

LOCAL CARE MANAGER × TOKYO

東京で、 ケアマネとして 次のキャリアへ。

いきなり転職を決めなくて大丈夫。
まず、東京で働くケアマネを見に来ませんか？

東京キャリア体験プロジェクト

CAREER BOOK 2026

社会福祉法人 奉優会



今のままでいいのかな、と考えたことはありませんか？

大きな不満はなくても、次の一步を考える瞬間があります

01 収入

もう少し、経験に見合う
働き方を選びたい

02 経験

もっと多様なケースに
向き合ってみたい

03 成長

主任ケアマネや管理職も
視野に入れたい

04 暮らし

一度は東京で生活し、
可能性を広げたい

転職を決める前に、東京を知るところから

迷いがある状態でも大丈夫。判断の順番を変えてみませんか

01

知る

資料で仕事と法人を
知る

02

話す

オンラインで気軽に
相談

03

見る

職場・人・働き方を
体感

04

考える

自分に合うかを判断

見て、話して、納得してから選ぶ

東京だから広がる、ケアマネジメントの視野

多様な人・暮らし・地域資源に触れることが、支援の引き出しを増やします

- | | | |
|----|---------|----------------------------|
| 01 | 多様な暮らし | 単身・家族・多文化など、さまざまな生活背景に出会う |
| 02 | 多様なサービス | GH・小多機・看多機など、地域密着型サービスを横断 |
| 03 | 多職種との連携 | 介護・看護・地域とつながり、支援をチームで組み立てる |
| 04 | ICTの活用 | タブレットやAIを活用し、記録・共有をよりスムーズに |

TOKYO

経験の幅が、
支援の深さになる。

地域とつながり、多職種で考える

奉優会だからつくれる、3つの安心

法人基盤・働く環境・ケアの価値観を、ひとつにつなげています



LEVEL 1

社会福祉法人

安定した法人基盤
利用者本位の支援

LEVEL 2

奉優会

ICTへの積極投資
幅広い福祉サービスと多職種連携

LEVEL 3

優っくり

ゆっくり・一緒に・楽しく
一人ひとりと向き合う

「ゆっくり・一緒に・楽しく」を、仕事の真ん中に

目の前の方の生活に合わせ、チームで支援を考える職場です



ゆっくり

急がせない。
その人のペースを大切にする。

一緒に

本人・家族・職員が、
一緒に考える。

楽しく

小さな喜びを、
毎日のケアに。

GH グループホーム

ST 小規模多機能

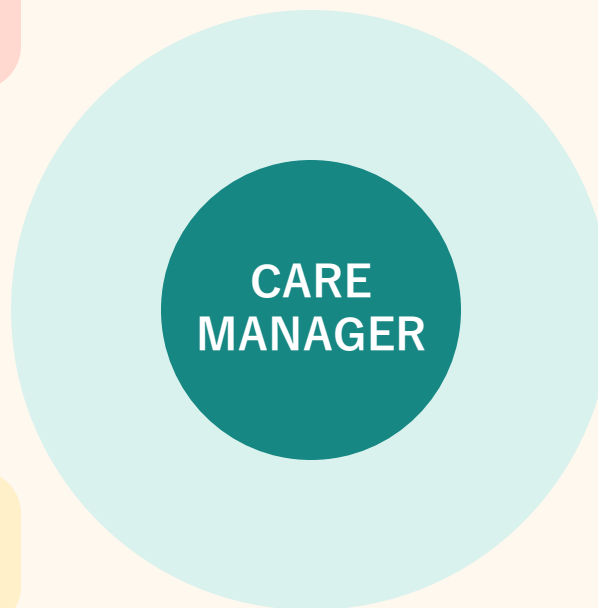
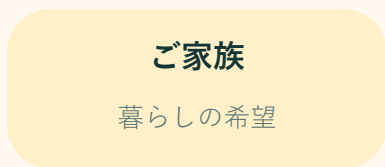
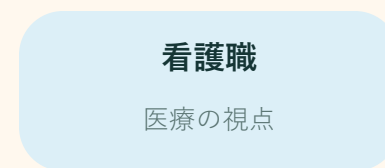
KT 看護小規模多機能

ケアマネを、ひとりにしない

情報・視点・迷いを共有し、チームでよりよい支援を考えます

相談できる

一人で抱えず、
チームに共有できる



つながる

情報を共有し、
支援の方向をそろえる

経験を、次の待遇と働き方へ

奉優会のケアマネジャー正職員給与（提示条件）

月給

280,000

円

～ 305,000円

基本給

220,000円～

資格手当

30,000円

処遇改善手当

20,000円

居住支援特別手当

10,000円

そのほかの制度

賞与 年2回

昇給 年1回

交通費 月50,000円まで

年末年始手当 3,000円／日

家族手当 配偶者20,000円（規定あり）／その他扶養者1人につき4,000円

役職採用 基本給増＋役職手当

※居住支援特別手当は、東京都からの支給状況により変更・打ち切りとなる可能性があります。

経験を共有すると、ケアはもっと深くなる

現場で得た気づきを、学びと次の実践へつなげます



01 ケーススタディ

多様な支援を自分の引き出しに

02 階層別研修

役割に合わせて段階的に成長

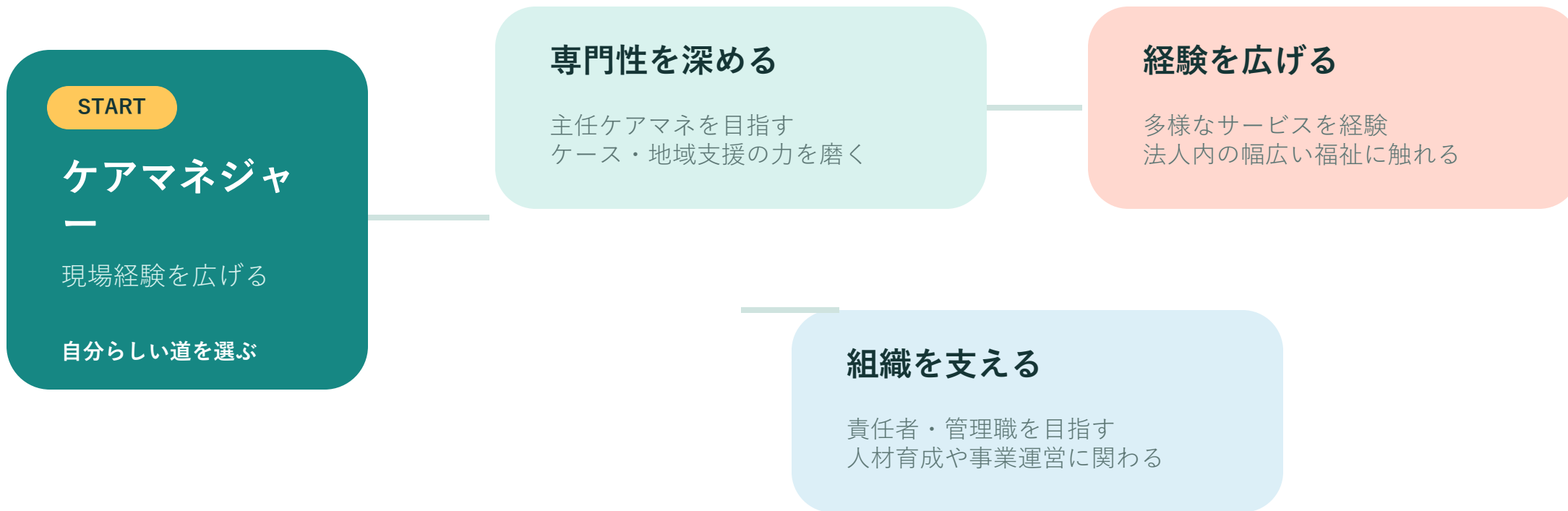
03 多職種から学ぶ

介護・看護・地域の視点を取り入れる

学びを、明日のケアへ

ケアマネ資格の先に、複数のキャリアを描ける

現場の専門性を深める道も、チームや組織を支える道もあります



※配属・経験・資格・募集状況等により、キャリアの進み方は異なります。

東京で働く不安に、ひとつずつ答えます

分からないまま決めず、相談と見学で確かめてください

Q1

生活費が高そう…

給与条件や希望エリアを確認し、働き方と暮らしを一緒に考えます。

Q2

職場の雰囲気が分からない

現場を見て職員と話し、自分との相性を確かめられます。

Q3

東京で通用するか不安

地方で積んだ経験も大切な強み。まずは経験と希望を聞かせてください。

Q4

いきなり面接は怖い

最初はオンライン相談から。選考に進むかは、その後に考えられます。

まず、東京の福祉を 見に来ませんか？

面接だけでは分からない、職場・人・仕事のリアルを確かめる体験です

01

SEE

施設・サービスを見る

02

MEET

現役職員と話す

03

LEARN

仕事・ケースを知る

04

THINK

働くかを考える

見学・体験・相談が中心。希望する方は、その後に面接へ。

1泊2日で、仕事と暮らしのイメージをつかむ

見学・交流・相談を通じて、東京で働く自分を具体的にします

DAY 1

- 1 東京到着
- 2 法人・優っくり説明
- 3 施設見学
- 4 現役職員との交流
- 5 暮らし・キャリア相談

DAY 2

- 1 別サービスを見学
- 2 ケアマネ業務・ケース説明
- 3 個別キャリア相談
- 4 希望者は面接
- 5 帰宅

YOUR NEXT STEP

まずは、オンラインで話してみませんか？

転職を決めていなくても構いません。
東京で経験したいことを、聞かせてください。

01

資料を見る

02

オンライン
相談

03

体験のご案内

04

東京で見学
・交流

05

希望者は選
考へ

東京で、ケアマネとして次のキャリアへ。

LPの相談フォームから、お気軽にお問い合わせください

対象 介護支援専門員資格をお持ちで、東京勤務に興味がある方

