訪問がない時はデスクワークが中心です。ケアマネージャーは書類の作成が多く、ケアプランを立てたり、伺った日にどういった状況だったかと

## ■仕事のやりがい

ケアマネージャーの仕事は、極めると潰れると言われます。一生懸命やつても亡くなる方もいるし、利用者さんに共感しすぎると自分がまわってしまふことも。皆さん志が高いのが現状です。ちょっとさめていないと続かないかもしれません。

## ■愛知淑徳の思い出

お年寄りの健康状態が落ちることなく、「調子がいいよ」と何年も元気で迎えてくださるのは嬉しいですね。

今振り返ると部活をしていた高校の3年間、敵は相手校ではなくて自分の中にいたのかなと思います。練習が嫌だ、やめたいという自分に勝って部活を続けてきたからこそ、インターハイにも出られたし、国体の選手にもなれました。あれだけの練習をやつてこられたんだから、今でも「まだ大丈夫、頑張れる」という自信が付いたのだと思います。愛知淑徳大学で福祉を学ぶ学生さんが多くいると聞きました。福祉の仕事の待っている方はたくさんいるので、頑張ってください。



昭和55年、愛媛県今治市で開催されたインターハイに出場。下段左から2人目が戸谷さん。「部活では膝や腰を痛めることも多かったのですが、お年寄りもそういう方が多いので、その大変さを分かっただけでいいですね」



昭和55年、私学祭が行われた大阪へ遠征。前列中央が戸谷さん。「チームメイトとは仲が良く、今でも旅行に出かけたりしています」