

「事務より身体を動かすほうが合っているみたい」

「趣味を仕事に活かせるのがいい」

「仕事は昼間だけ、定時に帰れるのが決め手」

「家にいると、働きたい気持ちが募るんです」

「自分が輝ける時間を持っていたい」

「子どものことも自分の時間も大切にできる」

「おばあちゃん大好き、ずっと一緒にいたい」

「実はコミュニケーションが苦手でした」

自分らしいワーク&ライフを見つける本

「子育て中は働き方を選べるのがいい」

「機転とアイデアが活かせる」

「動機は家から近かったから」

「やっぱりはじめは不安でした」

「まわりから資格があるといいよと勧められて」

「やっぱりお金を稼ぎたい」

「一緒に喜びあえることが嬉しい」

「子育てを終えてまた帰ってこられる」

「資格があればどこへ行っても働ける」

「お年寄りの前だと安心できる」

「資格は働きながらステップアップ」

「母からすごくいい仕事と勧められて」

「70代でがんばってる人もいて、長く続けられる」

「最近まわりでも多い、介護で働く人」

「若さも経験も活かせる仕事」

探していたのは、こんな働き方かもしれません

最近、まわりで増えていませんか。
 介護の職場で働いている人。
 でも、自分には無理むり。
 そう。みなさん最初はそう言うんです。
 でも、はじめてみたら、長く続いちゃったっていう人。
 結構多いんです。

そんな、みなさんが口を揃えて言うのが、
 人間を知ることができる仕事だということ
 自分の経験全部が活かせるということ
 何歳からでもはじめられてステップアップできること
 そのときの生活スタイルにあわせて働けること
 そして、将来家族に介護が必要になったときに役立つこと—

ちょっといいことばかり言いすぎたかもしれませんが、
 このパンフレットには、介護業界で働きはじめた人たちの
 体験談をたくさん掲載しています。

みなさんのワーク＆ライフの参考になれば嬉しいです。



index

ワーキングママ座談会	2-4	
介護の仕事Q&A	5-6	
働き方カタログ	7-10	
キャリアインタビュー	11-12	
広島キラキラヘルプマン	13-14	
注目介護施設ガイド	15-16	
福祉・介護の仕事イエローページ	17-18	

※文中のホームヘルパー2級は平成25年度より介護職員初任者研修となった

ワーキングママ座談会

みんなゼロからのスタートでした

ワーク＆ライフを両立しながら介護業界で働く女性たち。
 職種や働き方もそれぞれ異なる三人に、
 仕事への思いやその魅力について聞きました



横山幸子 さん(写真左)

生活相談員&介護職員

サンキ・ウエルビィ株式会社
 デイサービス^(※3)センター緑井

共働きの両親に代わって自分を育ててくれたおばあちゃんが大好きだったのでこの仕事に入ったきっかけ。小学生と幼稚園児の子育てをしながら、仕事にも燃える

宮前紀子 さん(写真中央)

介護職員

医療法人社団博愛会
 介護老人保健施設^(※1)きさか

やりはじめたらとことん追求する、自称のめり込むタイプ。最近、介護の仕事に就く若者を支援する“絆”の活動にのめり込んでいる。両親、子ども一人と同居

藤井輝美 さん(写真右)

介護支援専門員

社会福祉法人緑寿会
 居宅介護支援事業所^(※2)リーフ神辺

福祉の仕事は常に自分のスキルアップが必要と、着実に資格取得を積み重ねてきた。夫、子ども一人と同居、結婚した娘に孫が二人

用語解説

- ※1 介護老人保健施設
- ※2 居宅介護支援事業所
- ※3 デイサービス

入所して日常生活の支援を受けながら、リハビリテーションを行い在宅復帰を目指す施設
 介護支援専門員(ケアマネジャー)がケアプランを作成し、各サービス事業者のコーディネートを行う事業所
 自宅で暮らす高齢者が、日中、通いで様々な活動をしたり、食事や入浴などの介護サービスを受ける施設

ワーキングママ座談会



みんなはどうして この仕事を始めたの？ 宮前

藤井 下の子が小学生になったとき思い切って家を建てて引越したんです。それで前の仕事を辞めて、近くで探して。長く医療事務をしていたので、介護事務があればいいな、なんて軽い気持ちで面接に行ったら、事務は募集していないって言われて。で、お年寄りが嫌いじゃなかったら働いてみないかって、それがきっかけで、今ではどっぷり…(笑)。

横山 私の場合は、両親が共働きだったので、子どもの頃からおばあちゃんに育ててもらって。おばあちゃん大好き、ずっと一緒にいたっていうのがあって。それで介護福祉士の専門学校へ行っただけです。

宮前 私は、子どもが3歳のときに高齢者福祉センターで受付をはじめたんですけど、ちょうど介護保険制度がはじまる頃で、それで介護職に興味を持ったんです。しかも同じ時期に、シングルになることになって…。家族を養っていくために、長くできる仕事かなと一念発起したのが始まり。

お二人は資格は 持っていたんですか？ 横山

藤井 いえいえ。資格は働きながら取ってくれたらいいよっていうことだったので、まず、ホームヘルパー2級を取って、次に介護福祉士、介護支援専門員(ケアマネジャー)と徐々にステップアップしていきました。

宮前 私は、やるならとことんというタイプなので、介護福祉士資格を取ろうと専門学校へ入り直して2年で資格を取ってから就職したんです。

不安は ありませんでした？ 横山

藤井 ありました、ありました。私におむつ交換なんて絶対無理って。それが不思議なもので、時間をかけて、その方自身を受け入れるとごく自然にできるようになって、抵抗がなくなっていったんです。最初はグループホーム^(※4)に就職したんですけど、どの職員が行っても対応が難しい方がいらしたんです。それが、私の対応は受け入れてもらえて。人と人の思いで接したら、自分たちの思いが伝わるんだなというふうに感じて、それでどんどんハマっちゃって(笑)。

横山 私もグループホームにいたんですけど、認知症の方は繊細な、ピュアな心の持ち主になって、そう思っただけで対応すれば応えてもらえるんですよ。突飛な行動に見えてもそこから得るものがあるというかな。

「高齢者の前では、 すごく自然な自分でいられるんです」— 横山

宮前 私もそう。現場に入ったときの面白さがクセになってしまっただけ。自分がやったことの結果がすぐに跳ね返ってくるんですよ。自分の気分が沈んでいると、相手もちょっと沈んだ感じになったり、合わせ鏡じゃないですけど、人間を学びますね。それがすごく楽しくて。今9年目なんですけど、途中で嫌になることもなく、日々がほんと新鮮で…。

藤井 楽しくなりますよね。だってね、グループホームで毎日、「家に帰る、帰る」って言われるんですよ。「じゃあ帰りましょね」って言って、一緒に玄関出てぐるっと回ってホー

ムに帰ってきたら、「ただいま」って。憎めませんよね。かわいくてしょうがない。

横山さんは一度、 介護の仕事を辞めて 復帰したのよね？ 宮前

横山 はい。結婚して子どもが生まれたので介護の仕事を続けるのは無理かなと思って、一度辞めて、製造業や事務の仕事もしたんです。でも、やっぱり人との触れ合いって自分に得るものがある。実は、人と接するのは



苦手なんですけど、お年寄りの前では自然な自分でいられるんです。安心する気持ちがあるんですよ。私たちが寄り添うんだけど、寄り添ってもらえる。

藤井 見てないようすごいいてるんだよね。「あんた、なんか大変そうじゃねー」って。どうしてわかるんか(笑)。

横山 そうなんです。同僚とちょっともめたりすると、ずっとそばに来て「ドンマイ」って励まされたり(笑)。やっぱり人生の大先輩。

包まれている感じがすごいですね。

宮前 だからかな。しんどいことがあってもこの世界から離れられない(笑)。

横山 おばあちゃんの生活の知恵も教えてもらえますよね。ふとんの干し方、美味しいご飯の炊き方。ごぼうのささがきなんかしていると、「もう、代わってあげるけん」って(笑)。

藤井 上手よね。認知症になっても身体が覚えてる。



「今をしっかりと生きなきゃと 気付かせてくれる仕事」— 宮前

宮前 話は変わるけど、施設のなかにも小さな社会があって、人間の醜いところも温かいところも見ることが出来る。自分や家族を重ね合わせて、今をしっかりと生きなきゃと気付かせてくれますよね。

藤井 うんうん。うちは複合施設^(※5)なんだけど、以前、ショートステイ^(※6)で看取った方がいるんです。それでご家族がね、棺に職員と撮った写真を入れてくれたんですよ。で、最後に、ふたをされるときに、「最期の20日間ショートステイで過ごした日々が、お母さんとの最高の思い出になった」って言ってもらって、すごいわかったなあって思っただけ。いろいろあるけど、頑張ろうかなあって思ったことがありましたね。

ところで、お二人は、 家庭との両立は大変 じゃなかったですか？ 横山

横山 私は、今は週に3日のパートタイム勤務で、仕事の日もお迎えがあるので定時に必ず帰ってるんですけど。

宮前 小さい頃は両親に見てもらってました。今はもう大学生なんです。娘は、私が楽しそう

に仕事をしているのを見てきたので、福祉に携わりたいてって言ってます。今の職場は育児施設がついてるし、事前に自分の生活プランにあわせてどういう働き方をしたいかを聞いて配属してくれるので、子育て中の人も動きやすいと思いますよ。

横山 うちも子どもたちはすごく協力してくれます。下の子は年長ですけど、靴を洗ったり。私が外に出て働いてる姿、頑張ってる姿を見てくれるのかな。

宮前&藤井 偉い!

藤井 うちはね。何がきっかけかわからないけど、あるときから、主人がすごく協力的になって、掃除、洗濯、朝ご飯全部してくれる。前はね何もしない人だったけど、大変身した(笑)。

今後やってみたい ことはある？ 宮前

藤井 実際に仕事にするしないは置いておいて、いろんな資格は取りたいと思います。今興味があるのが、笑いのヨガ。

宮前 ああ、ありますね。
藤井 笑うことでいい脳内物質が出て自然治癒力が増したり、ガン予防になったり、認知症予防になったりするって。すごい今興味があるんですよ。タクティールケアとか、アロマとか、いっぱい興味ある。

「お母さんとの最高の思い出になった と言ってもらえて嬉しかった」— 藤井

横山 私は、認知症や言語障害の勉強をしたいし、趣味で習ってる手話も磨いて仕事に取り入れられたらいいな。自分独自の介護というか、自分の興味のあることが活かされればいいなあと思います。

宮前 私も趣味で音楽を習いに行ってるんですけど、その趣味も、仕事に活かせるってい

うのが介護のいいところよね。

藤井&横山 そうそう。

宮前 それと私は、今年、介護福祉士の“絆”っていう若者会の仕事をはじめたのが大きくて。

藤井 知ってます!年齢制限で入れなかった(笑)。

宮前 いずれ介護してもらおう側になるからには、今後は、次の世代が介護の仕事を続けていけるようにしールを敷いていきたいな。それこそ、高校生、中学生、小学生の子たちにも介護の仕事の魅力を知ってもらって、サッカー選手みたいに、なりたい職業の選択肢になったらいいな、と。だから、ケアマネジャーの資格も持っているけど、まだ現場で若者のそばにいて応援していきたいかな。

藤井 じゃあ。目指せ、最高齢ケアマネジャーね。

宮前 (笑)。70代で働いている人いるもんね、自分より若い人を介護してる。

藤井 いますいます。長くてね、現場で頑張ってる人おってよね。

宮前 それぐらいの気持ちでね、生涯現役!

藤井 この仕事って、それぞれの年代のカラーとか出て、知恵とか出し合っただけでいいよね。



用語 解説

- ※4 グループホーム 認知症の高齢者が自宅にいるような環境で共同生活をしながら、生活支援や機能訓練を受ける施設
- ※5 複合施設 特別養護老人ホームやデイサービス、居宅介護支援事業所などが一緒になった施設
- ※6 ショートステイ 家族が、冠婚葬祭などで介護を行えないときに、短期間宿泊して介護サービスを受ける施設

介護の職場って実際どうなの？
よくある疑問にお答えします

監修：(社福)広島県社会福祉協議会
広島県社会福祉人材育成センター



Q. 資格がなくても働けますか？

A. 資格がなくても働ける職場もありますが、資格があれば職場を選ぶときの幅が広がりますよ。自信を持って働きはじめられると思うので、事前に資格を取ることをお勧めしています。

Q. どんな仕事がありますか？

A. 利用者を直接ケアするケアワーカーやホームヘルパー、施設でサービスの相談にのる生活相談員、施設の運営に責任を持つ施設長、介護保険の利用計画を決めるケアマネジャーなどの仕事があります。

全国の、介護職の先輩に聞きました。*

現在持っている資格 ベスト3

- 1位 ホームヘルパー2級 47.9%
- 2位 介護福祉士 33.4%
- 3位 看護師・准看護師 12.7%



Q. 仕事の情報はどこにありますか？

A. 広島県社会福祉協議会(広島県社会福祉人材育成センター)やハローワークに問い合わせてください(詳しくは17p-18p)。人材センターでは、募集事業者の紹介から面接のアドバイス、就職イベントなどの開催・連絡調整など様々なサポートもしています。

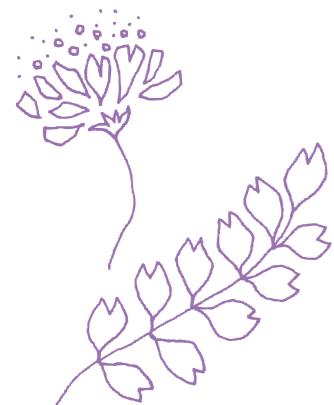
Q. 家庭との両立はできますか？

A. デイサービスやホームヘルプサービスのパートタイムは時間の自由がききやすいので、子育て中の方も働きやすいようです(7p-10p)。また、施設によっては、ライフスタイルにあわせて配属を考慮してくれるところもあります。

全国の、介護職の先輩に聞きました。*

この仕事を選んだ理由 ベスト3

- 1位 働きがいのある仕事だと思ったから 54.9%
- 2位 今後もニーズが高まる仕事だから 38.4%
- 3位 資格・技能を活かせるから 37.2%
(複数回答)



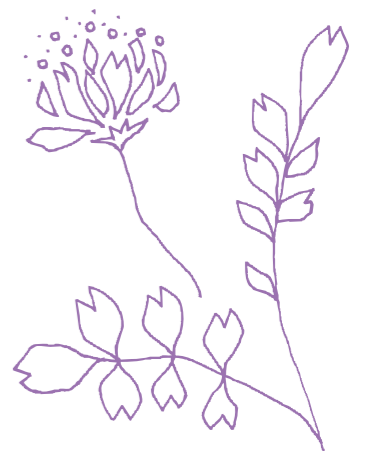
Q. 資格を取るのにお金はどれくらいかかりますか？

A. 指定事業者が実施している、介護職員初任者研修の費用を見ると、50000円～158000円*と事業者によって異なります。*平成25年12月現在

全国の、介護職の先輩に聞きました。*

現在の仕事で満足していること ベスト3

- 1位 仕事の内容・やりがい 54.1%
- 2位 職場の人間関係・コミュニケーション 47.0%
- 3位 職場の環境 39.5%
(複数回答)



Q. 夜勤があると聞きますが、体力的に不安です

A. 現場の職員に何うと、夜勤明けとその翌日は休日だったり、さらに翌々日の出勤も遅くしてもらうなど、シフトを調整してくれるそうです。不安な点は、実際の事業所で確認してみてください。

Q. 土日は休めますか？

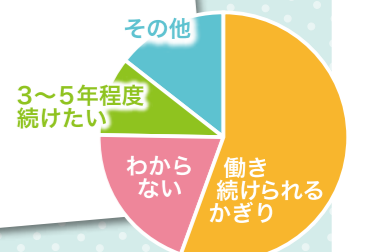
A. デイサービスやデイケアなどの通所型の施設は、日中のみのサービスで、土日が休みであることが多いです。事業所ごとに条件が異なるので、よく調べてみるといいですね。



全国の、介護職の先輩に聞きました。*

仕事はいつまで続けますか？

- 1位 働き続けられるかぎり 55.7%
- 2位 わからない 19.8%
- 3位 3～5年程度続けたい 10.3%



Q. 施設の見分け方はありますか？

A. 福祉の仕事は職場を見るのが、いちばん。少しでも気になる事業所があったら、見学に行くことをお勧めします。「施設全体の雰囲気」、「スタッフのあいさつ・立ち居振る舞い」、「利用者の表情」などから、働き方や職場の雰囲気がわかります。

※(公財)介護労働安定センター 平成24年度「事業所における介護労働実態調査」、「介護労働者の就業実態と就業意識調査」より

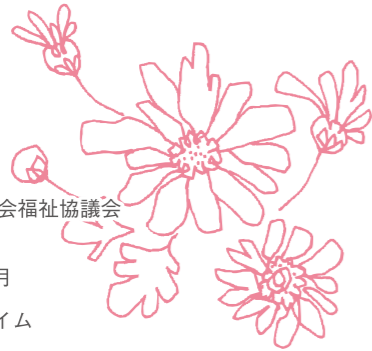
時間どおりに帰れるので、 子どものことも自分の時間も大切にできます

濱田由香さん

介護職員

社会福祉法人江田島市社会福祉協議会
のうみ通所介護事業所

- シゴト歴 1年9カ月
- 勤務形態 パートタイム
- 資格 ホームヘルパー2級
- 家族構成 夫、長女(中2)、長男(小3)、次男(小1)



仕事は昼間だけ ぴったり帰れるのが決め手

ホームヘルパーの資格は何年も前から取りたかったんです。介護の仕事のことは未知だったけど、資格を持っていたら、子どもが大きくなって、ゆくゆくは仕事を探すときに、役に立つかなって。島には、施設も多いですしね、まわりにもね、多いんですよ。高齢者施設で働いている人。だから、自分にもできるかなって。それで、去年の年末にホームヘルパー2級を取って、下の子ども春から小学生になるのをきっかけに仕事をはじめました。デイサービスを選んだのは、勤務時間が決まっているところが良かったから。まだ子どもが小さいので、私にはぴったりでした。16時30分には絶対に終わるので、夕ご飯に間に合うけんね。今は、週に3~4日ほどの勤務で、休みの日には、趣味の木工教室に行ったり、友だちとおしゃべりしたり、作品を作ったり、自分の時間も大切にしています。

「あんたがおってよかった」 そんな一言が嬉しい

身体介助もはじめは不安だったけど、ここはお元氣な方が多くて、それほど大変じゃないし、すぐに慣れました。

はじめて1年ちょっとですが、休憩時間などに利用者という話をするのは楽しいですよ。相手は人生の先輩たち。本当にいろんなことを知っててだし。戦争の体験談など、考えさせられることもたくさんあります。嬉しかったのは、利用者が名前を覚えてくださって、「あんたがおってよかった」と言ってくださったとき。これは嬉しかったですね。以前にホテルで働いたこともあったので、人と接することや身体を動かす仕事が合ってるみたい。

ゆくゆくはもっと働きたいし、介護福祉士の資格取得を目指そうかなという気持ちもあります。でも、まずは事故なくケガなく無事に過ごせることがいちばんかな。

Q&A 家庭との両立のコツは？

テキトウ、ですかね(笑)。でも、休みの日に気合い入れて掃除したり、子どもの参観日や剣道の試合などは必ず行くようにしています。送り迎えを夫と分担したり、早出のときは子どもにちょっと準備を急いでもらったり、みんな協力してくれていますよ。

Q&A 職場の雰囲気は？

若い人も多いし、雰囲気も明るい。月の勤務予定も、絶対に休みたい日を先に聞いてもらえるので助かっています。それに、急に子どもの病気や用事ができても、みんな「お互いさま」という感じで快く代わってもらえるので、そんなところも安心です。



ある1週間のスケジュール

	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	0:00		
月 日勤	朝食、子どもを学校へ	入浴介助	体操	屋敷介助	休憩	レクリエーション	送迎	帰宅	洗濯	夕食、団らん、入浴、洗濯物を干す	睡眠 zzz...	
火 日勤	朝食、子どもを学校へ	入浴介助	体操	買い物	体操、レクリエーション	掃除	帰宅	夕食作り	子どもを剣道場に送って見学	夕食、団らん、入浴、洗濯物を干す	睡眠 zzz...	
水 休み	朝食、子どもを学校へ	掃除、洗濯などの家事	30分だけ昼食をはさみ、ママ友と木工教室!				帰宅	夕食作り	夕食	家族で団らん、入浴	睡眠 zzz...	
木 日勤	5:50起床	送迎	入浴介助	自宅で屋敷介助	体操、レクリエーション	送迎	帰宅	夕食作り	夕食	団らん、入浴、洗濯物を干す	睡眠 zzz...	
金 半日勤	朝食、子どもを学校へ	入浴介助	休憩	体操	屋敷介助	仕事終了	実家でゆっくり	帰宅	掃除	子どもを剣道場に送って見学	夕食、団らん、入浴、洗濯物を干す	睡眠 zzz...
土 休み	起床	朝食、掃除、洗濯	子どもとショッピング	昼食	子どもの宿題を見る、家事			夕食作り	夕食	家族で団らん、入浴	睡眠 zzz...	
日 休み	起床	朝食、片付け、洗濯	趣味の植物栽培	昼食	愛車の洗車、家事			夕食作り	夕食	家族で団らん、入浴	睡眠 zzz...	

「ホームヘルパーの資格を持っていて損はないよ」。 勧めてくれた人に感謝しています

松本奈穂子さん

介護副主任

社会福祉法人新生福祉会
特別養護老人ホーム楽生苑 いこいの里B

- シゴト歴 8年
- 勤務形態 パートタイム▶正職員
- 資格 介護福祉士
- 家族構成 夫、長女(中2)



毎日いろいろな 発見があるのが楽しい

きっかけは、「今の時代、ホームヘルパー2級くらいは持っていたほうがいいよ」という知り合いのことば。少し前に亡くなった父が、病気をしてから介護が必要になったことにも背中を押されました。けれど、介護の仕事なんて考えてもみなかったんです。それが、不思議なもので、実習先で働いてみないかと誘ってもらったのをきっかけに、パートタイムで働きはじめることに。私自身は、そんなにコミュニケーションが得意なタイプではないので、夫は心配だったみたいですが、声をかけてくれたんだから応えたいと思ったんです。仕事をはじめてみると、大変なこともあるけれど、人間相手なので毎日いろんな発見があってすごく面白い。相手が笑顔になってくれて、人の役に立てたんだと実感できるのも嬉しいし、自分の技術が進歩していくことにも、達成感を感じていましたね。

春からユニットのリーダーに 個別ケアにこだわりたい

この春からは、新しくできたユニット型のフロアの副主任を務めています。まじめにコツコツやってきたことが少し認めてもらえたのかなと嬉しい反面、責任も感じています。ユニットケアというのは、自宅で過ごすような雰囲気のなかで、集団ではなく個別ケアを行うというもの。このユニットケアの実践にこだわりたい。

まず実現したいのは、ユニット内のキッチンで料理をすること。自宅のように、ご飯の炊ける匂い、パンの焼ける匂いをさせたいんです。それから一人ひとりに必要なケアの状況をシートにまとめて、どの職員が対応しても均一なケアができるようにしていきたい、とやりたいことは山積み。なかでも個別ケアをするためにはアセスメントが重要になるので、ケアマネジャー資格も本腰を入れて勉強しないとけないなと思っています。

Q&A 家庭との両立のコツは？

頑張らないことです。たまには買って来た惣菜もありがたいかな、というくらいの気持ちでやっています。でも、部活などで娘に弁当が必要なときは頑張ります。うちは夫も協力的だし、子どもが小さいときは実家が助けてくれたのでその点は恵まれていました。

Q&A 職場の雰囲気は？

施設長がとても話しやすい人で、「こうしたい、ああしたい」ということをざっくばらんに相談できるので、雰囲気はよいと思います。あとは、チームで仕事なので、自分自身の信念というか、しっかりしたものを携えて関わっていけばいいんじゃないかな。



ある1週間のスケジュール

	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	0:00
月 日勤	弁当作り	申し送り バイタル測定	個別ケア、屋敷介助	休憩	記録、夕食準備、食事介助	買い物	夕食作り 塾の送迎	夕食	読書しながら寝る	zzz...
火 夜勤	就寝			洗濯 夕食準備	昼食	出勤準備	申し送り、夕食準備、夕食介助	食事	巡回、記録、コール対応、諸業務	巡回、おむつ交換
水 夜勤明け	巡回、起床介助、朝食介助、申し送り			帰宅後、TVを見ながら洗濯、眠くなったからお昼寝			夕食作り	塾の送迎、夕食ほか	睡眠 zzz...	
木 休み	弁当作り	洗濯、掃除、TV 合間に会議用の資料作成				庭の手入れ、買い物、夕食作り、塾の送迎	睡眠 zzz...			
金 遅出	弁当作り	洗濯、掃除	申し送り、屋敷介助、口腔ケア	入浴介助、個別ケア等		夕食介助	夕食準備 習い事の送迎	夕食	睡眠 zzz...	
土 早出	弁当作り	起床介助、朝食介助	個別ケア、屋敷介助	休憩	記録、入浴介助、個別ケア	買い物	夕食作り、シャワー	夕食	睡眠 zzz...	
日 休み	外出準備		広島Eスタジアムへ	外食	13:00入場 サッカー観戦		食事、移動	睡眠 zzz...		

子育て中は働き方を選べる パートタイムのホームヘルパー。 今はサ責にステップアップ

高尾美幸さん

サービス提供責任者・ホームヘルパー
社会福祉法人府中市社会福祉協議会
介護サービス課

- シゴト歴 7年9カ月
- 勤務形態 パートタイム▶正職員
- 資格 介護福祉士
- 家族構成 夫、長男（高3）、次男（中2）、長女（小6）



これなら子育ても 仕事も両立できる

結婚して子どもが生まれて10年、ずっと専業主婦。働きたい気持ちは募りましたが、子どもが三人いるので、上の子が大きくなっても下の子はまだ手がかかる。事務のパートもしましたが、残業が多くて続かなかった。そんなとき義母が勧めてくれたのが義母と同じホームヘルパー。「登録ヘルパーならできる時間だけでいいよ」と。自宅から訪問先へは直行・直帰。事務所に寄ることもないので、仕事の合間のわずかな時間でも家に帰れるのは、ありがたかったですね。

それに、仕事をはじめると、料理や掃除などの生活援助から入るのですが、慣れてくるとより高度な技術が必要な身体介護を任せられるようになる。自分の技術の進歩を感じたり、少しは期待してもらえてるのかなと思うとやりがいを感じて、もっともっと仕事をしたいと欲が生まれました。

仕事は生きがい 憧れのサービス提供責任者に

この仕事ってこれでいいものがないんです。今日はうまくいったけど、次も同じとは限らない。自分の引き出しをたくさん持つことが大切。そういう技術面をクリアしていくことも達成感があるし、単純に利用者とのコミュニケーションは楽しいです。自分が認めてもらえないと、正直な気持ちや困りごとを打ち明けてはもらえないので、心と心が通じ合うような関係ができたときは、本当にやってよかったと思います。

一昨年パートタイムから正職員になり、昨年の春からはサービス提供責任者（サ責）になりました。この仕事は、ケアマネジャーが立てた計画をもとに、具体的な訪問介護プランを作ってヘルパーに伝えたり、利用者の状況をケアマネジャーに伝えたりする要の仕事。いいチームワークで仕事ができるように、しっかりした自分になりたいです。

Q&A 家庭との両立のコツは？

子どもが小さい頃は、義父・義母が応援してくれたのが大きかったです。最初は心配でしたが、子どもが順応していくんですね（笑）。今では、お兄ちゃんが下の二人をまとめてくれますし、土日の休みにはできるかぎり家族との時間を大切にしています。

Q&A 職場の雰囲気は？

先輩はみんな何でも知ってて、話も真剣に聞いてくれるし、相談しやすい人ばかり。だから、ホームヘルパー2級を持っている人がいたら、「私は65歳まで働く、一度も辞めたいと思っただことない、職場だよ」と言うんです。本当に気持ちの良い職場ですよ。



ある1週間のスケジュール

	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	0:00
月 日勤	弁当作り	朝礼 ほか	訪問 調理をする	サ責の仕事 (モニタリングシートへ記入)	訪問	夕食作り	夕食	洗濯物をたたみながらニュースを見る		
火 日勤	長男、早朝講座受講	訪問、ケアマネに連絡	昼食	新規依頼への書類準備	ヘルパー同行	検討会議	子どもたちを和太鼓の練習場へ送迎、塾の迎え、洗濯			
水 日勤	娘、修学旅行へ	訪問、新規インテック契約	昼食	訪問計画書作成、利用者宅モニタリング	買い物 水曜日は肉が安い!	塾で遅い長男を待ちながら、仕事の振り取り関連する本を読む				
木 日勤	弁当作り	訪問介護計画書の説明	ヘルパー同行、カンファレンス	訪問	修学旅行のお迎え	和太鼓の練習場へ送迎、洗濯、お風呂では保温対策!				
金 日勤	弁当作り	訪問	昼食 相談	訪問介護予防計画書作成	サ責検診、月一度の定期研修会 ～ヒヤリ・ハットについて、困難事例等～	明日はお休み! 大好きな深夜番組を観る				
土 休み	長男だけ登校	子ども会行事	掃除、片付け	昼食	家族で おばあちゃんの家へ	夫と買い物	和太鼓の練習 子どもたちを練習場へ送迎			
日 休み	お天気がいいので布団干し、片付け	和太鼓出演のため子どもたちを集合場所まで送り、夫と鑑賞	夕食は鍋 美味しい!	明日は学校、仕事 準備をきちんとしておこう!						

自分が輝ける時間を 持っていたい。 私にはこの仕事がそうでした

森清幸子さん

介護職員
社会福祉法人広島県リハビリテーション協会
障害者支援施設 ときわ台ホーム

- シゴト歴 約20年（途中で産休・育休）
- 勤務形態 正職員▶パートタイム▶正職員
- 資格 介護福祉士
- 家族構成 夫、長男（中3）、長女（小5）、次男（小1）



自分が自然体でいられる 大切な場所

高校の先生から、「これからは福祉の時代が来る」と勧められて、福祉専門学校へ。学校で訪れた障害者施設での実習が楽しくて、気づけば20年経ってしまいました（笑）。私も、実習に行くまでは、障害者施設ってシリアスな雰囲気イメージしていたんです。

ところが、みなさん明るく話しかけてくださるし、障害があっても頑張っている。むしろ、元気をもらえ、自分がすごく自然体でいることができ、「私にはここが向いとる」と思ったんですね。

今は、子どもを三人育てながら仕事を続けていますが、20年の間には、産休や育休、夜勤のない非常勤で働いたこともあります。でも、子どもが生まれても、「帰ってくるのはやっぱりここ」という感覚があって、その時々生活に合わせて仕事が続けられたことにとても感謝しています。

できることが増えていく その喜びと一緒に

介護という、なんでもしてあげるイメージがあるかもしれませんが、それはちょっと違います。少しでも残っている機能を使って、できることを増やしていく。今まで、見えなかった道を拓く手伝いをするのが大切なんです。

例えば、片まひがあって自分で食事をできなかった人が、装具を使って練習して、自分で食べられるようになったり。できることが増えて、利用者と一緒に喜び合えたときがいっぱい嬉しい。

それに私、利用者を笑わせることが大好きなんです。いつもどうやって笑ってもらおうかと考えて、それから会話に入ります。そのせいか、「あんたはいつも元気だの」とよく言われるんですよ。これからも、利用者が自宅にいるのと同じように、元気で過ごして、笑ってもらえる、そんなサポートができたらいいですね。

Q&A 家庭との両立のコツは？

完璧にやろうとしないことです。長男にも、「お母さんは超キチウで、大雑把じゃけん」と言われています（笑）。子どもたちは、小学校1年生からガスをかわせるようになってきたので、自分たちで料理も作れます。卵焼きなんて私より上手ですよ。

Q&A 職場の雰囲気は？

若い人も多くて明るい職場です。昔に比べて、男性も増えましたね。職員は20歳～63、64歳まで、いろんな世代の知恵を活かして働いていますが、利用者に対する思いや意見が一致して、チームワークがとれたときは特に嬉しくなります。



ある1週間のスケジュール

	6:00	8:00	10:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	22:00	0:00	
月 休み	娘の剣道の試合応援のため、岡山へ							長男の剣道団体優勝祝賀会に参加	お風呂 ほか	睡眠 zzz...	
火 超早出	出勤	朝食介助	入浴介助、トイレ介助	昼食介助	休憩	パソコン作業	退社	買い物	夕食準備	夕食、洗濯物を干す ほか	睡眠 zzz...
水 早出	出勤	朝食介助	トイレ介助等	昼食介助	休憩	おやつ介助	会議	次男と夕食、剣道の稽古の送迎 ほか	広島カープCS決定、スポーツニュースを見る!		
木 休み	ゆっくり朝食作り	大好きな韓流ドラマを観る	友人のお見舞い	小学校の参観日	夕食は親子丼、酢の物	剣道の稽古を観る	遅めの夕食	睡眠 zzz...			
金 遅出	遅出出勤	ゆっくり朝食準備	出勤	入浴介助	昼食介助	休憩	ラジオ体操、ミーティング、おやつ介助、トイレ介助	夕食介助	夕食準備	夕食	ゆっくりめのお風呂
土 夜勤	長男の県総体出場のため弁当作り、家事、夕食作り	仮眠	昼食	出勤	仕事開始	申し送り ほか	バイタル測定	トイレ介助 ほか	パソコン入力	23:30と2:30に巡回	
日 夜勤明け	トイレ介助、朝食介助 ほか	申し送り	夜勤終了	シャワー、身体を休める	夕食準備、ゴロゴロして過ごす	夕食はカレーの残りをカレーうどんに	明日は学校 家族全員、早めに就寝				

未経験からしっかり長く働いている
女性を紹介します



杉森悦子 さん

介護課長

社会福祉法人尾道さつき会
特別養護老人ホーム星の里

1996年、デイサービスの送迎運転手として就職。まったくの未経験から体当たりで介護の経験を積む。食事をのどにつまらせた利用者に、とっさに掃除機をあてがい食べ物を吸い出すことで一命を取りとめたり、利用者の家におかずの材料がないことに気付いて、裏山に登って山菜を採り調理するなど、数々の伝説を持つ。機転と創意工夫で仕事を楽しむ一方で、組織の課題に対しては、理論やデータを根拠にした取り組みで成果をあげている。仕事の原点は“笑顔”。介護福祉士・介護支援専門員

キャリア年表

- 1996年 7月 デイサービスセンター星の里（ケアワーカー）就職
- 2000年 5月 介護福祉士取得
- 2001年 11月 デイサービスセンター星の里 生活相談員・介護職員、福祉用具貸与事業所専門相談員
- 2002年 4月 デイサービスセンター星の里 介護主任
- 2003年 3月 介護支援専門員資格取得
- 2003年 4月 デイサービスセンター星の里 係長
- 2003年 11月 ヘルパーステーション星の里 係長
- 2004年 4月 在宅サービス 係長
- 2008年 4月 ホームヘルパー 係長
- 2008年 5月 介護 係長、星の里ホームヘルパー兼務
- 2008年 12月 認知症介護実践者研修修了
- 2009年 4月 特別養護老人ホーム星の里 介護係長
- 2010年 4月 特別養護老人ホーム星の里 介護課長
- 2011年 1月 介護福祉士実習指導者講習修了



人と人との関わりのなかで
得るものがすごく多いし、
機転とアイデアがものをいう仕事です



まったく未経験からの
スタートでした

今でこそ、介護課長という肩書きをもらっていますが、仕事をはじめた動機は“家から近かった”から（笑）。福祉を志してとか、お年寄りの役に立ちたいなんて考えはなくて、むしろ、大変そうだなって思っていたくらい。ただ、車が運転できたので、デイサービスの送迎だったらできるだろうって。何の知識もないところからのスタートでした。

利用者の生活が変わる
その面白さに惹かれて

当時はまだ介護保険制度がはじまる前で、施設も開設したばかり。すべてが手探りでしたね。そんななかで、こだわったのは、本気で遊ぶこと。今で言うレクリエーション活動になりますけど、自分も楽しみたいからって、お笑いタレントをまねてコントをしたり、本気でパカなことを

していました。それでみんなが笑ってくれて、関われば関わるほど人間くささが出てくるのが楽しくてね。面白い仕事だぞって思っちゃったんですね。

デイサービスの後、訪問介護事業所の立ち上げを経験しましたが、この時期がいちばん面白かったかもしれません。新しいサービスを自分たちでつくり上げる楽しさがあったし、利用者のところに飛び込んで、一対一で向き合える。工夫と体当たりで、利用者の生活がみるみる変わっていくことにやりがいを感じました。しかも、難しいケースであればあるほど燃える自分がいて（笑）。人間くさいのが好きなんです。

スタッフみんなで成果を
喜びあえるチームをつくる

今は特別養護老人ホーム星の里の介護課長を任されています。施設長をトップに介護職員約30人をまとめるポジション。利用者のケアについてはリーダーに

任せているので、人材の育成・管理、業務改善、予算など、組織運営に関わるのが主な仕事です。

実は、介護課に異動になったとき、施設長から「組織改革してほしい」というミッションを与えられたんです。当時、組織運営がうまくいかず、職員はそれぞれがバラバラの方向を向いて、働くことに対する意識も薄い状態。異動してしばらくは、現場に入って課題の洗い出しを行いました。

最初に取り組んだのはおむつのコストダウン。必要性を細やかに考えることなく、とにかくいいものをどんどん使うという風潮があったのですが、メーカーと5ヶ月かけて状況を分析。排泄とは？というところから勉強して、理論づけてメンバーに説明し、成果は数字で示して目標意識を共有。その結果、ケアの質を下げることなくコストダウンを実現することができました。

また、「じょくそうぜ口」を目標に掲げたときは、看護師、栄養士など他部門と

の連携を強化。利用者の状態を数値化してみんなで同じ情報を共有して取り組むことで、重症化していた人がどんどん元気になっていきました。

取り組みの成果を数値化するなどして「見える化」。目に見える成果を得たことで、職員の意識も変わっていったと思いますね。

メンバーがおらんと今の私もおらん。
今はメンバーの成長が嬉しい

現場が大好きなので、管理者になって現場を離れたことは寂しいです。でも、自分が先陣を切ってついてこい！というのではなく、メンバーを育てることで、組織がもっとよくなればそれもいいのかなと思うようになりました。自分がああしたい、こうしたいと言ってきたみたいに、メンバーがよい発想をして言ってきたときは嬉しいですね。部下がおらんと今の私もおらんし、ありがたいです。

一主婦のパートとしてはじめての仕事がこ

んなに長続きするとは思ってもみませんでしたが、この仕事が美しいとか、人の役に立つとか、美化することはないですね。ただ、人と人との関わりのなかで得るものはすごく多い。教科書では学べない勉強をしているなと思います。コミュニケーションが得意か不得意か、とか、明るい対応ができるかできないか、とか関係なくて、人の思いに共感できる感性が活かせる、懐の深い仕事だと思いますよ。



プライベートでは二人の孫のおばあちゃん。昔気質のご主人も、今では料理や家事を手伝ってくれるのだとか

広島キラキラヘルプマン

チャレンジする若手が増えています。 いま、広島の介護いい感じです

広島の介護業界で活躍する20～30代の若手たち。
仲間と起業したり、音楽活動と両立したり、
それぞれの道を追いかける彼らを紹介します



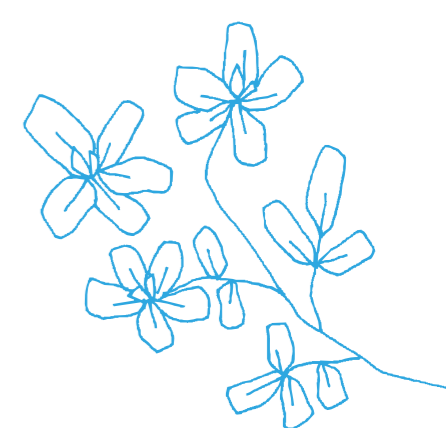
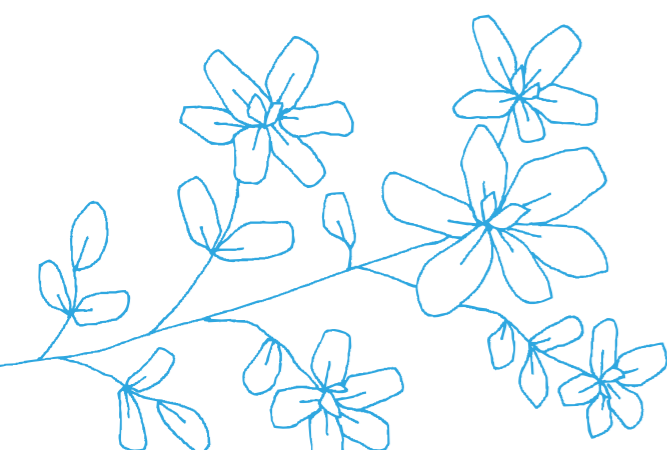
「介護をしているからこそ感じられることがある。
音楽と介護、僕にはどっちも大事なこと」



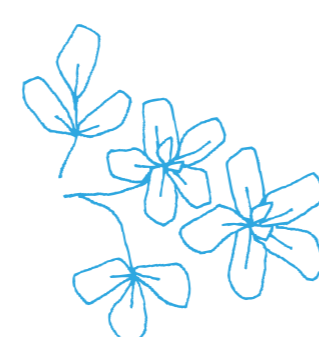
木原健太さん

有限会社すばる訪問介護事業所
KeN
ボーカルユニット Free Face

僕が介護の仕事をはじめたのは、祖父母へ恩返ししたいという思いがきっかけ。実習で現場に出たとき、ホームヘルパーと利用者との関わりに感銘を受け、自分もホームヘルパーを選びました。介護の仕事って、お互いがお互いを輝かせ合える仕事だと思うんです。音楽も同じ。ライブ活動しながら、ホームヘルパーを続けているのもこの仕事が好きだから。介護をしていたからこそできた曲もあるんです。両方あってこそ、自分なんだと思いますね。



「利用者とドライブに行っ
一緒に食べたたこ焼きの味が忘れられない」



島弘樹さん

社会福祉法人泰清会
定期巡回・
随時対応型訪問介護ステーション
サンライズ24

これからは介護の時代だと周囲の勧めでこの世界に飛び込みました。自分の原点は、はじめて担当になった利用者とドライブをしたこと。認知症のある人でしたが、施設に帰っても「ドライブに行ったらよかった」と言ってもらえて心に響きました。今、僕が取り組む、定期巡回・訪問介護サービスは、在宅で暮らす高齢者の生活を支える新しいサービス。新人のときに誓った業界を変えたいという思いを胸に、よいサービスを模索中です。

平石一也さん

株式会社ハートランド
デイサービスげんきハウス



建設会社勤務から全くの未経験で介護業界へ飛び込んで、医療法人に3年間勤めたあと、自分の理想とする介護を実現したいと仲間と一緒に起業しました。僕らは運動を得意とする集団で、無医地区にリハビリテーションや機能訓練を中心としたデイサービスを展開しています。自分たちがよいと思うことをやれているのは幸せかな。介護ってアイデア次第でなんでもできるのも面白いところですよ。



「仲間となら思ったことを自由にやれる。
なんでもできるのが介護の魅力」

介護施設ってどんなところがあるの？ 特色のある施設をのぞいてみよう

大規模な施設からアットホームなところまで
施設といってもその業態や特色は様々。
特色ある施設の例をちょっとだけ、ご紹介します



介護老人保健施設 **葵の園・広島空港**

東広島市河内町入野 7841-2 TEL.082-420-7171

▶http://www.aoikai.jp/shisetu/hiroshima_air/main.htm

実践的リハビリで、在宅復帰率 62%

入所してリハビリテーションを受けながら、在宅復帰を目指すのが介護老人保健施設。介護スタッフとリハビリテーションのプロが連携してサービスを提供します。「葵の園・広島空港」は、実践的リハビリテーションを提供し在宅復帰率 62%という高い効果をあげている施設。ホテルのようなエントランスや、大きな窓がある明るい空間は利用者にも好評です。

スタッフコメント ▶ **高原亮介 さん**

面白いアイデアはまずやってみよう！と、若手スタッフからの提案もどんどんカタチにしています。おやつ作りやイベント企画、FMラジオ出演やタブレットPCの導入など、ワクワクする職場作りを目指しています

うちの自慢

広島県社協主催イベント「福祉職場の魅力自慢コンテスト」で優勝しました！

運動会に夏祭り、楽しい行事がいっぱい

楽しい催しもの目白押しなのが、「ケアホーム ディア・レスト可部」。パフェ祭りやおはぎ作りなど身近な企画から、お祭りや運動会など職員が本気になって出し物に取り組む大々的なものまで、毎月何かしらのイベントが開催されています。スタッフ全員がサービス業という意識と、おもてなしの心で入居者に寄り添うケアを行っています。

スタッフコメント ▶ **谷田郁恵 さん**

産休・育休制度を利用して職場復帰してもキャリアが描けるよう、研修制度も充実しています。福利厚生も整っていて働きやすい職場です。夏バテ防止に、代表から差し入れられる「うなぎ弁当」が、職員の密かな楽しみです。

うちの自慢

カーブの年間シートでマツダスタジアムに野球観戦に行けます！



株式会社 M&C コラボレーション
有料老人ホーム **ケアホーム ディア・レスト可部**

広島市安佐北区亀山1丁目17-16 TEL.082-819-3800

▶<http://www.dearrest.net/kabe/>



社会福祉法人慈光会
特別養護老人ホーム **慈光園**

広島市安佐南区高取北1丁目17-41 TEL.082-878-8005

▶<http://www.jikouen.jp/jikouen.html>

喫茶や子育てサロンなど地域交流が盛ん

施設の1階ホールを交流の場として開放し、地域に開かれた施設が、「特別養護老人ホーム慈光園」です。火曜日は子育てサロン、水曜日は「じばーくサロン」、第2金曜日は地域の一人暮らしの高齢者向けにランチを提供する「じこう食堂」など、毎日のように地域の人が入り出りしています。0歳から100歳以上の人の交流がある慈光園は活気で溢れています！

スタッフコメント ▶ **河原真奈美 さん**

地域の子どもからお年寄りまで気軽に立ち寄れる場所として、施設を特別な場所だけでなく、今までの生活の延長線上にあるということを知ってもらいたい。地域の取り組みでますます新しい縁を広げていきたい。

うちの自慢

託児所を併設しているので子育て中でも働きやすい、共働きしやすい環境です！

敷地内に福祉専門学校まである複合施設

尾道市の高台にある「尾道ふくしむら」の敷地内には、特別養護老人ホームやデイサービスセンターを併設する高齢者総合ケアセンターを中心に、地域密着型サービスセンターや生きがい活動推進センター、障害者施設、福祉専門学校などが集まっています。知的障害者の作業所からスタートした同法人は、介護と福祉の総合サービスを行っています。

スタッフコメント ▶ **宗田佳代 さん**

私が働く老人介護支援センターでは、地域の人の介護予防のための「元気塾」を開催しています。メニューづくりのモットーは「たくさん笑う」。大口を開けて笑ってもらうことで心身ともに元気になっていただきます！

うちの自慢

施設と専門学校が隣接。現場を常に視野に入れた人材育成・輩出を行っています！



社会福祉法人尾道さつき会
尾道さつき会・尾道ふくしむら

尾道市久保町1786 TEL.0848-37-7272

▶<http://satukikai.com/>

多職種が協力して生活リハビリを実践

「ピア観音」では、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士など専門職によるリハビリテーションだけでなく、介護職、看護師、栄養士が協力して、日常生活動作を通じた「生活リハビリテーション」を行っています。病院から退院した方、在宅で日常生活動作能力が低下してきた方を対象に、自宅での生活を再開してもらうため、職種の垣根を超えて取り組んでいます。

スタッフコメント ▶ **三山亮 さん**

「ダイバイキング」「割烹着交流会」「喫茶キリマンジャロ」など食事系の行事や、初詣、花見、カーブ観戦、盆踊りなど外出行事も豊富。いろんな専門職がありますが、みな和気あいあい。離職率が7%と低いのも自慢です。

うちの自慢

毎年多くの教育機関から依頼され、年間100名(延べ1000名)の実習生を受け入れています！



介護老人保健施設 **ピア観音**

広島市西区観音新町1丁目-7-40 TEL.082-503-7772

▶<http://www.jiraku.or.jp/service/kannon/index.html>

福祉・介護の仕事の探し方

福祉・介護の仕事に興味を持ったら、広島県社会福祉協議会（広島県社会福祉人材育成センター）へ行ってみよう！
社協って行ったことないし、なんとなく堅そうだし、ハードルが高いなあと思ってるあなた、誌上シミュレーションしてみました

はじめてですが
よろしくお願いします



10:00 受付

まずは、カウンターで受付をします。玄関に入ってすぐ右手にあるオープンな雰囲気スペース。個別相談の予約もできます。

おはようございます
行ってきます

start III▶



9:55 社協に到着
ここが広島県社協。
ドキドキしますが行ってきます。

Check!

予約なしでもOKです！
でも、じっくり相談したいときは予約したほうが待ち時間もなくスムーズですよ。
TEL. 082-256-4848
受付 8:30~17:00(月~金)

おはようございます
何でも聞いてくださいな



10:05 担当者登場

相談の担当者さんです。
やさしそうな人よかった！

イチから
教えてください



10:15 個別相談開始

お任せください！

人材育成センターではどんなサービスがあるのか説明してもらいました。福祉・介護の仕事紹介がもちろんメインですが、資格の相談や、施設見学の申し込みなども手伝ってくれるそうです、心強い！

Check!

こんなアドバイスも
してもらえます！

- 応募書類の書き方アドバイス
- 施設見学の申し込み・資格講座の紹介
- 職場情報の提供

求人票の見方も
教えてもらえました！

ここでは、分野ごとの求人票や施設・事業所のパンフレットなどが揃っていて、じっくり資料が見られます。各種資料は持ち帰りOK。もし気になる求人情報を見つけたら、施設見学の申し込み、面接の調整、紹介状の発行などをしてくれるそうです。

11:00 資料閲覧

就職フェアや職場体験などのイベントもいろいろ行っているそうです。勉強になりました！

いろんな職場が
あるんだな～

Check!

- イベントもいろいろ
- 就職フェアや職場体験
- 大学での業界研究講座・出張相談

12:00 今日の相談は終了です

私たちスタッフがご相談をお受けします
気軽に声をかけてくださいな

ありがとう
ございました！



広島県社会福祉人材育成センターのサービスの流れ

希望に合わせて、相談から施設との調整・紹介、資格情報の提供などワンストップで相談にのります！



あなたの街の求人情報

広島県の福祉・介護の仕事、ここで探せます

人材センター

広島県社会福祉人材育成センター (広島県社会福祉協議会) 〒732-0816 広島市南区比治山本町 12-2 TEL.082-256-4848 FAX.082-256-2228

くれ福祉人材バンク (呉市社会福祉協議会) 〒737-0032 呉市本町 9-21 すこやかセンターくれ別館 TEL.0823-21-5013 FAX.0823-25-7453

ハローワーク

ハローワーク広島 〒730-8513 広島市中区上八丁堀 8-2 広島清水ビル 1~4F TEL.082-223-8609 FAX.082-223-5122

ハローワーク広島東 〒732-0051 広島市東区光が丘 13-7 TEL.082-264-8609 FAX.082-264-1355

ハローワーク広島・広島東 (学卒部門) 〒730-0013 広島市中区八丁堀 16-14 第二広電ビル 5F TEL.082-225-0380 FAX.082-225-0381

ハローワーク可部 〒731-0223 広島市安佐北区可部南 3-3-36 TEL.082-815-8609 FAX.082-814-6222

ハローワーク呉 〒737-8609 呉市西中央 1-5-2 TEL.0823-25-8609 FAX.0823-22-1106

ハローワーク竹原 〒725-0026 竹原市中央 5-2-11 TEL.0846-22-8609 FAX.0846-22-9316

ハローワーク三原 〒723-0004 三原市館町 1-6-10 TEL.0848-64-8609 FAX.0848-62-0130

ハローワーク尾道 〒722-0026 尾道市栗原西 2-7-10 TEL.0848-23-8609 FAX.0848-23-2852

ハローワーク福山 〒720-8609 福山市東桜町 3-12 TEL.084-923-8609 FAX.084-931-8486

ハローワーク府中 〒726-0005 府中市府中町 188-2 TEL.0847-43-8609 FAX.0847-43-1115

ハローワーク三次 〒728-0013 三次市十日市東 3-4-6 TEL.0824-62-8609 FAX.0824-62-1859

ハローワーク庄原 〒727-0012 庄原市中本町 1-20-1 TEL.0824-72-1197 FAX.0824-72-7533

ハローワーク広島西条 〒739-0041 東広島市西条町寺家 6479-1 TEL.082-422-8609 FAX.082-422-7294

ハローワーク廿日市 〒738-0033 廿日市市串戸 4-9-32 TEL.0829-32-8609 FAX.0829-32-3350

ハローワーク大竹 〒739-0614 大竹市白石 1-18-16 TEL.0827-52-8609 FAX.0827-53-8609

ハローワーク安芸高田 〒731-0501 安芸高田市吉田町吉田 1814-5 TEL.0826-42-0605 FAX.0826-42-0224

マザーズハローワーク広島 〒730-0032 広島市中区立町 1-20 NREG 広島立町ビル 3F (「新生銀行広島支店」の上階) TEL.082-542-8609 FAX.082-542-8610

広島新卒応援ハローワーク 〒730-0013 広島市中区八丁堀 16-14 第二広電ビル 5F TEL.082-224-1120 FAX.082-225-0381

キャリアアップハローワーク広島 〒730-0035 広島市中区本通 6-11 明治安田生命広島本通ビル 8F TEL.082-236-8613 FAX.082-542-5310

ハローワークプラザ福山 〒720-0065 福山市東桜町 1-21 エストパルク 1F TEL.084-921-8189 FAX.084-931-3998

詳しくは直接連絡、または、ホームページへ

http://hiroshima-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/hello_work/hello_main.html