

# 2部

フィールド フィールド  
現場から現場へ

---

---

# できることから始め、 それを続けていくことが大切

---

OB MESSAGE

通信教育部社会福祉学科 安藤 孝志

---

## はじめに

わたしは、今年の3月に社会福祉学科を卒業し、精神保健福祉士の資格を取得しました。ただ、仕事は以前から勤めている老人保健施設の介護員なので、精神障害者の方の支援をしているわけではありません。わたしが入学しようと思ったきっかけですが、仕事をするだけでは新しい知識や考え方に会うのは難しいと感じ、改めて大学で学びたいと考えたからです。また、もともと介護福祉士と社会福祉士を持っていたため、精神保健福祉士の資格にも興味があり、資格取得という分かりやすい目標を持たせたことも入学のきっかけになりました。3年次編入から卒業までに3年かかりましたが、いくつかの失敗を乗り越えて、何とか卒業したというところです。

---

## 実習について

実習中、最初にぶつかった疑問が「(精神) 障害とは何か？」というものでした。精神障害者の抱える障害について、最初は何が障害なのか分からず、何に困っているのか、どのようにかかわればいいのか戸惑ったのを覚えています。今思えば、障害というものを個人の側だけから探していたので、分からなかったのかもしれません。精神障害者の方が施設の外に出て、その暮らしを目にしたとき、いろんな場面でその方にとっての障害が見えてくるのだと思います。

この経験にしてみても、実習中に自分で答えを出すことはできないまま

でした。その後のレポート学習やスクーリングの受講を重ねて、自分のなかで納得のいく考えを見つけていきました。そして、日々の仕事のなかでもそのことを考えながら取り組んでいる状況です。今までは、高齢者だから、障害者だからという考え方が強かったのですが、そういうフィルター越しの視点を少し変えてみるだけでも、かかわり方は大きく違ってくると思います（もちろん、それぞれ配慮すべきことは異なるので、その知識や情報は必要となります）。

## 国家試験について

---

私の場合、試験科目の免除もあったので余裕があったはずですが、試験の半年以上前から始めていました。何時間も集中するのが苦手だったので、毎日少しずつ積み重ねていこうと考えたからです。また、レポート学習と違い、一気にまとめてやるといった方法よりも確実だと思っていたからです。

まず、本番と同じような状況で3年分の過去問を解きました。現在の自分の実力を知るためです。点数だけでなく、どのくらい時間がかかるのかといったことも知っておく必要があります。

次に、解説を読みながら過去問を解いていきました。なぜ正しいのか、なぜ間違っているのか、設問の1つ1つを理由も合わせて解くことで実力がついてくると思います。この作業はかなり時間をかけました。

最後に、ワークブックで確認をしました。過去問を繰り返し解いていると、出題されそうな内容や、自分の苦手な部分が何となく分かってくるので、そういったところを優先して勉強しました。このほか、模試を受験するのもいいと思います。試験当日は、緊張する方も多いようで、本番に近い状況を経験しておくことは良いかもしれません。

## 終わりに

---

現在、介護員として勤務している立場ですが、じつは職場でのストレスチェックが義務化されたことから、その実施者としての仕事も並行して行っています。介護福祉士と精神保健福祉士の両立というのは予想していませんでしたが、せっかくの機会なので頑張っているところです。

また、現在も時間を見つけながら別の資格取得を目指しています。卒業後、達成感もあったのですが、同時に思ったことは「自分が知らないことが、たくさんある」ということでした。そして、どんなに小さなことでもいいので、何かを学ぼうとすること、知りたいと思うことが大切だと考えるようになりました。

最後に、この場を借りて、先生や事務局の方々へのお礼もさせていただきますと思います。当時は、丁寧な対応をしていただいたことを本当に感謝しています。ありがとうございました。