

S・M・C

Shizuoka Medical Communication

市民公開講演会

～声のもつ力～

平成28年1月16日、SMC主催の市民公開講演会を開催しました。

講師は、元SBSアナウンサーでヴォイス・セラピー実践研究家として活躍されている、当研究会会員の上藤美紀代さんです。

講演会の講師を務めて

この度は、SMCの会員でありながら、SMC主催の市民公開講演会の講師を務めさせて頂き、誠に有難うございます。市民の皆様との出会いと学びの場に恵まれ、心から感謝申し上げます。

講演の中で、私が最もお伝えしたかったのは「家族の声が人生の最期を救う!？」ということです。これは、浜松の聖隷三方原病院ホスピス病棟で「朗読と傾聴」のボランティアをしていたときに、ドクターから教えていただきました。

私が患者さんのベッドサイドで本を1冊読みますと、不思議なことに患者さんが自ら「ライフストーリー」を語りかかせてくださいます。そしてご自分の人生を肯定され「悔いはない」と明言なさいます。一方、患者さんご自身にお話をされる体力がない場合には、パートナーの方が、患者さんへの思いを私にお話しくださいます。日本人は相手に向かって直接「愛している」とか「掛け替えのない存在である」などということはなかなか言えないものですが、私に対してであれば「人生を共に歩むことができ、いかに幸せだったか」とか「あなたの御陰で人生が充実している」という感謝の気持ちを容易に吐露してくださるのです。部屋には柔らかな光が降り注ぎ、非常に穏やかで厳かな時間が流れます……。

この尊い体験に対し、ドクターやナースは「患者さんたちを最期に救えるのはご家族、ご家族の掛ける声です。医療には限界があります。ご家族の声が、

本当の癒しであり安らぎであり、ご家族の声掛けによって患者さんたちは安心して最期を迎えられるのです。そのご家族の声を引き出すことのできる上藤さんの活動はとても貴重なのですよ」と評価してくださいます。「声のもつ力」を医療者からも教わることができました。

日頃、皆さんはご家族に対しどのような声を発していらっしゃるでしょうか？ 家族にはどうしてもストレートに感情をぶつけ、配慮のない声で接しがちです。“家族だから”の甘えもあって、家族に対する心配りは蔑ろになりやすいものです。是非、今日から、相手を想う声の出し方・遣い方、特に「家族を大切に想う声遣い」を意識してみてください。

(上藤)



市民公開講演会に参加して

普段特に気にもとめることなくつがっている声が、つかい方一つで人との関わり方や相手に与える印象が変わるというのは大変興味深いものでした。

仕事柄“人と話す”ことが多いため、威圧感を与えない、柔らかい話し方をなるべく心掛けるようにしています。慌てている方にはゆっくりとしたスピードで、怒っている方には感情を煽らないように、親しみやすいように相手の口癖や言葉遣いを真似て話したり、畏まった場では失礼のないよう言葉を選んでみたりと、今まで重点を置いてきたのは“話し方”でした。

それは、自分の声あまり好きではなかったからです。高い可愛らしい声でもなければ、美声でもない。声は生まれつきだから仕方ないと、自信もなく諦めていました。しかし、そんな私でも「諦めなくてもいいのかもしれない」と思えたのは、上藤先生の「自分で自分の声を評価する必要はない」という言葉をきいたからです。「自分が聞いている自分の声と、周りが聞いている声は違うから、自分で自分の声の良し悪しなど決めつけてはいけません。自信をもって自分の声を愛して下さい！ 相手を思いやる声の出し方に心を砕きましょう」とのことでした。癒し効果のある声のトーンというものが存在し、

そのトーンも練習次第で出せるようになると教えていただきました。相手の心を落ち着かせ、心地良く感じる声の出し方があるなんて、目からうろこでした。マイクを通して聞こえる上藤先生の何とも言えない柔らかい声と、元気なテンポに何か救われた気がしました。これこそ、「声の持つ力」「声の効果」を体験した瞬間でした。

発声練習や癒し効果のある声の出し方をご指導いただき、鼻濁音なる音の練習や（これは私には難しかったけれど）発声法のポイントなどを会場の皆さんと共に楽しく学び、とても有意義な時間を過ごすことが出来ました。いつか「貴女の声って落ち着くわね。」と言われるような声遣いを目指し、地道に発声練習をしていこうと思います。

(杉本)



国際フォーラムに参加して

平成27年8月8、9日に聖路加国際大学で開催された、LPC国際フォーラム「医療と対人援助におけるナラティブ・アプローチ～語りから紡ぐ援助の関係性を学ぶ～」に参加しました。

8日は、「日本におけるナラティブ・アプローチの現状」が紹介された後、コロンビア大学Depthiman Gowdo 先生による基調講演「ナラティブ・メディスンの概観」を聴きました。

ナラティブ・メディスンとは何か、何に焦点をあてて、どのように物語を理解するのか、何が達成されるのか。絵や写真や映像、詩や文学などを使っての課題に対して、感じて考えて物語を読み取ること、他の人に語ることにそれに対する反応を受けとめること、そして記述すること。それらを通して、語ることに聴くことのスキルを身につける。医療やケアの受け手と担い手にとって、その瞬間が大切なのだと学びました。

また、尾藤誠司さん（東京医療センター）、山内

英子さん（聖路加国際病院）、岸本寛史さん（高槻赤十字病院）、栗原幸江さん（都立駒込病院）の4人の先生によるそれぞれの立場での取り組みについてのお話は興味深く、また驚きもありました。

9日のワークショップでは、前日の基調講演の具体的な活動を実践しました。グループを作り、テキストに真剣に丁寧に向き合い、感じたこと思ったことを話し合い、記述する中で多くの気づきが得られました。

ディスカッションも白熱し、大変興味深いものでした。初めて耳にした「ナラティブ・メディスン」という言葉が、少しずつ形を成していき、医療の文化を変えていくものだとわかりました。

講演とワークショップを通じて、印象深い表現がいくつもありました。それらが、これから私の中でどのように発酵していくのか楽しみです。今回のフォーラムは、私にとって学び多き機会になりました。

(柳沢)

保健所から見た医療コミュニケーション研修

静岡市保健所では、平成15年度から「医療安全相談窓口」を設け、平成19年4月には医療法の改正により「医療安全支援センター」として、医療従事者向け研修や市民・患者への情報提供など、よりよい医療を目指した活動を行っています。

その1つとして、患者や家族からの医療に関する相談を受けており、患者・家族側と医療者側とのコミュニケーションギャップが、満足のいく医療を受けられない原因の一つになっていると感じています。これは、医療者側の説明不足だったり、患者や家族の気持ちと医療者の認識のずれであったり、些細なコミュニケーションの不足から起こっていることが少なくありません。

医療者側の努力が報われ、患者や家族にとっても安心して納得のいく医療が受けられるようにするためには、医療側と患者側とのコミュニケーションが欠かせないものだと考え、平成20年から、主に病院を対象として、模擬患者を用いた医療コミュニケーション研修を開催しています。こちらの研修開催に

あたっては、静岡医療コミュニケーション研究会様に全面的な御協力をいただいています。

これまで、静岡市保健所では延べ23回の研修会を開催しています。事前に病院側との細かな打ち合わせを行い、病院の実情に合った場面設定をし、SMCの模擬患者さんには非常にリアリティのあるロールプレイを実施していただいています。

参加者のアンケートから、「模擬患者等にリアリティがあり参考になった」、「普段聞けない患者や患者家族の心の内を聞くことができた」などの声が寄せられており、日頃の患者や患者家族とのやりとりを振り返るきっかけとなり、よりよいコミュニケーションを考えていただく良い機会になっていると感じています。

今後も、患者や患者家族が安心して納得のいく医療を受けられるよう、その一助となることを目的に、医療コミュニケーション研修の開催を続けていきたいと考えています。

SMC研修会

平成27年10月25日、岐阜大学医学教育開発研究センター長の藤崎教授をお招きし、毎年恒例の研修会を開催しました。今回は、医療コミュニケーションと教育をメインにお話いただきました。ポイントは『いくら知識、手技が優れていても、患者さんからやや立ち入ったくらいの情報が得られなければ結局は治療にも差し支える』ということ。

コミュニケーションスキルは、医療従事者にとって必須の能力といえます。患者さんからのとっさの発言に、タイミングよくふさわしい言葉がけができるようになるには練習が必要です。学生さんは、臨床実習に出る前に模擬患者を相手とするOSCE試験を受けます。初回面談の進め方や、疾患や治療についての簡単な説明ができるスキルを確認することが目的です。日本ではOSCEは1990年代に取り入れられ、最近では医学、薬学、看護系の分野でも定着しつつあるということでした。

模擬患者（SP）側に求められることとしては、

SPの質やシナリオの質を標準化することを教えていただきました。SPは患者像を明確にするために、リアリティを要します。立ち位置をしっかりと定め、内面から役作りをしていかなければなりません。OSCEではシナリオ通りの応答が求められるため、シナリオをよく理解することも大切です。

SMCの定例会ではシナリオ検討から練習までを行い、各担当者から情報のフィードバックもあり、充実した活動を続けています。今後も患者さんと医療従事者の関係をよりよく築くためのお手伝いできればと感じました。

（秋本）



平成27年度 SMCの活動

月 日	活 動 内 容
平成27年 4月 5日	平成27年度 SMC総会 (静岡市中央福祉センター)
4月 6日	新規採用者研修会へのSP派遣 (静岡県立総合病院)
6月20日	PCC-OSCEへのSP派遣 (浜松医科大学医学部)
8月 8日～9日	LPC国際フォーラムに参加 (聖路加国際大学)
9月10日	保健所主催研修会への講師およびSP派遣 (清水富士山病院)
9月19日	静岡県立大学「CRC特論」への講師およびSP派遣
10月25日	SMC研修会 (教育会館すんぷらーざ)
11月18日	保健所主催研修会への講師およびSP派遣 (静岡市立静岡病院)
12月 5日	OSCEへのSP派遣 (静岡県立大学薬学部)
平成28年 1月16日	SMC主催 市民公開講演会 (静岡市中央福祉センター)
1月20日	浜松医科大学「医学概論」へのSP派遣
2月20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)

OSCEに男性SP登場!

静岡医療コミュニケーション研究会は、浜松医科大学医学部のOSCEに平成12年からSPとして参加しています。また、静岡県立大学薬学部のOSCEには、平成21年に試験が開始される前のミニトライアルに平成18年から関与しています。このような状況の中で、今回、初めて男性のSPが登場しました。

飯森さんは、平成27年12月に開催された静岡県立大学薬学部のOSCEで、医療面接の1レーン、十数名の学生を担当しました。会員の大多数は女性ですが、今後も男性SPが活躍する機会を増やしていきたいと思っています。(鈴木)



※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。

【連絡先】 静岡医療コミュニケーション研究会 代表 鈴木 崇代

〒420-0961 静岡市葵区北3-29-27 TEL 054-247-7277

SMC ホームページ URL <http://www.smc-jp.com/>