

美声

- 土屋で活躍する女性たち
- 女性役職者のご紹介&一言インタビュー
- アンコンシャス・バイアスってなに？
- 土屋のワーキングママ特集
- 「いいね！」のつくケア方法



つながりと

ささえあい

Photo : 愛媛県伊予市・下灘駅（日本で一番、海に近い駅）

ホームケア土屋 四国 エリアマネージャー / 片平 光

土屋で活躍する女性たち

～キャリアアップのひとつの形～



澤田 由香

- 2018年2月 重度訪問介護の非常勤スタッフ
(介護未経験)
- 2018年4月 常勤職員に
- 2019年3月 コーディネーター
- 2020年11月 札幌オフィスマネージャー
- 2021年3月 北海道エリアマネージャー
- 2022年9月 北海道・東北ブロックマネージャー

「もっと働きやすく」がキャリアアップの動機

育児中に感じた孤独感と物足りなさ

地元・札幌の高校を卒業してから6年間、石油会社で経理を担当した。結婚を機に退職し、娘を出産。「育児は楽しかったんですが、夫は多忙で家にいる時間が少なく、孤独でした。もっと外へ出て、人と関わりたいと思いました」。家事をしっかりとこなすことを条件に、自動車関係の会社で事務職に就いた。精一杯やったものの、仕事と家事の両立に疲弊し、家庭内がぎくしゃくした時期もあったという。

その後離婚し、娘と実家へ。「子どもが高校生になって一緒に過ごす時間が減ったところ、何か始めたいなあと思っていたんです。そんな時、土屋のアルバイトの募集を見つけて。未経験でもできるのが魅力的でしたね」。最初は事務職のかたわら、非常勤パートの形を取った。2～3か月後に正社員となり、本格的に介護の道へ。当時44歳だった。

「もっと相手の気持ちを考えてごらん」

「札幌の事業所で重度訪問介護のアテンダントになって、自分は今まで人に寄り添う仕事をしてこなかったんだなあ実感しました」。利用者やご家族、訪問看護師からも「もっと相手の気持ちを考えてごらん」と苦言を呈された。ふがいなく、苦しくても、支援は続く。利用者の家を出た時に気持ちがゆるみ、わーっと泣いたこともあった。「分からないことばかりで、恥をかいたことも沢山ありました。でも、周りに教えてもらいながら知識や技術が蓄積していくのがおもしろ

るくて」。実は澤田自身、くも膜下出血で倒れた経験がある。障害を抱えて生きる利用者の現実は、他人事ではなかった。

入社して1年後、コーディネーターとして管理業務に携わるようになった。仕事は楽しかったが、現場のフラストレーションも感じていた。当時のクライアントやご家族の声を「もっと行政に届けて、今の環境を改善できないだろうかと思っていました。自分が上にいけば、今よりできることがあるんじゃないかな、というのがモチベーションでした」。この時の思いや経験は澤田の中では今も何か行き詰まった時に戻る原点だ。

自分が上にいけば、現場をもっと変えられる

とはいえ、はじめからキャリアアップに前向きだったわけではない。昇進の話をもらうと、どうしても「私で良いんだろうか」と不安がよぎる。「でも、私ひとりで仕事をするわけではない。今までと同じように、少しずつ周りの人から学んでいこうと思いました」。行政に声を届けたいとの思いは、徐々に「目の前にある、自分にできる仕事をやろう」という熱意に変わっていった。オフィスマネージャーだったころ、上長と衝突したことがある。「いろいろ教えてくれた方だったんですが、職員の育て方に疑問を抱いていたんです。ミーティングや個別で話してもなかなか認識が合わなくて…。現場でのコミュニケーション不足やすれ違いは、トラブルや離職にもつながる。澤田自身、誰にも相談できなかった苦い過去があった。結局当時の上長は異動し、澤田がエリアマネージャーに代わった。

悪口は絶対に言わない

エリアマネージャーになってから1年経った2022年春、澤田はくも膜下出血と脳梗塞を再発した。一か月半の入院と約2か月の療養期間を経ての職場復帰。その後ブロックマネージャーへの昇進の打診があった。「できるところまでやっていこう」と昇進の話を前向きに受けた。しかし半年を経るころから体調に違和感が生じ、血圧が高くなる日が増えてきた。上長に相談し、来期からは委員会推進室を中心に業務を行うこととした。

そんな澤田のモットーは、「人の悪口を絶対に言わない」こと。良いチームを作り上げていくには一人ではできない。チーム全体が同じ気持ちで同じ方向を向いていないと乱れてしまいがちだ。そのために職員には「いつでもどんな時でも謙虚でいてほしい」「介護業界に隠し事はないから、何でも報告してね」と繰り返し伝えてきた。働きやすい環境を作りたいという思いは、ずっと変わらない。「強いねと言われることもあるけど、不器用なだけなんです。目の前で困っている人がいたら、まずその人を助けたい。それを淡々とおこなってきただけなんです」。

女性役職者のご紹介&一言インタビュー

土屋の女性役職者は、約120名。各事業で活躍する方々に、「これから挑戦したいこと」についてインタビューしました。

O型



柴田 絢

デイホーム土屋 熊本
サービスマネージャー

様々なニーズや声を見落とすことなく、最期まで住み慣れた地域や自宅で自分らしく生活できるよう、素敵なお仲間と毎日支援しています。今後はデイサービス事業を全国に展開できるよう、仲間と挑戦したいです。

O型



高野 真由美

ホームケア土屋 富山
管理者 兼 コーディネーター

男女の仕事と育児の両立を実現できるよう、積極的に取り組みたいです。実際に現在、育児休暇を取っている男性アテンダントがいますが、今後も男女関係なく、出産・育児休暇の取りやすい環境を実現したいです。

全事業所の中で、「職場環境がよい事業所 No.1」になることです。現場の切実な声を拾い、それに応えるためにもキャリアアップが必要だと感じています。これからもアテンダントが誇りを持って、明るく笑顔で支援ができるよう、より良い職場環境を目指し挑戦していきます。

B型



佐藤 志津子

ホームケア土屋 山形
管理者 兼 オフィスマネージャー



新宮 千里

ホームケア土屋 島根
管理者

女性職員を少しでも増やせるように、どんな時でも余裕のある振る舞いを保ちたいです。チーム一丸となって日々楽しく、女性ならではの視点で「相談しやすい職場環境づくり」を目指します。



船渡 文乃

コミュニティホームのがわ 主任

挑戦したいこと…今は仕事と子育て(4歳、一人っ子わがまま息子)で精一杯で、何かに挑戦しようという気力がありませんね(笑)子育てが落ち着いたら勉強したい!!

きっと今でも勉強しようと思えばできるんですけど。介護について色々な知識を持っている管理者の話の聞いていると楽しいですし、憧れます。



田邊 ちはる

訪問看護ナースィングプラス土屋

医療現場が多岐にわたる時代になり、医療依存度の高い方でも在宅生活が可能となってきましたが、同時に包括的なケアが必要となります。その視点を持てる看護師育成のために、教育体制の確立に取り組みたいです。将来的には実習の受け入れも視野に入りたいです。

働く女性に知ってほしい！

アンコンシャス・バイアスってなに？

アンコンシャス・バイアスは、無意識の思い込み・偏見のこと。
判断の単純化や決めつけの助長につながることも。

ステレオタイプ

人の属性や傾向に対する先入観や固定概念のこと。

性別に関するジェンダーバイアスは、性別固定役割分担意識を助長する思い込みの一つとして注目されています。

男性は外で働き、
女性は家庭を守る

リモートワークは
生産性が下がる

九州の人は
お酒が強い

慈悲的差別

女性に負担はかけられない

正常性バイアス

「うちは大丈夫」と問題を先送りにする

権威バイアス

専門家の意見に従っていけば間違いない

確証バイアス

自分の結論に合わない意見は無視する

集団同調性バイアス

「みんなが言っている」なら、それが正解だ

インポスター症候群

成果を出しても自分の功績と思えない

アンコンシャス・バイアスについて

私たちが思うこと、感じること

竹本礼奈

ホームケア土屋 和歌山・管理者

ホルモンバランスによる体調不良は女性特有と捉えられがちだが、男性にも起こり得ることが軽視されていると思う。

イライラしていると「生理前？」など、決めつけられることは良い気持ちはないが、女性に生理休暇があるように、男性にもホルモンバランスによる体調の浮き沈みはあるはずなので、そういったことも配慮されても良いのではないかと思う。

和田和子

ホームケア土屋 京滋・コーディネーター

京滋では、事業所内のごみ捨ては男性が普通に行っている。昔は女性がするものという風潮があったかもしれないが、その方々も「やってあげた」という意識はなく、「気づいた人がする」という意識で、事業所内での男女の偏見は感じない。一方で、母子家庭は手当が出るが、父子家庭は出ないなど、制度自体はまだ平等ではない部分もあると思う。自身は、初めての就職の際、来訪者へのお茶の出し方を最初に教えられた経験がある。時代も変わり、男性も美容に関心を持ったり、仕事だけでなく自分の時間や心の余裕を求めている方も多いと思う。

クイズ！あなたはいくつ当てはまる？

アンコンシャス・バイアスの度合いをセルフチェック

- 仕事より育児を優先する男性は仕事へのやる気が低い
- 男性なら残業や休日出勤をするのは当たり前だ
- 組織のリーダーは男性が向いている
- 女性の上司には抵抗がある
- 同程度の実力なら、まず男性から昇進させたり管理職に登用するものだ
- 育児中の女性は重要な仕事を担当すべきではない
- 女性は正規雇用にこだわらなくともよい
- 女性社員の昇格や管理職への登用のための特別な教育・訓練は必要ない
- 大きな商談や大事な交渉事は男性がやることが多い
- 事務作業などの簡単な作業は女性がするべきだ

チェックが多くても
大丈夫！

厚生労働省 HP 参照

職場にあふれている「アンコンシャス・バイアス」に気づくこと、
それが真の多様性ある職場への一歩です

北山亜希

ホームケア土屋 大阪・コーディネーター

男性より女性の方が、仕事を休む理由が多いと思われるイメージがあると感じる。その印象が、女性管理職が増えない理由にも繋がる部分があるのでは？と思う。

現場では、「男性は雑」「女性は丁寧」という理由で男性アテンダントの導入を断られることがあるが、男性でも丁寧な方はいらっしゃるの、植え付けられたイメージが大きいのかと思う。ただ、そもそも男女の体の作りが違うので、同じように働くことに矛盾があるのではないかと思う。差別ではなく区別は必要だと思っている。

松本美代子

ホームケア土屋 大阪・オフィスマネージャー

土屋で、男女の無意識の偏見などはあまり感じたことはない。現場で少し体格が大きいクライアントの移乗介助が発生する場合は、支援側も無意識に「男性が良いかな？」と、男性アテンダントの導入を決めることはあるかもしれない。昔に比べ、男性が育児を取ることも一般的になってきているが、まだまだ「あ、男性が取るんだ」といった風潮があるので当たり前になれば良いと思う。

土屋の取り組みである男性育休 100%は良いと思うし、実際に取得した方のインタビューや笑顔の写真を見られたことがすごくよかった。育休前と育休後の気持ちの変化も知ることができたので、こうした取り組みを社内のいるんな方に知ってもらうことが偏見の解消に繋がると思う。

土屋のワーキングママ特集



織田由加 (51)

デイホーム土屋 たいわ (宮城県)

管理者 / コーディネーター

18歳未満の子どもを抱えながら仕事をしている日本の女性は約75%。

土屋で働くワーキングママに日常をインタビュー！

プロフィール

家族

夫、長男(高1)、
長女(中2)、犬1匹

介護歴

13年

仕事と育児の両立

大変なことは？

子どもの体調不良などによる、学校からの急な呼び出しですね。一時期、娘の体調が不安定で呼び出しが多く、仕事の調整が大変でした。仕事を持ち帰ってパソコンに向かっている時に「お母さん」と甘えられても、なかなかそれに応えられず、しんどかったです。

子どもが大きくなってきた今は、塾や部活の送迎に時間を取られて、休みの日は子どもの予定が優先に。

楽しいことは？

仕事で疲れたり、対応が難しい案件を引きずって帰った時に、子ども達の笑顔を見ると、「家族が一番の味方なんだ」と元気が出ます。

子どもの成長はなにより励みになりますし、部活や勉強、習い事で頑張っている姿を見るとグッときます。それに寝顔もかわいくて、癒されています。

Time Schedule

- 6:00 起床・朝食・お弁当作り・洗濯① / お風呂タイム①
- 8:10 通勤
- 9:00 始業 / 送迎
- 10:30 朝の会
- 11:00 管理者・相談員業務
- 12:00 昼食
- 13:00 入浴介助 / 制作活動
- 15:00 音楽活動
- 16:00 帰りの会
- 16:30 担当者会議
- 17:30 管理者・相談員業務
- 18:00 退社
- 19:30 夕食、洗い物
- 20:30 明日の仕事の準備
- 22:00 塾のお迎え・洗濯②・お風呂タイム②
- 24:00 就寝



お弁当



デスクワーク



デイホーム！



子どもたち ♡

自分へのご褒美は？

一人の時間を持つこと。お休みの日にカフェで一人、ゆっくり過ごして、パワーを充電しています。

ストレス発散、リフレッシュ方法は？

アロマやお香をたくこと。
朝と晩、ゆっくりお風呂に入るのも頭の中が整理される大事な時間です。

時間の節約ポイント

- 買い物は週に1回まとめて！お肉などを冷凍でストック。
- お弁当は、夜のうちにおかずを少し準備。
- 仕事上のタスクは早めに処理。準備は前日に。

家で少し仕事をする、その分、日中の時間を効率的に使えるので、定時で帰宅できます。

土屋のワーキングママ特集

ママの1日に密着！



山中ななみ (32)

デイホーム土屋 下松 (山口県)

生活相談員

プロフィール

家族

夫、長女 (9)、
次女 (4)、長男 (2)

介護歴

8年

仕事と育児の両立

大変なことは？

子どもが体調を崩した時です。まだ下の子が小さく、一人が病気になる、やっと治ったと思ったらまた一人と。。かかりつけの病院にある病児保育に朝一で預けてから出勤しています。子どもたちも泣くことなく「いってらっしゃーい！」と笑顔で送り出してくれ、複雑な心境ですが、助かっています。夜中の看病もありで体力勝負ですね。

楽しいことは？

仕事で社会に出ると外との繋がりができ、家庭とはまた違った役割があり、生きがいを持てます。産前産後や育児休暇中で家にこもりきりの時は早く復帰したくてたまりませんでした。お迎えに行った時に「ママー！」と子どもが飛び込んでくる瞬間が幸せです。普段子どもと過ごす時間が短い分、帰ってから寝るまでの時間や休日が、子どもとの貴重な時間でより尊く感じています。

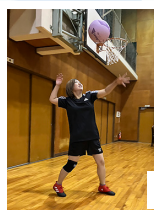
Time Schedule

- 5:30 起床・お弁当作り・朝食準備
- 6:00 夫が出勤
- 6:30 子ども起床・朝食・準備
- 7:30 保育園への送り
- 8:30 出勤、朝の準備や送迎業務
- 9:00 入浴介助等の支援業務
- 12:00 昼食
- 13:00 外出やレクリエーション、入浴介助等の支援業務
- 17:30 退勤、保育園や学童へお迎え
- 18:30 帰宅、夕飯準備
- 19:00 お風呂、洗濯
- 19:30 夕飯
- 20:00 明日の準備、子どもとの時間
- 21:00 寝かしつけ
- 22:00 自分時間
- 23:00 就寝

お弁当



子どもたち ♡



バレーボール!

自分へのご褒美は？

晩酌と月に1回のマツエクです！一人の時間がなかなかないため、月に1回2時間ほど子供を預けての外出が私にとっては贅沢です。

ストレス発散、リフレッシュ方法は？

毎週日曜日にソフトバレーボールに行っています。身体を動かして、仲間で集まって和気あいあいと楽しんで、帰って美味しいビールを飲む瞬間が最高です。

時間の節約ポイント

- 一週間分の献立を考えて買い物をしています。SNSで時短料理のレシピを探し、夕飯の支度は30分くらいです。
- 長女はお風呂の掃除係、次女は料理や洗濯物のお手伝いを。夫は食器の片づけ担当です。分担で負担も軽減でき、空いた時間で他のことに手が回せています。

やっぱりケア現場は奥深い！

「いいね！」のつくケア方法

ケア現場は優しさと誇らしさの交差する空間。アテンダントのちょっと誇らしいエピソードをペットの写真を添えてお届けします。



寺内ゆり (23)
ホームケア土屋 松山

介護歴：4年目

得意なケア：コミュニケーション

☑️ ||| クライアント宅に向かう道の途中にきれいなお花が咲いていたので、摘んで行って見せてあげたら、季節を感じられて喜んでくれた。 ☑️

④
何気ない行動で、思いのほか喜んでもらえて嬉しくなった。

褥瘡になる前の前くらいの薄っすらした傷に気付いてご本人へ伝えたら、早い段階で気付いて伝えたことに感謝してもらえた。

④
普段からしっかり見ていて、少しの違いに気付いたり、それをご本人に伝えることで予防にも繋がるのが、クライアントの安心感になると再確認できた。



匿名 (26)
ホームケア土屋 松山

介護歴：2年

得意なケア：入浴介助、体交

- 調理をした時に美味しいと喜んでくれた。
- 口腔ケアをした際に電動歯ブラシの使い方が上手だと褒めてくれた。
- メモをとって覚えようとしている姿勢を褒めてくれた。



匿名

ホームケア土屋 福井

介護歴：12年
得意なケア：傾聴

ストローの位置や角度を飲みやすいように調整した時。(介護というより、日々の何気ない一つ一つのことを、クライアントから言われなくても気付いてサッと対応した時)

こちらまで嬉しくなった!

お誕生日の時に、アテンダントにも協力してもらってお祝いメッセージを集め、バースデーカードを送ったら喜ばれた。

~~~~~  
~~~~~



新堂かおり (50代)

ホームケア土屋 鹿児島

介護歴：約20年
得意なケア：コミュニケーション
丁寧なケア

新しく立上げの支援先に入ることになった時、クライアントからいただいた資料や動画を事前に何回もチェックしてから支援に入った。前もって準備をしていたことをクライアントが感じ取って感激してくれた。

クライアントとの関係性がまだ初期段階で、お互い探り探りの頃に、想いがぶつかってしまったことがあった。その頃からたくさん話をして一緒に試行錯誤して、今では当時をネタにできるくらい信頼関係を築けている。

編集後記

澤田由香

ホームケア土屋 北海道・東北ブロックマネージャー

担当：女性役職者のご紹介&一言インタビュー

今回、初めての取り組みで不安がある中、皆さん気持ちよく引き受けて下さり、私自身あまり関わりのなかった方々となることができて、直接お話することでそれぞれのお人柄の良さも知れました。ぜひ、この『美声』を通して、土屋グループにいる女性アテンダントの方々に、土屋ではそれぞれの方が色々な形で働いていることを知っていただきたいですし、「私はここまでしかできない」から、「私もこういう風に仕事をしてみようかな」と、少しでも勇気づけられたらと思っています。そして、色々な方々となることができていただき、仕事に対して前向きな気持ちになっていただけたら嬉しく思います。

魯山香織

ホームケア土屋 関西ブロックマネージャー

担当：アンコンシャス・バイアスってなに？

普段の生活の中でなんとなく耳にしたことがあったアンコンシャス・バイアスですが、今回、実際に記事に起こすことで、自分自身も再度、学びきっかけになったことが良かったです。また、女性管理職の活動が見える冊子の作成は、会社の動きとしても、とても良いと感じると同時に、一つの議題をもって事業部の方々と話し合う「場」を作るきっかけにもなりました。本音で語るのは難しいことも多いですが、こうしたきっかけがあることで、私自身、現場で働いている女性管理職の声を耳にして感じることもでき、それをこれからの会社の取り組みに生かしていければと思います。

白鳥美香子

ホームケア土屋 南東北エリアマネージャー

担当：土屋のワーキングママ特集

私もワーキングママですが、今回の取り組みで、育児と仕事の両立は工夫したり、自分なりの毎日のスケジュールの立て方が大事だということが、改めて勉強になりました。取材を快く引き受けてくださり、写真も提供して下さった織田さんには本当に感謝しています。また雑誌作成では、今回編集に携わったことで、インタビュー、文字起こしと少しずつ形ができていき、最後にデザインもできてという、ものづくりの流れを知れたのが楽しかったです。本誌を通して、土屋グループの職員が、今後子どもを作ったり結婚してもいいかなと思えるようになればと思っています。

柴田 絢

デイホーム土屋 サービスマネージャー

担当：土屋のワーキングママ特集

デイホーム土屋の管理者は、子育てを終えている人がほとんどだったので、まずは人探しが大変でしたが、今回取材を受けて下さった山中さんにお話を伺う中で、上手にすぎ間時間を作りながら正社員として仕事をしていることに感心しました。私自身、参考にしたいと思いましたし、実際に編集をしてみて、色々なジャンルのテーマがあることにも気づきました。

本誌を通して、土屋グループで仕事をしている女性の方々に色々な声が届くと嬉しいです、少しでも力になればと思います。次回も是非やってみたいです。

片平 光

ホームケア土屋 四国エリアマネージャー

担当：「いいね！」のつくケア方法

今回、皆さんがどういう気持ちで毎日のケアに取り組んでいるのかをお聞きすることができ、私自身、普段なかなか考えることがなかったのでいい機会になりました。インタビューされる側も、自分がどういう気持ちでケアにあたっているのかを振り返る機会になったと思います。以前と同僚に連絡するきっかけができたこともよかったですし、つながりが全国にあることが実感できて嬉しかったです。また、初めて雑誌を作ってみて、本誌を手取る方がどんな感じで読むのかと考えたり、取材対象者が全国にどういう風に伝わるかを意識したりと、新たな視点を持って勉強になりました。

富田 祥子

社長室

担当：デザイン

現在、休日はスクールに通い、デザインを勉強していますが、今回実践の場を提供して下さったことに感謝しています。編集委員の方それぞれがインタビューや記事の作成に力を注ぎ、紙面作成に関してのご意見を伺う中で、編集委員・取材協力者の方々の想いが伝わってきました。その想いに、できるだけ適うものを作りたいと思いながら悪戦苦闘しましたが、同時にとても楽しい時間でもありました。ぜひ皆さまには、土屋グループで働く一人一人がそれぞれの人生を見つめながら日々働いていることに想いを馳せていただければと思います。

創刊に寄せて

本誌はジェンダーイクオリティ委員会が、土屋グループに所属する女性職員のために贈る社内報です。女性職員の声を広報誌として発信することで、周りに同じ職責の女性がいなくて、悩みや相談ごとを共有しづらいという環境の中で頑張っている女性職員の、つながりとささえあいの場を創りたいと思いました。

また、当社の男女比率は女性が約 60%、男性が約 40%であるのに対し、管理職になるとその比率は約 35%対約 65%と逆転しています。ジェンダーイクオリティ委員会では、この状況を解消すべく、管理職における男女比率をまずは同率に高めようと活動していますが、各地・各事業では能力のある女性が実はたくさんいるにも関わらず、その芽が見出されていないのではと感じています。

土屋グループの事業が多様化し、さまざまなことで変化を迫られる中で、ジェンダーイクオリティ委員会は土屋グループの女性職員に、この冊子を通して「一緒に頑張ろう」というメッセージを送ってきたいと思います。

ジェンダーイクオリティ委員会 委員長・吉岡理恵

美声

2023 年 8 月発行

株式会社土屋

住所：岡山県井原市井原町 192-2 久安セントラルビル 2F

URL：<https://tcy.co.jp/>