

＼ フレッシュな沖縄介護情報をお届け! ／

# おきなわ **仕事と介護** 両立サポート協同組合通信

働くあなた、介護と仕事の両立に悩んでいるあなた、介護に不安を抱えるあなた、人事担当のあなた。あなたにこそ知って欲しい情報があります!

2025

9 月

第27号



## Contents

職場のつながりが、安心の土台に

介護支援専門員とファシリテーション

世界アルツハイマー月間のお知らせ

訪問看護の魅力

### 今月の表紙

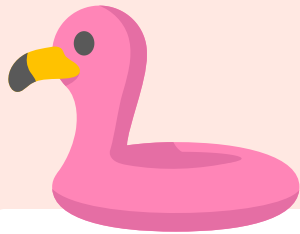
沖縄あるある、いただきもののバナナ🍌です。青いうちに紐で吊るして「そろそろかな～」と見守っていたら、黄色くなった瞬間から一気に熟していく…。気づけば熟れすぎ寸前に。バナナが落ちる前に美味しく食べようと、あたふたする日々です😅そんな平和な日常の一コマでした。

(記事：大城)



おきなわ仕事と介護両立サポート協同組合





# 今月のピックアップ



## 職場のつながりが、安心の土台に

9月に入り、暦は夏から秋へ。お盆や夏休みもひと段落し、日常が戻りはじめるこの時期。リズムの変化に、心や体が追いついていない…そんな声も聞こえてきます。介護や家族のことで不安や迷いを感じながらも、「頑張らないと」と、自分を後回しにしていますか？

そんな時、頼れるのは職場での「ちょっとしたつながり」。ふと声をかけてくれる同僚、相談を受け止めてくれる上司、仲間を気にかけて、制度や外部相談窓口を案内してくれる担当者の存在は、安心して働き続けるうえでの大きな支えになります。

制度の周知と同じくらい、「相談できる空気づくり」が大切です。今月は、仲間をそっと気にかける、そんな日を増やしてみませんか。

### ✓ 声かけの一步、チェックリスト

- ☐ 最近、元気がない同僚がいる
- ☐ 会社の制度や相談窓口の情報を、さりげなく共有したことがある
- ☐ 「ひとりで抱えなくていいよ」と伝えたい人がいる

あなたのひと声が仲間の安心に繋がります◎



書いた人



代表理事  
大城五月



今月の個人的なNEWS

最近、立て続けに「疲れている？大丈夫？」と声掛けされることが。なるべく疲れを溜めないよう心がけているつもりが、いつの間にか蓄積されていた様子。気にかけてくれる仲間の存在がありがたいなあと、優しさが染みわたる今日この頃。睡眠の秋を楽しむぞー♡

## 介護支援専門員とファシリテーション

介護支援専門員（ケアマネジャー）は、介護保険サービスを利用する際に必要な専門職です。その支援の流れの中で必ず行うのが、「サービス担当者会議」。そしてこの会議を円滑に進めるために重要なのが、「ファシリテーション」という技術です。

ファシリテーションは、会議の流れをつくり、話しやすい雰囲気を整えることで、参加者の意見を引き出し合意形成を促す役割を担っています。この技術がないと、「何も決まらない会議」や「時間ばかりかかる会議」になってしまうことも。介護支援専門員は、このファシリテーションの技術を備えた「良き相談者」とも言えるかもしれません。

こちらは、私が愛用している、見やすくわかりやすいファシリテーションの解説書です。入門編としてもおすすめなので、興味のある方はぜひ手に取ってみてください！



書いた人



副理事  
中山哲郎



今月の個人的なNEWS

まだまだ暑い日が続いてますが、実は県外の方が暑いという事に驚かされています。我が家では全然クーラーが効かない状況で、クーラーの大掃除を行い、無事冷えるクーラー復活！なのに水漏れ。(涙) 振り回されてます。

# 組合メンバーがそれぞれの視点で イチオシな情報を発信します!

## 世界アルツハイマー月間のお知らせ

私たちはどれだけ認知症のことを知っているのでしょうか? 知らないことで不安になったり、怖さを感じることはありませんか? あるいは知ったつもりになって決めつけたり、偏見をもってはいませんか? この機会に認知症を正しく理解するため時間を割いてみましょう。



あなたの地域で  
認知症とともに  
いきいきと暮らす



写真: カター作りの実現が、認知症とともに生きる力に  
(本人グループ山陰と真ん中とその仲間たち)



書いた人



理事  
中松光



今月の個人的なNEWS

12月に人生初めての静岡県熱海市に行く予定で今からワクワク。熱海と言えば「金色夜叉」。貫一お宮の銅像が楽しみです。この通信を読んでいる方の中に知っている人がいることを信じています (笑)  
※私も介護を通じて高齢者から教わりました。

## 訪問看護の魅力

最近、看取り期の方の在宅支援に携わらせていただく機会がありました。

医療や介護サービスの調整を行い、多職種連携して支援していく中、どの職種もそれぞれ専門性に特化した役割があるのですが、その中でも今回ひと際目立った「**訪問看護**」。

最期まで「**その人らしい生活**」を支援するために、その方の生活空間である自宅で、しっかり寄り添い信頼関係を築きながら柔軟なケアを提供している姿にとっても魅了されました。



訪問看護とは、主治医の指示に基づき、看護師などが利用者の自宅を訪問し、病状の観察や医療処置、清潔ケア、食事・排泄の介助、リハビリ、家族への介護指導や相談等を行うサービスです。主に介護保険または医療保険を利用し、高齢者や病気・障がいを持つ人が在宅で安心して療養を送れるよう支援します。



書いた人



監事  
松川浩也



今月の個人的なNEWS

担当させていただいているご利用者様(94歳)の定期訪問に行くと、「一緒にお昼ご飯食べよう」と言われ出されたのがステーキ。食べにくそうにはあるが、自分の好きな物を食べたい時に食事形態関係なく食べる姿に、驚きと心配と感激の気持ちでした。素晴らしい♪

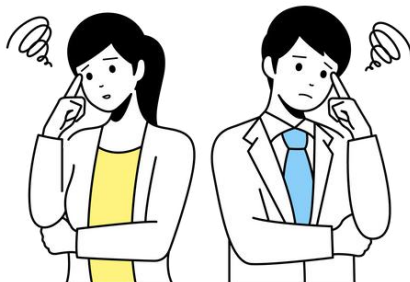
# 仕事と介護の両立、 こんなお悩みごとは ありませんか？

家族に介護が必要に  
なったときに今の職場で  
仕事を続けられるか不安

大切な従業員の  
突然の介護離職を  
防ぎたい

不安なく介護を  
両立するために  
必要なことが知りたい

従業員から介護の悩みを  
相談されているが  
具体的に助言できない



## おきなわ仕事と介護両立サポート協同組合



その悩み  
私たちに  
ご相談ください！

監事  
松川浩也

代表理事  
大城五月

副理事  
中山哲郎

理事  
中松光

家族介護と仕事の両立に不安がある労働者や、介護を理由とする望まない離職を防ぎたい  
経営者等に対して、「仕事と介護の両立」「望まない介護離職防止」をサポートします。

### 代表理事

名前：大城 五月（おおしろ さつき）  
担当：個別面談  
（家族介護、キャリアプラン）

- ・産業ケアマネ1級
- ・キャリアコンサルタント
- ・ワークサポートケアマネジャー



### 副理事

名前：中山 哲郎（なかやま てつろう）  
担当：営業、窓口、企業相談役

- ・産業ケアマネ1級
- ・災害支援ケアマネジャー
- ・ワークサポートケアマネジャー



### 理事

名前：中松 光（なかまつ ひかる）  
担当：勉強会講師

- ・産業ケアマネ3級
- ・認知症ケア専門士
- ・介護福祉士



### 監事

名前：松川 浩也（まつかわ ひろや）  
担当：両立アンケート調査  
（実態把握調査）

- ・産業ケアマネ3級
- ・主任介護支援専門員
- ・ワークサポートケアマネジャー



### 組合契約企業さまへ

個別相談、お問い合わせがございましたらお気軽にお申しつけください。



### 検討中の方へ

企業の状況ヒアリング（仕事と介護の両立に関するアンケート調査）、勉強会、個別相談を提供しております。ぜひお気軽にお問い合わせください。

### おきなわ仕事と介護両立サポート協同組合

- 📍 904-2171 沖縄県沖縄市胡屋 7-4-5
- ☎ 098-800-2839
- 📠 098-800-2842
- ✉ info@okinawa-shigotokaigo.com