

# ケアマネジャーの魅力とは？

令和4年10月  
福島県高齢福祉課

ケアマネジャー(介護支援専門員)の声をお届けします！

団塊の世代の全ての方が後期高齢者となる2025年が差し迫る中、後期高齢者人口が著しく増加し、介護保険制度の中核を担うケアマネジャーが不足することが見込まれています。

そこで、介護保険制度におけるケアマネジャーの「役割の重要性」や「業務の魅力」について広く知っていただくため、現在、居宅介護支援事業所にお勤めの3名のケアマネジャーの皆さんにインタビューを行いました！

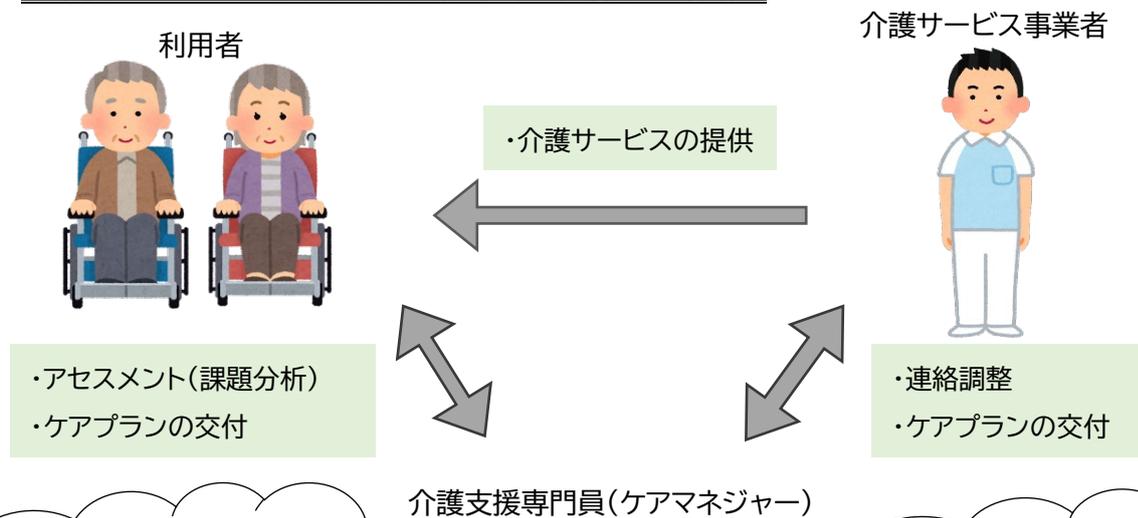
## ケアマネジャーは何をする人？

ケアマネジャーは、介護を必要とする方々が適切な介護サービスを受けられるように、ケアプラン(介護サービス計画)を作成し、介護サービス事業者との連絡・調整を行います。

ケアマネジャーは、利用者の健康の状態や生活の状況から課題を分析し、必要に応じて地域のネットワークを活用したサポートも視野に入れながらケアプランを作成します。

利用者や家族の方が希望する暮らし方を誰よりも近くで支える介護サービスのプロフェッショナルが「ケアマネジャー」です！

## 業務のイメージ(居宅介護支援事業所勤務の場合)



「利用者や家族の希望」  
「健康の状態や生活の状況」などを基にケアプランを作成

地域のネットワークを活かしたサポートも検討しながら、適切な介護サービスを選択

居宅介護支援事業所に勤務している  
介護支援専門員(30代女性)

皆で協力して頑張れる  
のがケアマネの仕事！



#### ■ ケアマネジャーをやっていて良かったと感じた場面

「〇〇ができるようになった。～で皆に会えるのが嬉しい」と喜んでもらった時は、私自身も嬉しいです。

訪問するのを待っていてくれたり、「ありがとう」と声を掛けられると嬉しいです。

#### ■ 経験年数・担当件数

経験年数は4年で、現在は要介護36名、要支援2名のケアプランを担当しています。

#### ■ 居宅ケアマネを志した動機

子供の頃、祖母が曾祖父の介護をする姿をそばで見えており、子供心に「大変そうだな。手伝わなくちゃ」と感じたのを覚えています。可愛がってくれた祖父母への感謝の気持ちもあって介護の仕事を志すようになりました。

以前は特別養護老人ホームの介護職員や通所介護事業所の生活相談員として働いていましたが、利用者様が自分らしく過ごすためのお手伝いをしたいと思い、居宅ケアマネを希望しました。

#### ■ 関係者（利用者や家族、介護事業所）との関わりの中で心がけていること

利用者様に対しては、話を遮らず、じっくり聴き、タイミングをみて質問したり同調したりしています。何を感じているか察し、表現しやすいようこちらから質問し直すこともあります。そのために、利用者様が今までどう生きてきたのか生活歴等もしっかり聞き取るようにしています。

家族の方に対しても、じっくり話を聞くことでいろんな感情を受け入れるよう心がけ、そこからのように介護していくか一緒に考えることを大切にしています。

介護事業所に対しては、自宅での様子、サービス利用中の様子を共有できるよう、こまめに連絡を取り合っています。様子がよく伝わるよう、利用者様の言葉をそっくりそのまま伝えることもあります。また、今後の目標や課題についても定期的に意見を伺うようにしています。

#### ■ ケアプランを作成する時に意識していること

出来ないことではなく出来ることに着目し、出来ることを増やしたり、維持できるような支援を心がけ、利用者様のやる気を引き出せるように努めています。

#### ■ 仕事と私生活のバランス（ワークライフバランス）を保つために心がけていること

業務は沢山ありますが、子供たちの送迎等もあるので、ある程度切りの良いところで割り切って帰宅するようにしています。

また、愛猫と遊んだり、話しかけたりしています。とっても可愛くて癒しです。

#### ■ これからケアマネジャーとして働こうとしている方々へのメッセージ

様々な視点から利用者様の生活を考えていくということは簡単ではありません。

しかし、皆で関わっているからこそ、相談し合い、意見を出し合い、利用者様のために頑張れる仕事です。

まずは、あまり気負わずにチャレンジしてみてください。



居宅介護支援事業所に勤務している  
介護支援専門員(40代女性)

信頼関係が問題解決  
のヒント!



#### ■ ケアマネジャーをやっている良かったと感じた場面

困っていた問題が解決出来て、利用者様や家族の方に良かったと思ってもらえた時や信頼関係が築けた時には、ケアマネジャーをやっている良かったと思います。

#### ■ 経験年数・担当件数

経験年数は12年で、現在は要介護32名、要支援2名のケアプランを担当しています。

#### ■ 居宅ケアマネを志した動機

居宅ケアマネになる前は、訪問介護事業所に所属して介護サービスに従事していましたが、在宅を中心としたケアマネジメント業務を通して利用者様と関わっていきたいと思い、居宅ケアマネを志しました。

#### ■ 関係者(利用者や家族、介護事業所)との関わりの中で心がけていること

利用者様の表情や生活の状況からいつもと変わった様子がないかを確認するようにしています。話を聞く姿勢を意識し、本人から話しやすいように話題を提供したり言葉を選んだりしています。

家族の方に対しても、利用者様と同じように様子を確認しています。

また、家族の方から相談があり、すぐに対応できない場合には、途中経過を伝え、解決までの目安や別の解決策を提案するようにしています。

介護事業所に対しては、感謝の気持ちを忘れず関係性を良好に保てるようにしています。

#### ■ ケアプランを作成する時に意識していること

利用者様と家族の方の意向をそれぞれ確認してお互いが良いと思えるように調整しています。認知症を患っていて利用者様の意向確認が難しい場合は、家族の意向に添うようにしますが、本人が嫌だと思わないように配慮しています。それでもやってみてダメな場合は変更するようにしています。

#### ■ 仕事と私生活のバランス(ワークライフバランス)を保つために心がけていること

子育ても終わり、比較的自分の為に時間を使えますので、趣味の読書や映画、買い物などで気分転換をしています。

#### ■ これからケアマネジャーとして働こうとしている方々へのメッセージ

1人では問題解決はできません。利用者様、家族、介護事業所などの関係性を築けるように日頃から接し方には気をつけています。

介護現場のように体力は使いませんが、精神的負担は多いかと思えます。

それでもやりがいがある仕事ですので、まずは自分が元気な状態でいられるようにストレスは溜めないようにしていければと思います。



居宅介護支援事業所に勤務している  
介護支援専門員(50代女性)

親身になって家庭を  
支えます！



#### ■ ケアマネジャーをやっている良かったと感じた場面

自宅で看取りを行った際には、家族の方から「家で最期まで介護が出来たので悔いはありません。」とお話があり、利用者様も家族の方も満足しながら過ごすことが出来たのではと感じました。

#### ■ 経験年数・担当件数

経験年数は18年で、現在は要介護33名、要支援8名のケアプランを担当しています。

#### ■ 居宅ケアマネを志した動機

看護学校の同級生からケアマネジャーとして働いている話を聞き、自分も資格要件を満たすので挑戦したいと思い志望しました。

#### ■ 関係者（利用者や家族、介護事業所）との関わりの中で心がけていること

利用者様が“今の気持ち”を話しやすいように、利用者様の子供や孫、嫁になった気持ちで接しています。私自身、姑と同居していますが、利用者様と姑の話が重なることが多いです。年若いいく不安を抱えながら生活していることがよく分かるので、“今の気持ち”にできるだけ寄り添えるように努めています。

ご家族の方からは介護の難しさや苦勞されている話を伺うことが多いですが、できるだけ傾聴し、ご家族の気持ちが晴れるように努めています。

本人や家族から伺った話を事業所の方々へきちんと伝達し、連携して介護サービスを提供できるように心がけています。

#### ■ ケアプランを作成する時に意識していること

できるかぎり本人の意思を尊重するように心がけています。家族の方の意見が強い時には、「ケアマネは誰のために居るのか。利用者のため。」と立ち返り、家族の方とも接するようにしています。

#### ■ 仕事と私生活のバランス（ワークライフバランス）を保つために心がけていること

休みの日は仕事を忘れて生活する事を心がけています。

利用者様の急変や入院などもあるので全てを考えずに1日を過ごす事は難しいですが、買い物、掃除、調理など休みの日に何をしたいかを考え、出来るだけ自分の思うように行っています。

#### ■ これからケアマネジャーとして働こうとしている方々へのメッセージ ケアマネジメントは難しい仕事ですが、それ以上にやりがいもあります。

利用者様に寄り添い、家庭を支え、感謝の言葉を頂くことが多い仕事です。

また、生活の場は基本的に家庭ですので、居宅ケアマネを行うことで自分自身の家庭にも還元することができることも魅力の一つだと思います。

