

じつむしゃけんしゅう いりぐちがくしゅう  
実務者研修 入口学習

# はじめての<sup>いっぽ</sup>一歩

～ かいごふくしし になる ための <sup>みち</sup>道 ～

2026年度版【やさしい<sup>ねんどばん</sup>日本語<sup>にほんご</sup>】

一般社団法人 専門職教育情報機構(KJK)

## ★ この<sup>ほん</sup>本について

この「はじめての<sup>いっぽ</sup>一歩」は、実務者研修を<sup>う</sup>受ける<sup>ひと</sup>人のための<sup>ほん</sup>本です。

実務者研修をスムーズに<sup>はじ</sup>始<sup>ひつよう</sup>ために<sup>じょうほう</sup>必要な<sup>じょうほう</sup>情報をまとめました。

- ・かいごふくしし <sup>しかく</sup>資格について
- ・これから どう <sup>べんきょう</sup>勉強するか
- ・がいこくじん <sup>ひと</sup>外国人の<sup>ひと</sup>人へのアドバイス

を <sup>か</sup>書いて あります。

## だい1しょう <sup>かいごふくしし</sup> 第1章 介護福祉士とは？

かいごふくしし <sup>としよ</sup>は、お年寄りや <sup>しょうがい</sup>障害のある<sup>ひと</sup>人の<sup>せいかつ</sup>生活を<sup>たす</sup>助ける<sup>こっかしかく</sup>国家資格です。

おもな しごととは、こんな ことがあります。

- ・ <sup>からだ</sup>体 の <sup>かいご</sup>介護(食事・<sup>にゅうよく</sup>入浴・<sup>はいせつ</sup>排泄など)
- ・ <sup>せいかつ</sup>生活 の <sup>か</sup>サポート(買い物・<sup>もの</sup>そうじ・<sup>りょうり</sup>りょうりなど)
- ・ <sup>かぞく</sup>家族 の サポート
- ・ <sup>ちいき</sup>地域の <sup>ふくし</sup>福祉に <sup>さんか</sup>参加する こと

<sup>いりよう</sup>医療・<sup>かんご</sup>看護・<sup>ふくし</sup>福祉の<sup>ひと</sup>人たちと <sup>はたら</sup>いっしょに 働 きます。

介護福祉士に必要な力

| 分類     | 能力        | 説明                   |
|--------|-----------|----------------------|
| 人と話す力  | コミュニケーション | 利用者や家族と信頼の関係を作る力     |
| 判断する力  | 観察・気づき    | 様子の変化に気付いて対応する力      |
| 協力する力  | チームで働く    | 医療・福祉の人たちとチームで支える力   |
| 実行する力  | 技術と知識     | 場面に合わせて、安全で適切な介護をする力 |
| こころ・倫理 | 責任感・人権尊重  | 尊厳と自立を大切にすること        |

第2章 介護福祉士の資格のしくみ

2-1 資格を取る3つの道

介護福祉士になる道は3つあります。

| ルート       | 内容                                   | 対象            |
|-----------|--------------------------------------|---------------|
| ①実務経験ルート  | 実務経験3年以上 + 実務者研修を終える<br>→ 国家試験を受けられる | 仕事をしながら資格を取る人 |
| ②養成施設ルート  | 介護福祉士の学校(1850時間)を終える →<br>国家試験を受けられる | 学校で専門に学ぶ人     |
| ③福祉系高校ルート | 福祉系の高校を卒業 → 国家試験を受けられる               | 福祉系高校の卒業生     |

あなたは「①実務経験ルート」です

実務経験3年以上(働いた期間540日以上・働いた日数540日以上)を満たして、  
実務者研修を終えると、国家試験を受ける資格がもらえます。

この教材と入口学習は、実務者研修をスムーズに始めるためのサポートです。

2-2 実務者研修とは？

|       |                                      |
|-------|--------------------------------------|
| 研修の時間 | 450時間                                |
| 勉強の方法 | 通信学習(eラーニング) + スクーリング(学校で直接学ぶ)の組み合わせ |
| 科目    | 20科目(医療的ケア・介護過程Ⅲなどを含む)               |
| 修了の条件 | 全部の科目のテストに合格し、スクーリングに出席すること          |

|    |                                    |
|----|------------------------------------|
| 意味 | 国家試験を受けるために必要。介護の仕事の専門性を高める<br>研修。 |
|----|------------------------------------|

## 2-3 国家試験のしくみ

|       |                     |
|-------|---------------------|
| いつ    | 1年に1回(1月の終わりが)      |
| 形式    | マークシート(5つの答えから1つ選ぶ) |
| 問題の数  | 125問(13科目)          |
| つぎの試験 | 第39回(2027年1月31日 まで) |

## 2-4 パート合格制度(第38回・2026年1月から)

第38回(2026年1月)から新しいしくみが始まりました。

国家試験の科目が3つのパートに分かれます。

合格したパートは3年間有効です。

もう1回試験を受けるとき、合格できなかったパートだけ受ければいいです。

| パート  | 問題数 | 試験の科目                                                               | 特徴                   |
|------|-----|---------------------------------------------------------------------|----------------------|
| パートA | 60問 | 人間の尊厳と自立 / 介護の基本 / 社会の理解<br>/ 人間関係とコミュニケーション / コミュニケーション技術 / 生活支援技術 | 「人間と社会」 +<br>「介護」の基礎 |
| パートB | 45問 | こころとからだのしくみ / 発達と老化の理解<br>・ 認知症の理解 / 障害の理解 / 医療的ケア                  | 体・心・病気・医療<br>の理解     |
| パートC | 20問 | 介護過程 / 総合問題                                                         | 実践の応用力と判断<br>力       |

|                                          |
|------------------------------------------|
| ★ パート合格制度のポイント                           |
| ・それぞれのパートで基準点を取れば、そのパートは「合格」となって3年間有効です。 |
| ・もう1回試験を受けるとき、合格できなかったパートだけ受ければいいです。     |
| ・まず実務者研修を終わって、受験の資格を確実に取る ことが大切です。       |

## 2-5 登録までの流れ

| 時期            | 内容      | メモ                            |
|---------------|---------|-------------------------------|
| 2026年8月～9月はじめ | 受験の申し込み | 願書の準備と提出が必要。KJKから案内します。       |
| 2027年1月31日    | 国家試験    | 午前・午後の筆記試験(全国一斉)              |
| 2027年3月はじめ    | 合格発表    | 社会福祉振興・試験センターから発表             |
| 2027年3月おわり～   | 登録申請    | 登録免許税(9,000円)を払って「介護福祉士」として登録 |

### △ 注意!

国家試験に合格しても、登録の手続きをしないと、「介護福祉士」として働くことはできません。

## 第3章 これからどう勉強するか

### 3-1 入学学習から実務者研修へ

実務者研修をスムーズに進めるために、つぎの順番で勉強しましょう。

| ステップ   | 教材・内容           | 目的                     | 対象                         |
|--------|-----------------|------------------------|----------------------------|
| STEP 1 | はじめの一步(この本)     | 資格のしくみ・研修の全体を知る        | ぜんいん                       |
| STEP 2 | 一問一答①(日本語力チェック) | 日本語の力を測って、先生の指導の参考にします | がいこくじん ひと<br>外国人の人のみ       |
| STEP 3 | 一問一答②(現場知識チェック) | 現場で身につけた介護の知識を確認する     | ぜんいん やさしい<br>にほんご<br>日本語あり |
| STEP 4 | テキスト要約版(多言語)    | 実務者研修の内容を前もって理解する      | ぜんいん                       |
| STEP 5 | 実務者研修(本の講座)     | 国家試験を受ける資格を取る          | ぜんいん                       |

### 3-2 実務者研修の勉強の進め方

#### ★ 勉強の3つのポイント

① eラーニング(通信学習)を計画的に進める

→ KJK の CLS(WEB<sup>がくしゅう</sup>学習システム)で、いつでも・どこでも・何回でも<sup>なんかい</sup> 勉強<sup>べんきょう</sup>できます。

② 全体<sup>ぜんたい</sup>のスケジュールを<sup>はや</sup> 早めに<sup>かくにん</sup> 確認する

→ スクーリング(学校での<sup>がっこう</sup> 実習<sup>じっしゅう</sup>)の日は<sup>ひ</sup> 前もって<sup>まえ</sup> 決まっています。<sup>はや</sup> 早めに<sup>かくにん</sup> 確認しましょう。

③ 「今日の<sup>きょう</sup> ノルマ」を<sup>ちい</sup> 小さく<sup>き</sup> 決める

→ 1日<sup>いち</sup> 30分<sup>ぶん</sup>でも、続ける<sup>つづ</sup> ことが<sup>たいせつ</sup> いちばん 大切です。

### 3-3 勉強<sup>べんきょう</sup>のスケジュール(目安<sup>めやす</sup>)

| 時期                                                         | すること                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 受講 <sup>じゅこう</sup> 始まる前 <sup>はじ</sup> (今 <sup>いま</sup> すぐ) | ・「はじめの一步」を読む(STEP 1)<br>・一問一答①②を受ける(STEP 2・3)※①は外国人の人のみ                                                                                                                                                                      |
| 受講 <sup>じゅこう</sup> 始まり～1 か月 <sup>げつ</sup>                  | ・テキスト要約版 <sup>ようやくばん</sup> で内容を <sup>ないよう</sup> 予習 <sup>よしゅう</sup> する(STEP 4)<br>・eラーニングの <sup>つか</sup> 使い方を <sup>かた</sup> 確認 <sup>かくにん</sup> する                                                                             |
| 受講 <sup>じゅこうちゅう</sup> 中                                    | ・eラーニング(通信学習 <sup>つうしんがくしゅう</sup> )を <sup>けいかくてき</sup> 計画的に <sup>すす</sup> 進める<br>・スクーリング(学校での <sup>がっこう</sup> 実習 <sup>じっしゅう</sup> )に <sup>で</sup> 出る<br>・修了 <sup>しゅうりょう</sup> 評価 <sup>ひょうか</sup> (テスト)に <sup>ごうかく</sup> 合格する |
| 受講 <sup>じゅこう</sup> 終わったあと                                  | ・修了証 <sup>しゅうりょうしょう</sup> を <sup>もら</sup> う<br>・国家試験 <sup>こっかしけん</sup> の <sup>もう</sup> 申し込みを <sup>こ</sup> する(8～9月 <sup>がつ</sup> )                                                                                            |

## 第4章<sup>だい4しょう</sup> 外国人<sup>がいこくじん</sup>のみなさんへ

～にほんごと かいごを まなぶ みなさんへ～

日本<sup>にほん</sup>で介護福祉士<sup>かいごふくし</sup>になるためには、日本語<sup>にほんご</sup>の理解<sup>りかい</sup>と介護<sup>かいご</sup>の知識・技術<sup>ちしき ぎじゅつ</sup>の両方<sup>りょうほう</sup>が必要です。

この事前<sup>じぜん</sup>サポートでは、少しずつ<sup>すこ</sup> 段階<sup>だんかいてき</sup>的に<sup>すす</sup> 進めていきます。あせらずに、コツコツ<sup>すす</sup> 進めましょ

う。

### 4-1 必要<sup>ひつよう</sup>な日本語<sup>にほんご</sup>のレベルの目安<sup>めやす</sup>

| 段階 <sup>だんかい</sup>                | 日本語 <sup>にほんご</sup> レベル             | 内容 <sup>ないよう</sup>                                                                                     |
|-----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 入りぐちがくしゅう <sup>いりぐちがくしゅう</sup> ①② | N4～N5(やさしい<br>日本語 <sup>にほんご</sup> ) | まいにち <sup>まいにち</sup> 介護 <sup>かいご</sup> の場面 <sup>ばめん</sup> を、やさしい日本語 <sup>にほんご</sup> ・ふりが<br>なつきでわかるレベル |

|                     |                         |                                                         |
|---------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------|
| テキスト要約版<br>ようやくばん   | N3～N4(多言語版あり)<br>たげんごばん | 母語版・やさしい日本語版で介護の内容がわかるレベル<br>ぼごばん にほんごばん かいご ないよう       |
| 実務者研修<br>じつむしゃけんしゅう | N3以上(おすすめ)<br>いじょう      | 専門用語を含む日本語での学習・スクリーングに参加できるレベル<br>せんもんようご ふく にほんご がくしゅう |
| 国家試験<br>こっかしけん      | N2以上(おすすめ)<br>いじょう      | 試験問題(5つから1つ選ぶ・日本語)を正確に読み解けるレベル<br>しけんもんだい えらぶ にほんご せいかく |

## 4-2 勉強の進め方(外国人のみなさんへ) べんきょう すす かた がいこくじん

|                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ★日本語と介護を同時に学ぶためのアドバイス<br>にほんご かいご どうじ まな                                                              |
| ① わからない言葉は、スマホの翻訳アプリで自分の国の言葉に訳して確認しましょう。<br>ことば ほんやく じぶん くに ことば やく かくにん                               |
| ② 一問一答①は、今の日本語の力を確かめるためです。これからの指導の参考にします。調べないで、自分の力で答えてください。<br>いちもんいつどう いま にほんご ちから たし しどう さんこう しら   |
| ③ 一問一答②は、現場で身につけた介護の知識と技術を確かめるものです。自分の力で答えてください。<br>いちもんいつどう げんば み かいご ちしき ぎじゆつ たし じぶん ちから こた         |
| ④ テキスト要約版は母語版(多言語)もあります。まず自分の国の言葉で内容を理解しましょう。<br>ようやくばん ぼごばん たげんご じぶん くに ことば ないよう りかい                 |
| ⑤ 介護の専門用語(例:尊厳・自立支援・アセスメント)は、意味を日本語で説明できるように練習しましょう。<br>かいご せんもんようご れい ぞんげん じりつしえん いみ にほんご せつめい れんしゅう |
| ⑥ 毎日10～15分、声に出して読む「音読」を続けましょう。漢字の読み方と意味が同時に身につきます。<br>まいにち 10～15 ぶん こえ だ よ おんどく つづ かんじ よみかた いみ どうじ み  |

## 4-3 スケジュールの目安 めやす

| 時期                      | すること                                                                                                                 |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| いま<br>今すぐ               | <ul style="list-style-type: none"> <li>「はじめの一步」を読む</li> <li>一問一答①②を受ける(②はやさしい日本語版)</li> </ul>                        |
| じゆこう はじ まえ<br>受講 始まる前   | <ul style="list-style-type: none"> <li>テキスト要約版(母語版)で実務者研修の内容を予習する</li> <li>日本語の勉強も一緒に続ける(N3をめざす)</li> </ul>          |
| じつむしゃけんしゅうちゅう<br>実務者研修中 | <ul style="list-style-type: none"> <li>eラーニングを計画的に進める(わからない言葉は翻訳アプリを使う)</li> <li>スクリーングでは積極的に質問する</li> </ul>         |
| しゅうりよう<br>修了してから～国試まで   | <ul style="list-style-type: none"> <li>N2レベルの日本語力をめざす</li> <li>国家試験の勉強に移る(KJKの国家試験対策講座「国試合格★パック」を活用しましょう)</li> </ul> |

★ みなさんへ メッセージ

にほんご<sup>にほんご</sup>の べんきょう<sup>べんきょう</sup>と かいご<sup>かいご</sup>の べんきょう<sup>べんきょう</sup>を どうじ<sup>どうじ</sup>にすす<sup>すす</sup>めることは、とても たいへん<sup>たいへん</sup>です。

でも、あなたが げんば<sup>げんば</sup>で つ<sup>つ</sup>かさ<sup>かさ</sup>ねてきた けいけん<sup>けいけん</sup>は、もう おお<sup>おお</sup>な<sup>な</sup> ちから<sup>ちから</sup>になっています。

その けいけん<sup>けいけん</sup>を「資格」<sup>しかく</sup>という かたち<sup>かたち</sup>にするために、KJKは ぜんりょく<sup>ぜんりょく</sup>でサポートします。

あせらなくて だいじょうぶ<sup>だいじょうぶ</sup>です。大切なのは、けいかく<sup>けいかく</sup>を た<sup>た</sup>てて、自分の じぶん<sup>じぶん</sup>のペースで コツコツ<sup>つつ</sup>続けること。

あなたの どりょく<sup>どりょく</sup>は、かなら<sup>かなら</sup> けっか<sup>けっか</sup>につながります。いっしょ<sup>いっしょ</sup>に まえ<sup>まえ</sup>すす<sup>すす</sup>みましょう！