

お客様も職員もともに幸せになれる会社を目指して



パリアケアあきた訪問看護ステーション  
ナズキマリン  
**鈴木 真里子**

## 鈴

木真里子さんは、2018年に株式会社きららホールディングスに入社しました。

現在は、パリアケアあきた訪問看護ステーションで事務担当として勤務しています。訪問看護ステーションで働くのは初めてだったという鈴木さんは、どのように苦勞を乗り越えていったのでしょうか。エピソードを伺い、仕事に対する姿勢に迫ります。

——ご経歴や、入社したきっかけを教えてください。

前職は、総合病院で医療事務に従事していました。退職したときに、仕事を通じて以前から知っていた鈴木代表取締役社長にお声がけいただき、きららホールディングスに入社しました。働き始める前に施設の見学に行った際、職場の雰囲気や社員の皆さんが明るくて、とても良い印象を持ったのを覚えています。

——苦勞を乗り越えた経験について、お聞かせください。

これまで総合病院の業務経験しかなかったため、訪問看護ステーションの仕組みや介護についての知識がなく、入社したばかりのころは苦勞しましたね。引き継ぎ期

間中は、業務を遂行しながら集中して知識を吸収していきました。また、専門書を読んだり、システムのサポートセンターに電話をしたりして、業務に就く上での不明点などを一つひとつ解決していきました。

最初のころは周囲の方に「迷惑をおかけしていたことも多かったと思います。パリアケアあきた訪問看護ステーションの皆さんには、今でも助けていただくことが多く、いつも感謝しています。

——仕事をする上で心がけていることはありますか。

事務担当としては、専門職の皆さんの業務がスムーズに進むようサポートするのがミッションだと思っています。サポートするには良質な人間関係が必要不可欠です。そのため、周囲の皆さんと、しっかりとコミュニケーションを取るよう意識しながら業務にあたっています。コミュニケーションを取る際には、相手に不快な思いをさせないよう配慮するのもポイントですね。

また、相手にわかりやすい伝え方も大切に行っています。電話対応や書類作成をする際には、どなたに対しても、できるだけわかりやすい言葉選びや言い回しを徹底。説明

したい内容が正しく伝わるよう心がけています。

——最後に、今後の目標をお聞かせください。

これからも職場の皆さんがスムーズに業務を遂行できるように、サポートしていくのが目標です。また、2024年5月から調剤薬局事務も担当することになりました。今は仕事を教えてもらっている最中で、わからないことだらけ。しっかりと勉強してスキルを習得し、1日でも早く役に立てるようになりたいと思っています。

「新しい業務にも挑戦し、仕事の幅が広がっていくことが嬉しい」と語った鈴木さん。次なる目標に向かって、今日も歩み続けています。



10  
October

10月生まれの皆さん、お誕生日おめでとうございます!食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋……。そして、さまざまな果物が最高の状態を迎えるこのシーズン。今月も果物言葉を添えた誕生日果物をご紹介します。是非実りの秋を満喫してください。

【項目 ①誕生日の果物 ②果物言葉】

10月2日

いとう あず さ  
伊藤 杏寿紗さん

- ①平核無柿(ひらたねなしがき)
- ②遠慮・困惑



10月6日

やまうち みほ  
山内 美帆さん

- ①ローゼル
- ②乙女の真心

10月7日

ほり てる よ  
堀 照代さん

やつ やなぎ さと み  
八柳 里美さん

- ①ダングレーム
- ②ゆるる心

10月10日

おお はら きょう こ  
大原 恭子さん

- ①菜陽慈梨(ライヤンツリー)
- ②厳格

10月13日

といた みゆき  
戸井田 美幸さん

- ①千秋
- ②待望



10月15日

ふな お せ つ こ  
船尾 世津子さん

さ さ き な つ み  
佐々木 菜都美さん

- ①栗(利平種)
- ②知恵



10月17日

こん どう えり な  
近藤 絵里奈さん

た むら なみ こ  
田村 浪子さん

いし ずか ひろ こ  
石塚 博子さん

- ①とげなし栗
- ②社交性

10月18日

おか もと あき こ  
岡本 明子さん

かわ わ た まこと  
川和田 亮さん

- ①ブランデーワイン
- ②心変わり

10月19日

おお ぶち じゅん こ  
大淵 純子さん

- ①西村早生柿
- ②夫婦愛

10月20日

ない どう ゆい  
内藤 維さん

- ①花梨(かりん)
- ②富・栄華

10月21日

さとう みな こ  
佐藤 美奈子さん

- ①シナノスマイル
- ②少女の純潔



10月23日

あさ の あき こ  
朝野 暁子さん

み うら あき ひこ  
三浦 昭彦さん

- ①ピッテロピアンコ
- ②恋人・偽りの魅力

10月25日

さ さ き とおる  
佐々木 徹さん

さとう まい こ  
佐藤 麻衣子さん

- ①秋映
- ②慕情

10月26日

き むら むつみ  
木村 睦さん

かさ い さ き  
笠井 咲綺さん

- ①西条柿
- ②猛進・行動

10月27日

さとう えい こ  
佐藤 栄子さん

すぎ やま さと み  
杉山 智美さん

- ①紅玉
- ②誠実・友情

10月28日

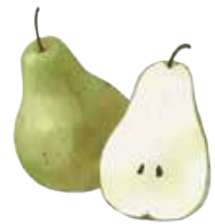
なか むら ゆ み  
中村 友美さん

- ①マタタビ
- ②献身

10月29日

しん どう とも こ  
進藤 友子さん

- ①ラ・フランス
- ②不滅の愛・信頼



10月31日

むら まつ さ き  
村松 沙紀さん

- ①ゼネラルレクラーク
- ②夢

10月  
生まれの  
偉人

パブロ・ピカソ



スペインの港町マラガに生まれたピカソは、「キュビズム」という新しい美術表現を生み出しました。「ゲルニカ」や『アピニヨンの娘たち』などの絵画作品が有名ですが、それだけでなく彫刻や版画、陶芸作品も幅広く制作。生涯にわたってマルチな才能を発揮しました。膨大な作品を制作した芸術家としてギネス世界記録にも登録されています。「常に変化し続けるところにピカソの偉大さがある」と言われるほど、生涯で様々な画風を変化させた20世紀を代表する芸術家です。

# 皆さんの 1日に密着!

今回はケアセンターきららのメガさんとIT事業部の田村さんの1日に密着しました!部署の異なる2人がどのような1日を過ごしているのか必見です!

ケアセンターきらら  
技能実習生

メガ サフィトリ  
フリンゴさん  
(メガさん)



## 1日の流れ

### 6:30 起床・出勤準備

お風呂に入って、朝ご飯を食べてから仕事へ。

### 8:05 出社

着替えて仕事の準備をします。

### 9:45 利用者様の情報を入力

利用者様にご飯をしっかり食べたのか、ゆっくり寝られたのかなど利用者様の様子を記録します。

### 11:00 昼食準備

11時半からお昼ご飯の時間となるため、11時くらいには寝ている利用者様を起こしに行き、ご飯の準備をします。食事介助をして12時半くらいにお昼ご飯の時間が終了。



### 14:00 記録作成・おやつ準備

残っていた記録の作成を行い、トイレ誘導後おやつ準備をします。おやつが終わってからは、排泄介助。午後も午前と同じような業務の流れです。

### 20:00 夜ご飯・お風呂

夜ご飯を食べてから、お風呂に入ってゆっくり過ごしています!

### 8:30 朝礼・排泄介助

毎朝8時半に朝礼があり、それが終わり次第1時間程度、排泄介助をします。

### 10:30 トイレ誘導

記録後は、一人でトイレに行けない利用者様のトイレ誘導などを行います。

### 13:00 休憩・昼食

休憩室でみんなと一緒に昼食を食べます。私は朝に自分で作ったお弁当を持参。休憩時間を1人で過ごす場合は、ご飯を食べてから20分ほど仮眠を取ることも。

### 17:30 終業・帰宅

仕事が終わったらすぐに帰宅。疲れたときは、帰宅後に一度寝てしまうこともあります。

### 1:00 就寝

Q 技能実習生としてきららホールディングスに来て良かったことは何ですか?

A 会社保有のアカデミーにて実務者研修を受けられるところ

とても明るい雰囲気があり、働けて良かったと思っています。また実務者研修を受けられるアカデミーが会社があり、すぐに研修を受けられることも大きな魅力だと感じています。



Q きららホールディングスで成長したことは何ですか?

A 責任のある仕事も任せてもらえるように

利用者様の1日の様子を夜勤のスタッフさんに申し送りしたり、入退所の手続きを行ったりと、大事な仕事を任せてもらえるようになりました。周りの皆さんに助けられながら、日本語もどんどん上達しています!これからも頑張っていきます。





### 1日の流れ

#### 8:15 出社・清掃

通勤は車。始業前にメールやSNSのチェックをします。

#### 9:00 きららグループWEBサイトの更新作業

#### 10:00 担当者との依頼内容についてのご連絡

#### 11:00 YouTube 動画制作

事業所の皆さんとお話しする際に、わかりやすい言葉遣いや態度、あいさつ、自分から積極的にコミュニケーションを取り続けることを常に意識しています。動画制作では台本作成・素材収集のためにChatGPTを活用し、効率化を図っています。

#### 13:00 新規WEBサイト制作

打ち合わせ、要件定義、提案書の作成、デザイン、コーディング作業、CMS構築などを行っています。



#### 17:30 終業

終業後は、1日の作業でうまくできなかったことがあれば解決策を考え、翌日の課題とします。

#### 6:30 起床・出勤準備

お昼に食べるお弁当作りを早朝に行い、朝ごはんは毎日欠かさずに食べるようにしています。

#### 8:30 朝礼・タスク整理・ミーティング

現在抱えている仕事を整理し、優先度の高い業務をいつまでに行うのか目標を決め、1日の作業時間を割り振ります。部長とミーティングを行い、情報を共有します。

納期までの全タスクを一覧にした工程表をはじめに作成し、プロジェクトに関わるすべての人と共有しています。自分でも進捗状況が確認でき、どの作業が遅れているのか把握することができます。



#### 12:00 昼食

作ってきたお弁当を事務所で食べます。

#### 15:00 SNS運用

広報委員と協力し、企業ブランディング向上のためのSNS活用方法を検討しています。

#### 18:00 帰宅

帰ったらご飯の支度と、翌日の弁当の準備をします。夜ごはんを食べたあとは猫と遊ぶなどして、家族と過ごす時間を楽しみます。

**Q** 時間内にお仕事を終えるための工夫は何ですか？

**A** タスクの把握と進捗状況の報告

タスク管理を行うことで、業務を時間内に終わらせるように意識しています。また、翌日やその週に行わなければならないことを把握し、進捗状況を報告するように意識しています。

**Q** 仕事後の過ごし方で、良かったと思うことは何ですか？

**A** 家族との過ごす時間

家族との過ごす時間を大切にするようにしています。休日は好きな曲を一日中聴いたり、好きなアーティストのライブを見たりすると、気持ちがリフレッシュできます。

# 今月の キラビト



きらら北欧の家  
副家長

やまがた あつし  
**山形厚**さん

キラビトに選ばれたのは、きらら北欧の山形さん。きらら北欧の家は、高齢者や終末期の方など、1人暮らしに不安のある方が生活できる共同住宅。山形さんの明るく適切な距離感が、施設の雰囲気までも明るくしています！山形さんの仕事ぶりをのぞいてみましょう。

## 仕事内容

介護業務や利用者様の様子をケアマネジャーに報告するための書類作成など、主に事務処理を行っています。

## 難しいこと

### 利用者様に合わせた言葉遣いと距離感

当然ですが、利用者様は一人ひとり異なるため、その人に合わせた言葉遣いや距離感の取り方を難しいと感じます。特に難しいのは、初めての方。親しみやすい言葉で話しかけたところ、むっと気分を害した方もいらっしゃいました。利用者様のほとんどは、私よりも年上。若い私のフレンドリーな対応に反感を覚える方もいるでしょう。そのため、相手の反応を観察しながら、敬語やフランクな話し方を使い分け、徐々に仲良くなれるように適切な距離感をつかむことを意識しています。そしてご家族と離れて暮らす寂しさを感じさせないように積極的に話しかけています。



## 明日から真似できる山形さんの仕事術

### どのようなときも明るく接する！

当施設の利用者様は要介護度が低く、ある程度体を動かすことができるため、自宅で過ごすことを望まれる方が多くいらっしゃいます。そこで、寂しさや不安を感じさせないように、常に明るく積極的に話しかけています。またスタッフには、利用者様に合った適切な言葉遣いや対応方法をアドバイスし、「こう言ったらこう返してくれた」といった反応を共有。そうすることで、より良いコミュニケーションをサポートしたいと考えています。さらに、自分の洗濯物を自分でたたむなど、今までの生活に近い過ごし方を提供しています。そのほか季節の装飾品制作など、みんなで楽しむ交流の場を設けて利用者様の楽しみを増やすことで、施設をお家のように感じていただけたら嬉しく思います。

## 今後の目標

### 明るく笑顔で生活していただくこと

きらら北欧の家は、小さい施設ですが、食事はできるだけみんなで一緒に食べています。これからも、利用者様11名とスタッフ5名がひとつの家族のような温かい関係になれるよう、頑張っていきたいと思います。同時に自分のスキルアップのため、ケアマネジャーの資格取得を目指し、勉強に励みます。



# きらら 掲示板

## インドネシア技能実習二期生が 実務者研修を修了しました！

2022年7月に入社し、現場で多くの経験を積んできた技能実習生の皆さんが、この度、実務者研修を無事に修了しました！

今後はさらにスキルを磨きながら、現場での新しい課題にも積極的に取り組み、知識や技術を深めていきます。そして、介護福祉士の資格取得を目指して努力を続けていきます！

お名前と  
配置先です



メガさん(メガ サフィットリ フルンゴ)  
ケアセンター ショートステイ



マイッシンさん(マイッシン フィルリアナ メオ)  
ケアセンター ショートステイ



シファさん(シファ ウィディヤナ ズルファ)  
ケアセンター ショートステイ



セルマさん(セルマ メルギファニー レスマ パンプティ)  
アーバンパレス ショートステイ



おめでとう  
ございます！  
今後の活躍も  
期待しています！