



Relation Gate Magazine

株式会社ここみケア 株式会社人材サービス YOU

第 25 号

2026 年 2 月発行





訪問看護ステーション sora

看護師

菅野 紫帆

2025年4月、株式会社ここみケアに入社した菅野紫帆。看護師として、小児医療に従事した経験を活かし、訪問看護ステーションSora若手のホープとして奮闘中だ。明るく、絶妙な距離感で場の雰囲気を作る菅野。その人柄と、仕事に対する思いを伺った。

退院後のケアを目指し 訪問看護の道へ

関東の病院に7年間勤務した後、大学時代を過ごした仙台へ拠点を移した菅野。病院勤務時代には、「自宅に戻ってすぐ亡くなられた患者さん

もいて、退院後の環境がどうなっているのか気になっていました」と、訪問看護の道へ進むきっかけを教えてくださいました。患者さんの「その後」のサポートをしてみたい。そう考え、菅野は、訪問看護ステーションSoraに入社した。

判断する責任感を胸に

入社後、まず感じたのは、一人で判断をしなければならぬことへのプレッシャーと怖



事務所に戻りホッと一息。
事務作業に集中する菅野

さだったという。常に周りにスタッフがいる、介助支援や相談ができる病院の環境と

違い、訪問看護は基本的に一人で応対する。意志と覚悟をしつかり持っている菅野は、

自分の経験の引き出しから選択肢を導き出し、判断を下す。「もちろん、正しいと思う判断をしますが、大切な情報を取りこぼさないためにも、常に自信を持ちすぎないように意識をしています」。

頼れる仲間を信じて

そんな菅野を支えているのは、Soraの仲間たちの存在だ。「Soraのキャストは、みんな優しく、些細なモヤモヤも、さらりと相談できる環境なんです」。

現場で判断に悩む時には、

管理者の三浦に電話で相談をする。「移乗がうまくいかないゲストがいた時には、三浦さんやリハのキャストが同行して、解決策と一緒に考えてくれたこともあるんです」。

「一人じゃない」と思える安心感がある環境だからこそ、イキイキと働けるのだと菅野は考える。

ゲストの普段を知る

そしてもう一つ、小児看護に重きをおいてきた菅野にとって、小児から高齢者、精神疾患を抱える方まで幅広い層のゲストへの対応には、まだまだ課題があるという。シフト制でゲストを担当する訪問看護。頻繁に顔を合わせるわけではないため、ゲストについて知らないことも多い。

「ゲストが不快にならないように気をつけながら、お部屋の变化などにも目を配り、話を広げて、コミュニケーションを図ったりしています」。

ゲストの「普段を知ること」を大切にしている菅野。表情や生

休日はたっぷり寝てリフレッシュする菅野

菅野紫帆さんってどんな人?

情報も段取りも、何事も整え上手な菅野さん。
そんな菅野さんを良く知るお二人に、菅野さんの素顔を伺いました!

Q1 菅野さんを一言で表すと?

いつも元気いっぱい
明るい人!



訪問看護ステーション
sora
管理者
三浦 礼子さん

感謝や激励のメッセージ
をお願いします!

明るく前向きな菅野さんに助けられる事がたくさんあります。これからはSoraの仲間として、一緒に働いていきましょう。そして、管理者の私を、他のキャストと一緒に支えてくれたら嬉しいです。

Q2 菅野さんの「すごいところ」
を教えてください!

仕事でミスをして落ち込むこともありますが、物事をポジティブに考えて行動できているところがすごいと思います。

Q3 菅野さんとの思い出エピソード
を教えてください!

小児の経験が長いので、小児分野で分からないことがあった時に、アドバイスをいただき助かりました。

Q1 菅野さんを一言で表すと?

話上手!



訪問看護ステーション
sora
リーダー
八巻 美咲さん

感謝や激励のメッセージ
をお願いします!

Soraに来てもうすぐ1年になりますが、菅野さんの素晴らしい仕事ぶりにいつも助けられています。これからも楽しく一緒に仕事ができれば嬉しいです!何かあったらいつでも相談してね。

Q2 菅野さんの「すごいところ」
を教えてください!

オンコールで緊急対応にあたることも多いのですが、普段訪問に行っていない方でも、的確に状況を判断して対応する姿がとても頼もしいです。

Q3 菅野さんとの思い出
エピソードを教えてください!

菅野さんは打ち解けるのが速くて、入社初日からスタッフと楽しそうに話していたのが印象的です。初めて訪問に一緒に行った時も、移動車の中でたくさん話してくれて、内気な私にはありがたかったです(笑)

相手に向き合える幸せ

話を理解したり、ゲストの情報を自分なりに整理したノートを返したりしながら、見えない努力を続けている。

そして、訪問看護を始めて、特にやりがいを感じるのが菅野にはある。「相手のことを考える時間が確保され

る」ということが、貴重だと思います。病院では、患者さんと話していてもナースコールが鳴れば、離れなければならぬ。「二人にかける時間に限りがあるんです」。

訪問看護では、30分から長い時間で1時間半という決まった時間、業務に当たる。「ある日、1時間の枠の中

で、健康観察やケアをした後、残りの時間ずつとお話をしていたことがありました。重度心身障がい者の小児ゲストのご家族でしたが、誰にも言えない思いを抱えているのだと知りましたし、そういう思いにじっくり寄り添えることが、ありがたいなあと感じ

ます」。Soraの一員として働き始め、もうすぐ1年。さらに経験を重ね、輝けるキャストになつていくに違いない。「わたし、良く寝るんです!」と笑う菅野。身体も心も元気に、今日も仙台を駆け回っていることだろう。

良く寝て元気に邁進



一足お先に
こんなに成長!

アテイカさん

ヌルルさん



アメリカさん

サフィラさん

ディニさん

アテイカさんの先輩の声 教え方の工夫

理解できたか確認してから進める!

初めは日本語の語彙も少ないため、話が流れて理解ができなくなないように、「ここまでわかった?」と、合間に聞きながら伝えるようにしました。どうしても説明が難しい時には、隣のユニットのルスタンティさんのところへダッシュ!「これを伝えたいんだけどインドネシア語でお願い!」と、助けを求めたこともありました。(GHここさいむら小田原 高山 富士子)

ヌルルさんの先輩の声 業務のステップアップ

自分で考え、積極的に実施できる!

入浴・排泄介助やレクレーションの進行も一人で行えます。また、ゲストの特徴を理解した声掛けをしたり、その方のタイミングに合わせて順番を考え、拒否がある方でも上手く誘いケアを実施できるようになっており、本当にすごいと思います。(ここさいむらつむぎ 大泉 咲枝)

今、どんな気持ち?

ここさいむら泉中央の各事業所に
配属となった3名のキャスト。2025年11月に日
本へ来たばかりで、毎日どんな気持ちで過ごしてい
るのか、本音を聞いてみました。そして、周りのキャ
ストがどう支えているか、併せてお話を伺いました!



ドキドキ緊張の毎日

3人の中で最年少のアメリカさん。これでいいのかな?どうしよう...小さいことだけど、誰かに相談したいことがたくさんあるという。日本へきたばかりで不安があるけれど、みんなを元気にするために「明るくいたいです」と目標を教えてくださいました。

もっともっと話がしたい!

3人が集まると、母国インドネシア語で会話。休日は家族とテレビ電話を楽しむフィラさん。今は、日本語のボキャブラリーが少ないため難しいけれど、ゲストやキャストと「もっといろんな話がしたい」と、希望をたくさん胸に秘めています。

大好きな日本を楽しみたい

小さな頃から日本のアニメや漫画に親しんできたディニさん。あたらんちやちびまるこちゃんなどで日本語を勉強中です。休日は、地下鉄で仙台クリスマスマーケットへ行くなど、日本の冬を満喫。今後は、浴衣を着たり、花火を見たり、「日本での生活を楽しみたい」と、前向きです。

3人を支える存在

周りのキャストが傍でサポートしながら



グループホーム
ここさいむら泉中央
さいとう のりえ
齋藤 法絵さん

サフィラさんは、今は日勤のみで、先輩スタッフと一緒に業務を行っています。「トイレへ行きたい」など、わかりやすい要望には対応できますが、ゲストの訴えを汲み取らなければならない場面では、まだ理解が難しいこともあるので、他のキャストがサポートしながら見守っています。

何かあったら連絡くれる先輩の存在

3人にとって心強いのが、グループホームここさいむら小田原に所属する先輩ルスタンティさんの存在。体調を崩した時には、「大丈夫?」と心配のLINEをくれる。目標とする先輩がいるのが何より嬉しいと3人は言います。



デイサービス
ここさいむら泉中央
アメリカベッラサ
フィットリさん



グループホーム
ここさいむら泉中央
イマサフィラさん



小規模多機能
ここさいむら泉中央
アンディニアン
グライニさん



ようこそ日本へ! 入職後の頑張る姿を徹底追跡

外国籍キャストの成長記録

希望と不安をたくさん抱えて日本へやってきた外国人キャストたち。日々どんな思いで仕事に向き合い、直面した状況をどのように乗り越えてきたのか。インドネシアからきた、先輩&後輩計5名のキャストの本音をのぞいてみました。

入社約半年
入社: 2025年6月

こんなに成長しました!

一足先に入職した2名のキャストは、今、どんな毎日を送っているのでしょうか? つむぎと小田原に配属となったお二人にお話を聞いてみました! そこには、不安や葛藤を乗り越え、今では自ら判断し行動できるまで成長した二人の姿がありました。

ゲストの気持ちもわかるように

—入職時はどんな気持ちだった?

日本へ来る前は、日本人ってどんな人たちなんだろうと、不安でいっぱいでした。インドネシアでは介護の学校を卒業しましたが、技術面でも違いが多く、入職したばかりの頃は、ゲストに直接触れるケアが本当に恐かったのを覚えています。



認知デイサービス
ここさいむらつむぎ
シティーヌルル
ルートフィアさん

—難しさを感じることはあった?

最初は、日本語があまり話せなかったこともあり、「自分は何もできない」と自信をなくすこともたくさんありました。でも、その度に、指導担当の大泉さん(写真右)がす

ぐに気づいて、ヌルルさん、できてよ。大丈夫だよ」と声をかけてくれて、諦めずに続けられました。

大泉さんや周りのキャストが本当に優しく、「一人で難しいことやわからないことがあったら遠慮なく聞いてね」と何度も声をかけてくれるんです。だから、思い切ってわからないことを聞くようにしてみたら、少しずつ自信を持てるようになっていきました。

—今は自信を持てるようになった?

はい。今は、表情や声でゲストの気持ちがわかるようにもなりました。私は、時間を忘れるほど忙しい時が好きなので、入浴介助の時間が一番好きです。ゲストにシャワーをかけたり、着替えを手伝いながら、ゲストといろいろな話をするのが今は何より楽しい時間です。

—今後の目標は?

休憩時間や休日にも本を読んで、日本語の勉強をしているのですが、日本語能力試験のN3受験をしたいですし、もっと先の目標としては、介護福祉士の資格を取りたいです!

初めての夜勤もスムーズに

—入職時はどんな気持ちだった?

日本へ来たばかりの時は、仕事のことや生活のこと、ゴミの出し方や買い物の仕方などわからないことばかりで、同じ事業所で働く先輩のルスタティさんに毎日聞いていました。出身も同じインドネシアの先輩がいて、本当に心強かったです。



グループホーム
ここさいむら小田原
アティカコマラサリさん

—つらいなあと感じることはあった?

初めは日本語があまり話せなかったので、大変だなと感じることがたくさんあり

ました。そんな時には、両親に話を聞いてもらって乗り越えました。また、先輩の高山さん(写真右)や他のキャストがとても優しく、温かく見守ってくれるので、いつでも心配しないでいられましたし、焦らず仕事を覚えていくことができました。

—一人で出来る業務も増えてきた?

はい。レクリエーションも一人で進められるようになりました。富士山や海など、日本の歌も覚えてゲストと一緒に歌えるようになったことが嬉しいです。昨年12月には、高山さんと一緒に初めて夜勤に入りました。もっと経験を積んで頑張っていきたいです。

毎日お弁当作りも
がんばっています!
この日は、辛味が効いた
野菜たっぷり目玉焼き丼♪



Relation Gate Group NEWS LETTER

Event

GH 青葉
美の里

「第1回おとな子ども食堂」開催

GH 青葉

2025年11月16日、グループホーム青葉では一人暮らしの高齢者や介護の不安を抱えるご家族、子ども、認知症のご家族を抱える方など、どなたでも参加可能な「おとな子ども食堂」を開催しました。初回は、大人10名、子ども1名が参加。参加者同士の会話も弾み、「今度は友達も誘ってくるね」「歳をとったらここに入ろうかな」と嬉しいお声も聞かれました。



美の里

2025年12月17日、隣接するビレッジさんを会場に、子ども食堂を開催しました。開催直前から本降りの雨。ところが、予定した15名を大きく上回る26名もの方が足を運んでくださり大盛況となりました。多賀城市の中高生のボランティアチームも参加していただき、小さな子どもたちも楽しく、にぎやかに過ごせました！



Topics 新たにネパールの海外キャスト入社

現在、ここみケアでは、インドネシアとミャンマー出身の海外キャストが、各事業所で活躍中です。そして昨年秋に、兼子代表と池田人事労務課長が、ネパールを視察し現地面接会に参加。3名の内定が決まり、新たにネパール出身者が仲間に加わることとなりました。その後もオンライン面接を実施し、さらに3名の内定者が決まり、計

6名のキャストがネパールから今春入社する予定です。多様な背景を持つ新たな仲間を心より歓迎するとともに、チームの一員として安心して成長・活躍できるよう、皆様の温かいご指導とご支援をお願い致します。



訪問看護ステーションここさいむら小田原 伊藤管理者

Topics 事例発表検討会地区大会「最優秀賞」受賞



去る2025年12月6日(土)に、一般社団法人全国介護事業者協議会が主催する、第19回事例発表検討会の地区大会が行われました。「質を高める」に繋がった様々な取り組みについて、訪問看護ステーション小田原管理者の伊藤麻美子さんが発表を行い、見事最優秀賞を受賞。3月14日に、東京で行われる全国大会へ出場します。伊藤さん、おめでとうございます!発表内容は、次回号に掲載します。お楽しみに!!

笑顔を創る

賞賛・承認大作戦

皆さんの投稿・投票からキャストを称えるこの企画。
今回は、ここさいむら泉中央のキャストによる、大人気のコンサートに関する投稿です♪毎回ゲストを楽しませる企画にご注目!!

万能ドライバーさんによる 尺八ミニコンサート♪

先月から始まった、ここさいむら泉中央のドライバー木村さんによる尺八コンサート♪定期的に開いていただいています。

ゲスト世代の曲を中心に歌詞カードも作成。素敵な尺八を披露していただいています。

音楽あてクイズや今どきの歌も交えながら、毎回ゲストを楽しませていただいています。ありがとうございます

ございます。

歌が大好きなゲストが多いここさいむら泉中央。皆さん、音楽と尺八に合わせて、歌詞カードをみながら大きな声で歌われ、なかには曲に合わせて踊りを披露してくれるゲストも!

「運転手さんまた頼むよお〜!(^^) /」と大盛況です。

木村さんありがとうございます。

投稿者



デイサービス
ここさいむら泉中央
管理者

あべ かずのり
阿部 和範さん

投稿日:2025.11.29

阿部さんに今回の投稿内容について 詳しく教えてもらいました!

開催までの経緯

昨年ドライバーとして入社され、尺八を趣味でされているとお話を伺いました。YouTubeにもアップされているとのこと、拝見し大変素晴らしく感動したのを覚えています。生で聴く機会はそうないと思い、いつかゲストの皆様にも聴かせてください!とお願ひしたのがきっかけです。

ゲストの反応は?

「木村さんありがとう〜」と、いつも大盛況です。一番驚いたのは、常に難しい顔をされているゲストの目の前で木村さんが演奏した際、普段見せないような穏やかな表情をして聴かれており、癒しになっているのだと感じました。木村さんがゲストの為に、新しい曲やアレンジを加えてくださいますので、毎回新鮮に聴くことができます♪



素晴らしい音色を奏でる木村さん

一緒に働く皆さんへメッセージ

いつもゲストのために、様々なレクリエーションや外出レク、食レクなどを企画していただきありがとうございます。今回のミニコンサートも、木村さんが率先して実施してくださり大変感謝しております。そのおかげで、ゲストのたくさんの笑顔を引き出せていると感じます。これからも、チームワークよく、ゲストキャストお互いに楽しんで笑って過ごせるデイサービスをつくっていきましょう!





Relation Gate Magazine

株式会社ここみケア
株式会社人材サービス YOU
社内報「Relation Gate Magazine」vol.25

2026年2月発行