



私がわたしに出会う旅

～セピア色から、もも色へ～

特別養護老人ホーム玄海園

介護課 エーテウザー（ケアワーカー）



自己紹介

名前：エーテウザー

愛称：エーさん

出身：ミャンマー

来日：2019年4月

就職：2021年4月

趣味：料理

尊敬する人：お母さん

好きな日本語：かわいい



6年間のあゆみ

頑張って1年で取りました

N4からN2へ

2019

2019年 短大へ入学

介護
福祉士

2021

車の
免許

結婚式

出産

2023

2021年4月 玄海園に就職

現在

2025

日本で働いてみて困ったこと

課題①

コミュニケーションが
うまくとれない
(専門用語×、早口×、方言×)

課題②

ホームシック

課題③

会社まで遠い…坂道が多くて
チャリ通がきつい…
日本の生活に慣れることができる？



悩む私

課題①に対して コミュニケーションの対策

日本語の壁

文化や生活習慣の違い

コミュニケーションの壁

自分から積極的に質問や、会話を
する。
プライベートでも
日本語を使う。
分からない事は徹底的に調べる。

わからない時は
すぐに聞く。
間違っていたら
教えてもらう。

方言を覚える。
理解するまでは、分
かりやすい言葉で伝
えてもらう。



乗り越えた

利用者から
頼られた

スタッフと
仲良くなれた

課題②に対して ホームシック対策



家族から励ましの電話

働き始めたころは、精神的にくじけてしまい、
休職したこともありました。
家族からの電話が心の支えになりました。

結婚式を国であげようか迷って
いると、スタッフさんが「玄海
園で挙げよう」と声をかけて
くれました。結婚式は温かく、
幸せな気持ちになりました。

 玄海園スタッフによる
手作り結婚式 



課題③に対して

生活の困り事への対策

職場までの通勤手段



玄海町はアップダウンが険しい道が多く、坂道も大きな課題でした。最初は、電動機付き自転車を購入しました。

しかし、今後の事を考え、自動車の免許を取得！今では行きたい所へどこへでも行けます 🚗 後輩たちへの様々なサポートもできています。

生活に慣れること

山口さん
ありがとう



近くにお店がなく、買い物が困難でしたが、玄海園職員の山口さんは、買い物支援など様々なサポートをしてくれました。

近所の方とも仲良くなり、野菜を頂いたり、お米を頂いたりと、たくさん声をかけて頂きました。

2022年 夫 ピョーウェーアウン来日

夫のピョーさんは家族滞在ビザで来日し、縁があって
玄海園で働くことに。

来日時はN4でしたが、週28時間のアルバイトで介護補助の
仕事からスタートすることになりました。

仕事

- ・業務でわからないことを夫婦で話し合う
- ・勤務の流れを教える
- ・人間関係についてのアドバイス

現在は特定技能生で頑張っています！
実務者研修も受講中！

言葉

- ・難しい専門用語を翻訳、簡単な日本語にも言い換える
- ・方言や言葉のニュアンスについて伝える
- ・日本語を書く、読むことへのサポート

生活

- ・ミャンマーの料理を振る舞ってメンタルサポート
- ・日本の生活のやり方を伝える

家族も増えました（トゥタ君誕生） （様々なサポートを受けながら頑張っています）



玄海園

日本の職員さんと同じように、産休・育休の取得ができて、子どもと向き合う時間も取れました。ピョーさんも育休取得。今は、夫婦で働けるような勤務調整をしてもらっています。

地域・職員

生活では、職員の小濱看護職と家族ぐるみで仲良くしてもらい、日本の文化・風習などを教えてもらいました。お宮参り・お食い初め・餅踏みなどの経験もしました。

町

令和6年10月より、トゥタ君保育園に入園。慣れない事ばかりですが、頑張っています。トゥタ君はミャンマー語より日本語の方が理解できています。



餅踏み



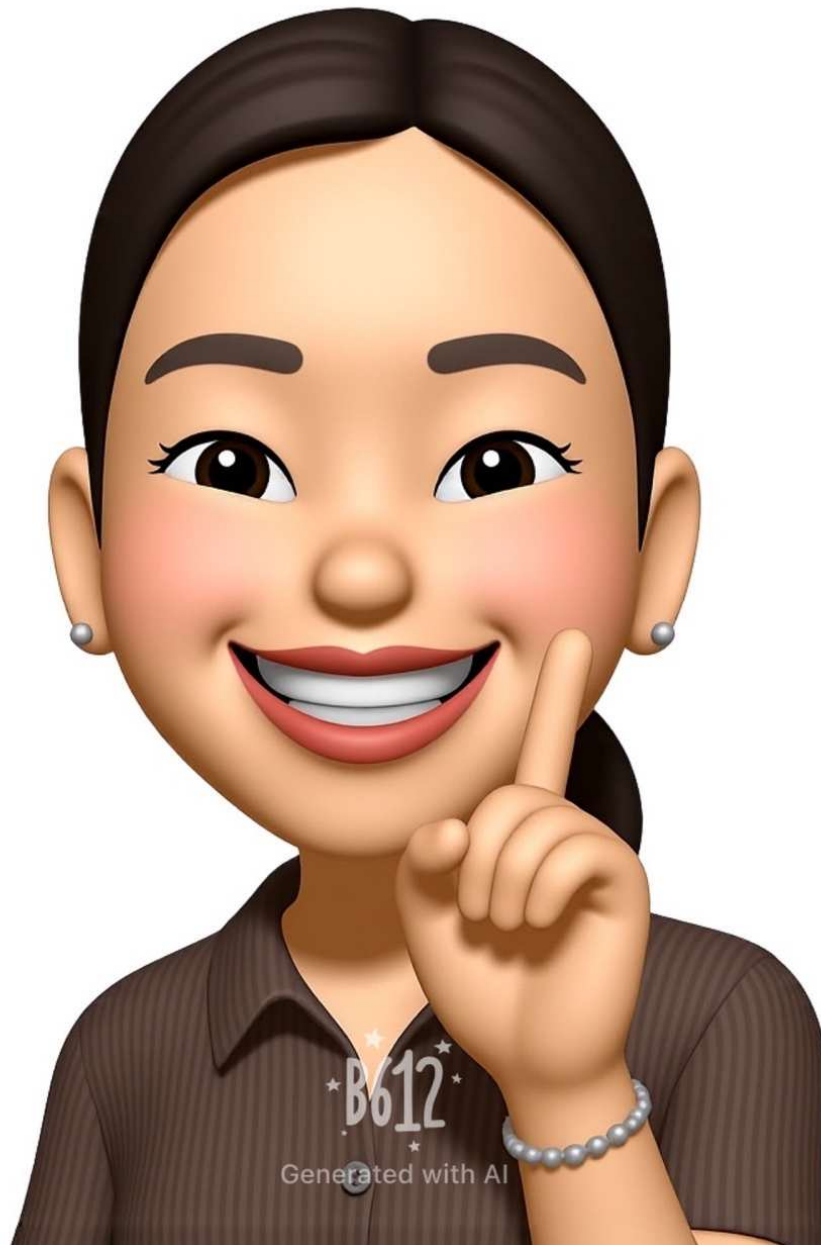
お宮参り



お食い初め



小濱家にて



これから私が すべきことは？

- 周りからサポートを受けながら、玄海町での生活を安定させることができ、今では幸せな毎日をしています。
- 今後は玄海園の外国人スタッフ一期生として、今までの経験や自分が受けてきたサポートを後輩に伝えられないかなと新たな目標ができました。

玄海園にお願いしたい事

業務指導

- ・ 分かりやすい日本語で教えて欲しいです。
- ・ 方言はできるだけ使わないで欲しいです。
- ・ 専門用語も分かりやすく教えて欲しいです。

日本語支援

- ・ 来日時はN4で来る職員がほとんどです。自分で勉強することも大事ですが、日本語の勉強を支援してもらえるのは、外国人にとってはとても助かります。今後も継続してほしいです。

メンタルのサポート

- ・ 外国人職員は、新しい生活に慣れることでいっぱい입니다。相談しやすい職員がいることや生活のサポートがあれば、メンタル面でもとても助かります。

文化・習慣の違いの理解

- ・ 文化の違いを理解するのはコミュニケーションが一番だと思っています。玄海園には、コミュニケーションを図るための交流会などの機会を作ってもらえると助かります。

今後、私ができること

自分が得た日本の事・生活を後輩へ

日本の文化・習慣
日本のルール

日本と海外は文化や価値観の違いが多いです。違いを理解しないと誤解やトラブルにつながります。トラブルが起きないようにメンタル面のサポートをしたいです。

職場での
サポート

iPadやパソコンの使い方、デスクネットの使い方、専門用語の通訳など、仕事に関係する困りごとをサポートしたいです。

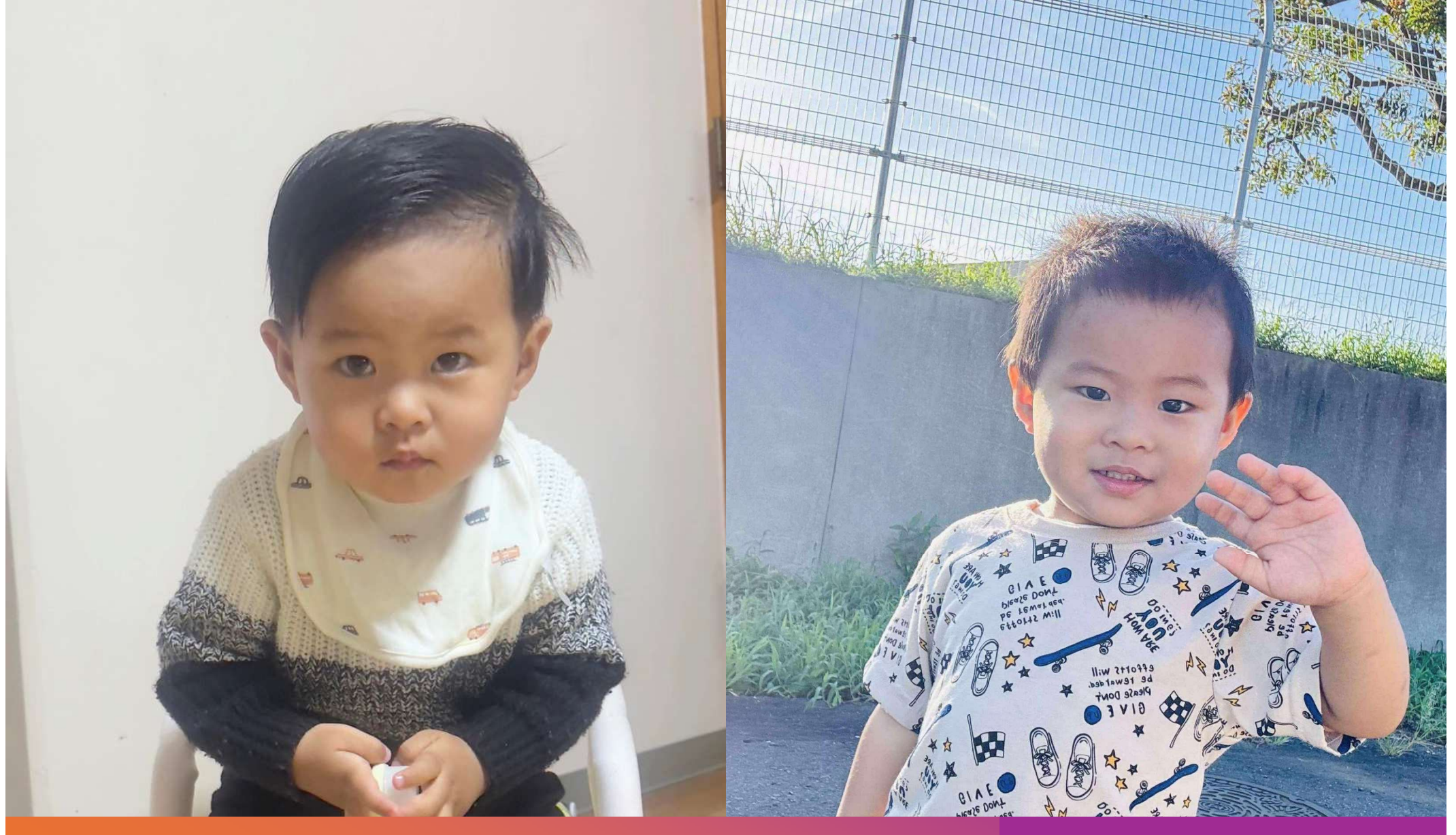
行政や生活に必要な手続き関係

銀行や携帯電話の契約など、複雑な手続きを分かりやすく教えたいです。

買い物の穴場

外国の職員が好きなお店や唐津市のお店を伝えたり、連れていきたいです。

後輩が早く日本に慣れて仕事に慣れることが出来るようサポート教育に携わっていきたいです。



ご清聴ありがとうございました。