

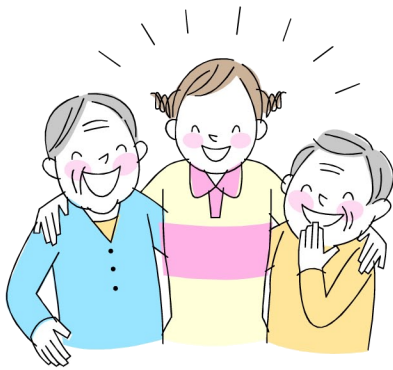
《征稿》 只有努力才能拓展自己的道路

今年 4 月，我终于接到了介护福利士的合格证书，就在捧起这盼望已久的证书的那一刹那，我激动的不知所措了……多少个日日夜夜的鏖战，多少次不期而遇的困难，又有多少来自生活、来自工作，乃至来自自己的挑战……一切的一切，都变成一种幸福。

兴奋之余，也想谈几点自己的心得，希望能给归国者一些启迪。

2000 年 4 月，我随母亲回到日本。这里对我来说是一个亲切却又陌生的世界，无数次在梦里梦到这个情景，而今，梦想实现了，却有几分的局促和惶恐。面对着这个崭新的环境，意味着我的一切都要重新开始了。

做什么工作，是首先面临的问题。早在中国的时候，我就一直对日本抱有极大的兴趣，专门花很多时间去搜集关于日本的诸多信息。我初步了解到日本是个人口负增长的国家。来日本之后，才深刻认识到少子化、人口老龄化问题在日本已经成了日趋严重的社会问题。如何应对儿童减少，人口老龄化并在福利方面采取相应对策，已成为日本政府摆在面前的首要大事之一。我的父母在中国都是医生，从事救助病患的工作。受他们的影响，我对从事帮助老弱病残，给与社会弱者援助的工作非常崇敬。



从大阪归国者中心了解到，如果要从事福利工作的话，至少要取得家政辅助者（ホ

《投稿》 努力こそわが道

今年 4 月、私はついに介護福祉士の合格通知を受け取りました。その瞬間、嬉しくてたまりませんでした。母親をはじめ、家族の喜びは忘れがたいものでした。日夜の激戦、何回かの意外な困難、また生活なり、仕事なり、自分なりのチャレンジ、全部が全部、一種の幸せに変わったような気分でした。この嬉しさは久しぶりの気がします。この間のことを帰国者の皆さんにお話しをし、皆さんがその中からひとつでもヒントが得られれば、幸いです。

2000 年 4 月、私は母親と一緒に日本に帰国しました。日本は私にとって、親近感がありながら、見知らぬ世界でした。何回か帰国の夢は見ていましたが、実際現実になった時、幾分の気詰まりと恐れを感じました。この真新しい環境に向かい合うということは、私のすべてが再スタートを切るということを意味します。

どういう仕事をするかが、その時真っ先に直面した問題でした。中国に居たとき、ずっと日本に興味があり、日本のことをできるかぎりいろいろ勉強しました。日本は少子高齢化社会ということもその時知りました。日本に来て、この問題がますます深刻化し、その問題を解決し、福祉面での対応策を講じることは、日本政府が直面しているもっとも重要な問題の一つにもなっていることを知りました。私の両親は中国では医者で、患者の治療に当たっていました。その影響もあり、高齢者を介護し、弱者を助けることは有意義なものと考えたのでした。

大阪帰国者センターで、福祉関連の仕事をするには、最低限ホームヘルパーの資格

ームヘルパー)の資格。经过 6 个月的学习,我取得了该资格。但我知道,这仅仅是迈出了第一步。随后,在大阪归国者中心担当的帮助下,我得到了“泉之丘园”面试的机会。在面试中,泉之丘园理事长赤井和枝女士充满热情的话语使我感到无比温暖,虽然泉之丘园离我住的地方很远,但我还是毫不犹豫的决定就在泉之丘园工作。

工作的第 2 年,我知道了“介护福利士”这一资格。当时有个想法,如果考取这一资格,不仅可以提升自己的职业素养,而且学习福利知识的过程中,也为自己提供了系统学习日语的绝佳机会。于是立刻行动搜集相关资料。通过各种渠道,我了解到介护福利士是国家资格,必须从事福利工作三年以上才有资格参加考试。网上资格指南显示:该考试难度为 80%,困难程度显而易见。如果去培养机构专门学校等或通过通信教育学习,13 门科目全部下来,学费将不低于 100 万日元。

面对边工作边学习攻克 13 门科目,还有母亲虚弱的身体(需要介护 4 级)和即将参加大学入学考试的儿子,我有些茫然了,对此已不抱太大希望。恰恰就是在这个时候,儿子考上了大学,他为了减轻家里的经济负担,通过自己的刻苦努力,以高分考取了国立大学。



儿子给了我极大的动力,我终于下定决心,决定通过自学考取资格。为了迎战 2005 年的资格考试,我为自己制定了学习进度计划和每日读书时刻表。在工作之余,安排好生活的基础上,按照拟定的计划和时

が必要だということを知り、6ヶ月の勉強でホームヘルパーの資格を取りました。それは福祉の仕事に従事する第一歩でした。大阪帰国者センターの紹介で、泉ヶ丘園福祉会の面接に臨みました。面接で赤井和枝理事長の情け深い言葉に感動しました。泉ヶ丘園は住まいから遠かったのですが、迷わず就職することに決めました。

就職して2年目、介護福祉士という資格を知りました。当時はその資格を取ることは、自分の専門知識を高めるだけでなく、日本語をマスターするチャンスだと考えたわけです。早速関連資料、情報を収集し、いろいろ調べた結果、介護福祉士は国家資格であり、受験資格は介護などの業務に3年以上従事していることとなっていることが分かりました。インターネットの資格ガイドを見ると、介護福祉士の試験の難易度は80%で、相当難しいということが分かります。養成施設(専門学校など)または通信教育で受講するなら、13科目で学費は100万円は下らないと思います。

仕事をしながら13科目の勉強をしないといけないことのつらさ、母親の要介護4という身体的条件、さらに大学受験勉強中の息子のことを考えると、どうしていい分かりませんでした。自分はできるかなと疑っていましたが、ちょうどその時、息子は大学に受かりました。すこしでも親に負担をかけまいと、息子は頑張って、国立に入りました。

息子は私の原動力になり、独学で資格を取る覚悟をしました。2005年の資格試験受験のため、自分で学習計画と毎日スケジュールを立てました。勤務時間後

始刻苦突击。但计划赶不上变化快，我逐渐的意识到，计划制定容易，落实难。身边的问题一个个接踵而来。泉之丘园离家比较远，来回路程要 2 个多小时。由于工作的特殊性，园里的工作人员出勤分：早班，白班和夜班，对于入住的老人而言，都已年迈体弱，随时都有可能发生不测，不允许一丝疏忽，小小的过失对于年迈者有时可能就是致命的。他们需要细心周到的关怀。我的日语还不够流利，交流上还做不到随心所欲得心应手。我爱我的工作，为做好工作，每天我需要全身心的投入，付出比别的员工更多的努力。一天下来，身心疲惫，尤其是夜班回来，常常累得倒头就睡。再没有心力继续我的学习计划。再加上 13 门科目，很多内容比较专业，即便是中文，学习起来也颇有困难，时间长了，看着都头疼。并且母亲身体也时常让我牵念。



于是，最初阶段的学习，没能按计划顺利进行，半年下来一总结，发现虽然学了不少东西，但要参加考试并合格，还相差很远。在这种情况下，必须加快学习进度，调整学习计划。接下来的学习就不只是合理利用时间，更是争分夺秒。我定好闹钟，每天早上 3 点半准时起床学习。6 点半再作上班的准备，晚上下班回来后，再将早上所学复习巩固一遍。特殊情况做不到，一定要在休息日

の生活の計画を立て、計画スケジュールに沿って、進みました。しかし、計画は変化に追いつかず、だんだん、私は計画を作るのは簡単だけれども、実行するのは難しいことに気づきました。問題は一つ一つ現れました。泉ヶ丘園は家から遠く、往復 2 時間あまりかかります。仕事の内容により、勤務時間は早番、普通と夜勤に分かれています。高齢者とは、年齢ゆえの衰弱で、いつもどんなことが起こるか分かりません。ちょっとしたミスでも、高齢者には致命的なものになりかねません。用意周到な介護が必要です。当初、私の日本語はまだ流暢でなく、利用者とのコミュニケーションもままならない場合があるのです。私は自分の仕事が好きです。好きである以上、きちんとしたい気持ちです。他の人の何倍もの努力をしないと、利用者は満足しないだろうと考えたのです。一日懸命に仕事をし、帰ってきたら、くたびれてしまうことがしばしばでした。特に、夜勤の場合、レポートを書き、引継ぎをして帰ったら、すぐ夢の世界にはいってしまいます。計画はただ紙の上のものになってしまいました。13 科目の内容は難しいものもあり、たとえ中国語でも、理解に一苦労するのに、日本語ではなおさらでした。時間が経つと、頭がぼろっとしてくるときもしょっちゅうでした。しかも、母親の健康もいつも気にかかっていました。

それで、最初の勉強は、計画とほど遠いものになってしまい、進めませんでした。半年経って、それまでの勉強をまとめると、受験合格に無理だと分かりました。そこで、進度を速め、スケジュールを調整しました。それからは合理的に時間を使って勉強するのではなく、もっと自分を追い詰めて、合格

补回来。我坚信，只有通过比别人更多的努力与付出，才能弥补我与别人日语能力的差距。



就这样，怀着忐忑不安的心情，我参加了第一次资格考试。那时，笔试通过了，不过实际技能由于过分紧张，最终没能通过，但这没让我丧气，反而却极大的增强了我的自信心。怀着一定要拿下资格的必胜信念，我更加发奋的看书，不断推进了学习的进度，学习计划也因此有了不断的调整和完善，并且在自己的薄弱科目下大精力，反复学习。在巩固和循序渐进的过程中，我对社会福利有了更深刻的认识，同时日语水平也有了提高。

今年我再一次参加了考试，于是我终于接到了介护福利士资格考试的合格通知。

(谷内 敬順)



という目標に向かって1分1秒も疎かにしませんでした。目覚まし時計をかけて、朝3時半に起き、勉強をスタートし、6時半に出勤の支度をします。夜、仕事から帰り、家事を終えてから、またその日の早朝の勉強を復習し、マスターしていきます。急なことで、計画通りにできない場合、休日を返上し、できなかったところを補い、気を緩めないことを心がけました。日本語の能力の差は倍以上の努力でしか補えない、努力以外に近道はないと思いました。

努力しているうちに、初めての資格試験の 때가 来ました。不安と期待の気持ちが半々で、最初の試験に臨みました。筆記試験はよくできて、合格しましたが、実技で緊張のため、残念な結果になりました。でも、挫けることはなく、絶対合格してやるという信念の下で、次の受験のための勉強を再スタートしました。受験の経験を生かし、13の科目の月別のスケジュールをたて、できた部分を定期的に復習し、忘れないようにしました。あまりよくできなかった部分は重点的に勉強し、マスターしていききました。3ヶ月をめぐりに一回勉強した内容を総括し、過去の試験問題を解答しながら、意味を理解していききました。順を追って勉強していくことによって、福祉というものの理解も深まり、日本語のレベルも向上し、まさに相乗効果そのものでした。

今年、私は再び受験し、とうとう合格の通知を手に入れました。(谷内 敬順)