

あなたの経験を棚卸ししてみましょう

まずはあなたの「経験の棚卸し」をしてみましょう。

そこから見えてきたあなたの持ち味を、有料老人ホームの仕事の中で

どう活かしていきたいか、考えてみましょう。

経験の棚卸しをするときの振り返りポイント

●これまで担ってきた仕事内容、役割は？

●これまでに習得した知識や技術は？

●あなたの得意とする業務(不得意とする業務)は？

●これまでの経験やあなたの持ち味を、ご入居者やご家族に対して、また、上司や同僚に対して、今後どのように活かしていきたいですか？

あなたがいきいきと輝き続けられるように。

あなたの 持ち味を 活かして働き続けるために

このパンフレットは、これからもあなたがいきいきと働き続けていく際のヒントにしていきたいという思いでまとめたものです。

有料老人ホームで働く先輩職員たちの言葉

それぞれの方が、そのホームならではの魅力を感じ、自らの仕事に誇りとやりがいを持って働いています。



「生活の場」として自分ができることを考え、ご入居者の最期まで寄り添いたいと思っています。



お年寄りの生活を支えている有料老人ホームの職員として、観察力は職種を問わず求められていると感じています。



ご入居者やご家族からいただく温かい言葉も、私のやりがいにつながっています。

01

身体の変化に気遣い、 心身の健康を維持すること

- ホームでの仕事は、なによりも健康第一。
バランスのよい食生活や適度な運動を習慣づけましょう。
- 健康面で気がかりな点があるときは、早めに施設長や
管理者、リーダーに知らせておきましょう。
- 健康状態とともに、身だしなみも整えましょう。

02

新しいことに挑戦し続けること

- 苦手なことも、積極的に取り組みましょう。
- これまで経験したことがない分野のことにも
目を向けて、挑戦してみましょう。
- 常に新たなことに挑戦する姿勢は、
後輩のお手本にもなります。

03

自分の立ち位置や役割を客観視すること

- 年齢を重ねるにつれ、ホームから期待される役割が変化していきます。
- その変化に柔軟に対応していくため、あなたがホームや、
一緒に働く職員から期待されている役割をもう一度、
確認してみましょう。

04

周囲とのコミュニケーションをとること

- チームケアの土台として必要なものは、
一緒に働く職員との円滑なコミュニケーションです。
- 質の高いチームケアを提供することで、ご入居者からの
あなた自身とホーム全体への信頼感が増します。
- 細かい点でも気づいたことは情報共有したり、
チーム内での声かけをして助け合ったりしましょう。

あなたの持ち味を活かして 働き続けるために

「あなたの持ち味を活かして働き続けること」は
「チームケアの一員として力を発揮していくこと」ではないでしょうか。
そのためのヒントをまとめました。

06

仕事に貢献できるような知識や 技術を身につけること

- これからもホームの仕事に貢献できるよう、
必要な知識やスキルの習得に努めましょう。
- 研修への参加や資格取得なども、
年齢にかかわらず期待されています。
- 職種にかかわらず、ホームで働く一職員として、
高齢のご入居者やご家族との接し方に関する知識・技術を高めましょう。

05

これから活かしたい あなたの持ち味を見つけること

- あなたが積み重ねてきた経験や知識は、
あなた自身の宝物であり、ホームの宝物でもあります。
- これまでの経験を振り返ったうえで、あなたの得意・
不得意、強み・弱みを見つめなおしましょう。