

S・M・C

Shizuoka Medical Communication

市民公開講演会

楽しく過ごそう♪ 高齢者の食生活

市民公開講演会を平成27年1月18日に開催しました。講師は東海大学短期大学部食物栄養学科の末永美雪先生。ざっくばらんなお話のされ方で、難しいと思われる栄養素の話もハードルを下げ、わかりやすく説明して下さいました。単に知識を伝え教えるというのではなく、「これなら自分にもできるかもしれない」「やってみよう！」という気持ちにさせてもらえる内容でした。

「健康の三本柱」の中で、最も大きく影響するのは食事の力。正しい食事のバランスはあなた自身の両手で確認しましょう！ 左手は食事のバランスを教える手です。バランスが良いかどうか、食べた物を指を折って確かめます。親指は主食、人差し指は副菜、中指は主菜、薬指は乳製品、小指は果物と！ 右手は野菜の量を確認する手です。1日に摂取したい野菜の量は350グラム。野菜料理は小鉢で5つ。小鉢1つは70グラム。例えば、野菜の味噌汁一椀。ほうれん草のお浸し小鉢1つ。煮物、野菜いため…。両手が握れたらVery Good！ 健康はこんな簡単な

作業の積み重ねで守ることができます」と。エネルギッシュな先生から元気を頂きながら、とても楽しく学ぶことができました。

人は皆、いつまでも若々しくいたい、死ぬまで健康でいたい、寝たきりにはなりたくない…と願います。今や日本は長寿社会、自立した生活ができる「健康寿命」を延ばしたいものです。幸せに生きるために食の学び『食育』の大切さを知りました。参加した方たちも何かのヒントを頂けたのではないのでしょうか。 (滝浪)



カフェトークに参加して

4月の『広報しずおか』に「市長とお茶カフェ・トーク」の募集広告が掲載されました。私たちの活動を行政にも広く知ってもらいたい一心で応募しました。5月に開催決定の選考結果が届き、10月18日(土)にアイセル21で行われました。

当日は会員7名が出席し、私たちの活動の概要を説明した後、看護師と患者のロールプレイをご覧いただきました。市長からは、シナリオ等についての核心をついた質問や、本物の患者のようだという感嘆のお言葉をいただきました。さらにチームワークのよさにもふれていただき、長年の活動に対するねぎらいのお言葉からも、市長の医療コミュニケーションに対する関心の高さを窺い知ることができました。

患者と医療者のコミュニケーションの大切さを知っ

てもらった良い機会となり、今回の目的は十分達成できたと思っております。 (森田)



LPC国際フォーラム2014に参加して

平成26年7月5日、『多様性時代の医療コミュニケーション — 新しい信頼関係をつくる —』をテーマに開催された国際フォーラムに、濱井さんと二人で参加しました。

患者のケアに関わる医療職、患者家族、さらには保険者など、異なる立場を持つ多様な価値に配慮したvalues-based medicine (VBM) の概念が近年注目されています。VBMを直訳すると“価値に基づいた医療”ですが、患者にとっての“価値”とは？そして医療者にとっての“価値”とは？

価値は患者が固有に持つ心配事や期待と考えられていますが、状況や関心によって違ってきます。

医療者は患者の価値に気付き、それを尊重しなくてはなりません。決して否定はしません。また、個々の価値観は異なるので一つにする必要はありません。

すべての人間が自分と同じように考えるわけではないことを認識すると、相手の立場に立つことができるようになるのです。

患者と向き合う仕事をしている私にとって、新たな考え方を得ることのできた有意義な会となりました。プログラムの最後には、日野原先生から「フロアの参加者と積極的に意見交換ができ、今までの中でも大変素晴らしいフォーラムとなりました。」とのコメントがあり、参加者の充実した笑顔が印象に残りました。 (鈴木)



102歳の日野原重明先生

第6回全国模擬患者学研究会へ参加して

平成26年12月13日、第6回全国模擬患者学研究会に参加しました。全国から多くの参加者が集まり、100名程入れる会場はほぼ満席。熱気にあふれていました。

まず、開会挨拶としてLPC理事長の日野原先生がSPの歴史をお話くださいました。御年103歳の先生ならではの視点で、ユーモアも交えながらのわかりやすいお話でした。長い歴史の中でSPの定義も変化し、Simulated Patient→Standardized Patientとなり、その役割やニーズも変化していることを知りました。

続いて、午前中は各教育機関でのSP活用法についての発表が行われました。中でも東京医大の「医学部5年生におけるSPによる臨床実習」は、実際のアドバンスOSCE（臨床実習後OSCE）の写真を示しながらの報告で、当時SP未経験の私にとっては非常に参考になりました。また、どの発表においても、学生さんたちは皆、臨床実習へ出るにあたり大きな不安と緊張を抱えておりSPによる臨床さながらの実習は大変学びが多いということが伝えられました。私は心の中で、もっと回数を重ね、自信をもって実臨床へ出られるようになることを願いました。

午後は「共感力」に重点を置いた医療コミュニケーションについて、10グループに分かれてのワークショップが行われました。「共感」はほんの少しの違いで「同情」になってしまうこと、そして「同情」になってしまったら関係構築は難しいことを改めて実感しました。医療者と患者の間には必ずといってよいほど何らかのズレがあるものですが、そのズレを小さくできればよいことなので、まずは「患者さんがどうしたいと思っているのか」を確認することの大切さを再認識しました。

新人SPとしてはまだわからないことばかりですが、全国から参加されていた医療関係者やSPのみなさんの熱い探究心、向上心を見習い、少しでもお役に立てる存在になりたいと強く心に感じました。 (春日)

※SPとは・・・

模擬患者：Simulated Patientの略です。SP（エスピー）は、本物の患者と同様の演技ができるように訓練された人のことで、医療関係者の演習やトレーニングで研修者の相手をします。また、標準模擬患者：Standardized Patientの意味もあり、試験や評価（OSCEなど）に用いられます。

※OSCEとは・・・

客観的臨床能力試験：Objective Structured Clinical Examinationの略です。OSCE（オスキー）は、日本の医学部、歯学部、薬学部6年制課程の学生が臨床実習に進むために合格しなくてはならない試験の一つです。

SP体験記

平成26年11月19日（水）に開催された静岡市清水歯科医師会の研修会が私のSPデビューとなりました。これに備え10月26日（日）、SMC会員研修会で、岐阜大学藤崎和彦教授から直接ご指導頂きました。

現役のベテラン歯科医師とのロールプレイにチャレンジさせて頂きましたが患者を演じるのに精一杯で、歯科医師とのコミュニケーションを客観的に振り返ることなど無理な事。リアリティーに欠けるセッションとなってしまいました。これでは、SPとしてのデビューは果たせないと思い、定例会での練習を重ね、他の会員からアドバイスをもらいながら模擬患者になりきるよう役作りに取り組みました。

SPは患者を演じることと、ロールプレイの中でどのような感情の動きがあったのかを医療者にフィードバックする役目を担っており、この両方のミッションを果たすことが私に出来るのか、不安の内に静岡市清水歯科医師会の研修会を迎えました。

当日は、ファシリテーター、サポーターの力添えもあって、何とかSPとしての責任を果たせたよう

に思います。特に、受療目的である「とにかく除痛をして欲しい」という気持ちを前面に押し出したことが、リアリティーある演技に繋がったのではないかと振り返っています。ロールプレイに挑戦されたお二人の医師からは、「模擬患者とのやり取りから医療コミュニケーションの大切さを実感。今後の診療に活かしていきたい。」との感想がきかれました。私も未熟な模擬患者ながら、やりがいを持って、さらなる切磋琢磨に繋がるであろうことを強く思いました。（飯森）



歯科のコミュニケーション

2014年は飛躍の年でした。11月11日（火）と同19日（水）、静岡と清水両歯科医師会の先生方と、医療面談のセッションを行い、面談の練習の重要性について共通の認識を深めることができました。研修会は、通常通り10分間の面談と意見交換を、同じシナリオで2回連続して行いました。左下顎の大臼歯がズキズキと痛み、痛み止めを服用するが治まらず、緊急受診。半年前に治療済みの歯がまた痛むというのはおかしいと、医師に対する不信感も持っているという設定でした。

ロールプレイに取り組みされた先生方は、「破折」という歯科本来の原因で痛んでいるX線写真を見せて、それを根拠に説得するのではなく、「痛みは何かしてあげられますよ」という優しさで患者さん

を包み、言葉かけでのペインコントロールをなさっていました。

SPは、静岡は小澤さん、清水は飯森さんが努め、「明日大事な取引があるので、何とかしてほしい」と迫るシーンは圧巻でしたが、ギャラリー全体が、歯科医師会のコミュニケーション力に脱帽しました。（袴田）



平成26年度 SMCの活動

月 日	活 動 内 容
平成26年 4月 7日	新規採用者研修会へのSP派遣 (静岡県立総合病院)
4月18日	研修医研修会へのSP派遣 (静岡県立総合病院)
4月20日	平成26年度 SMC総会 (静岡市中央福祉センター)
7月 5日	LPC国際フォーラムに参加 (聖路加国際大学)
9月20日	静岡県立大学「CRC特論」への講師およびSP派遣
10月18日	静岡市長とのお茶カフェトークに参加 (女性会館アイセル21)
10月26日	SMC研修会 (教育会館すんぷらーざ)
10月28日	研修会への講師およびSP派遣 (静岡富沢病院)
11月11日	研修会への講師およびSP派遣 (静岡市静岡歯科医師会)
11月19日	研修会への講師およびSP派遣 (静岡市清水歯科医師会)
12月 6日	OSCEへのSP派遣 (静岡県立大学薬学部)
12月 6日	研修会へのSP派遣 (聖隷浜松病院)
12月13日	第6回全国模擬患者学大会に参加 (聖路加国際大学)
平成27年 1月16日	浜松医科大学「医学概論」へのSP派遣
1月18日	SMC主催 市民公開講演会 (静岡市中央福祉センター)
2月21日	OSCEへのSP派遣 (浜松医科大学医学部)
毎月 1回	SMC定例会開催 (静岡市中央福祉センター)

がん医療におけるコミュニケーション技術研修会に参加して

平成26年12月6日、聖隷浜松病院の作業療法士・理学療法士・言語療法士を対象とした研修会に参加しました。進行期がん患者のリハビリテーション（以下リハビリ）には、患者の心理状態を考慮したコミュニケーションが必要ですが、リハビリ関連職種が学ぶ機会は乏しいのが現状です。

今回、緩和医療科山田医師から、がん患者に対して十分なセラピーを行い、リハビリの質を向上させ、臨床に活かすことを目的とした研修会の依頼がありました。研修理念は「受講者中心の学習を目指し、CS（コミュニケーション・スキル）への関心と向上意欲を高める」というもので、模擬患者にとっては、“セッションの振り返りをしない”初めての体験となりました。

CSの講義後、受講者がCLASSの自己目標を設定してセッションを行い、活発な議論を通して自らの課題に気づき、CSの必要性和難しさを体験しているそのプロセスを見て、研修会の一助となれたのかなと安堵しました。
(赤堀)

※CLASSとは…

- C：話しやすい環境を整える
- L：効果的に聞く
- A：感情を探索して共感する
- S：治療方針を話し合う
- S：話をまとめて終了する

【連絡先】 静岡医療コミュニケーション研究会 代表 森田 みつ子

〒420-0882 静岡市葵区安東 1-22-25 TEL・FAX 054-248-0348

H P <http://www.smc-jp.com/>