

**藤沢市居宅介護支援連絡協議会 資質向上研修**  
**「シャドーワークについて学ぶ」研修アンケート・考察**

**■アンケート結果を受けて**

本研修では、ケアマネジャーが日々の実践の中で無意識に担っている「シャドーワーク」について、概念の整理と判断基準等を学びました。

アンケート結果から以下のような気づきや今後の対応についての意見が述べられていました。

**1. 「気づき」と「言語化」による実践の振り返り**

多くの方が

- 「自分の行動がシャドーワークであると初めて認識した」
- 「漠然としていたものが言語化された」
- 「判断基準を得ることができた」

と回答されていました。

これは単なる知識習得にとどまらず、日常業務の振り返りと専門職としての再確認の機会になったと考えます。

**2. 専門職としての自己防衛と持続可能性への意識**

- 「自己犠牲の考えが改まった」
- 「後任に引き継げる支援を意識したい」
- 「自分を守ることが利用者のためにもなる」

といった声が多く見られました。

シャドーワークは善意から生じることが多い一方で、共依存構造を生みやすく、結果としてケアマネジャーの疲弊や専門性の希薄化につながる可能性があります。

専門職としての役割を明確にし、持続可能な支援体制を築く視点が共有されたことと考えます。

**3. 説明責任と予防的マネジメントの重要性**

- 業務範囲を丁寧に説明する必要性
- 重要事項説明書への明記
- パンフレット活用の提案

など、「断る」ことよりもむしろ誤解を生まないための事前説明の重要性への気づきが多く寄せられました。

「何でも相談してください」という姿勢を大切にしつつも、ケアマネジャーの役割は“直接的な実務代行”ではなく“連絡調整”であることを共有し続けることが重要です。

#### 4. 構造的課題への視点

アンケートからは、

- 社会資源不足
- 行政・医療機関の理解不足
- 障がい福祉との役割整理
- 地域ケア会議の活用

など、個人の問題にとどまらない制度的・地域的課題も多く挙げられました。

シャドークワークは個々の判断の問題であること、社会資源や制度運用の課題を映し出す指標でもあります。地域課題として共有・検討していくことが重要であると考えます。

#### ■今後に向けて

今回の研修は、

- ケアマネジャー自身の内省
- 専門職倫理の再確認
- 共依存構造への気づき
- 行政・多職種との役割整理の必要性の共有

につながる有意義な機会となりました。

一方で、「人として迷う場面がある」「現場では断りきれないこともある」という率直な声も多く寄せられました。

私たちは、業務外の相談を拒否する専門職になることではなく、生活全体を見渡しながら、適切に関係機関につなぎ、持続可能な支援を実践する専門職であることを改めて確認しました。

今後も本協議会として、ケアマネジャーが安心して専門性を発揮できる環境づくりに皆さんと取り組んでいきたいと思えます。