

S・M・C

Shizuoka Medical Communication

市民公開講演会

「ひとりじゃないよ、あなたは…これからの介護」

講師 杉森幸恵氏（静岡県認知症指導者）

平成23年9月10日（土曜日）、静岡県認知症指導者の杉森幸恵氏を招いて、「ひとりじゃないよ、あなたは…これからの介護」と題し、もくせい会館で講演をして頂きました。

認知症患者は失敗や上手くいかないことを周囲から指摘され、「おかしい、何か変だぞ…」と本人が一番先に気づく。そして初期は「どうせ忘れるなら、全部忘れたい。」と様々なことを忘れていく自分を辛く感じ、引きこもりやうつ、自殺に至る方も多いうことです。

私自身も認知症の父を約6年間、在宅介護しました。父も発症当時は沈みがちで、毎日悲しそうな表情をしていたことを思い出します。認知症の行動・心理症状（徘徊、幻覚など）は、心身のバランスが崩れてストレスが加わることで起こる反応です。介護は本人も家族も綱渡りです。常に心身のバランスを保てるとは限りません。時には綱から落ちてしまいそうになることもあります。先の見えない暗いトンネルに迷い込んでしまった気持ちです。

家族介護はお互いにわがままが出てしまうこともあります。誰も家族が不幸になることを望んでいるわけがありません。思いが強いからこそわがままになってしまい、愛があるからこそ看ている家族は辛いのです。

在宅介護をしている人の約4割がうつになっているそうです。在宅で介護を行うための大前提は、介護する人が心身ともに元気であることです。認知症で記憶力の衰えや身体の一部の機能が失われてしまっ

たとしても、今まで大切に思っていたその人であることに変わりはないのです。

介護は、家族がひとりで背負わず頑張りすぎないこと。そのために使えるサービスは全て利用していきましょう。家族よりプロが介護するほうが、活き活きと過ごすことができるケースもあるそうです。

介護している家族の気持ちを理解し、家族がギブアップする前に心の支えとなる“周囲の支援”がとても大切だと改めて感じました。周囲の人が自然に手を差し伸べられる社会、支えあうことがあたりまえの社会、そんな社会になることを期待します。

最後はサザエさんのテーマ曲を歌いながらの簡単な踊りも指導して頂き、講演が終わるころには、心が温かくなるのを感じました。

ご講演頂いた杉森先生、聴講にご来場下さった皆様に深く感謝致します。ありがとうございました。

（栗田）



SMC研修会でSPデビュー

私が研修会で模擬患者（SP）を演じるのはこれが初めてだった。私はこれまで主として医学部の学生を相手に最長10分程度の持ち時間でSPを演じてきた。今回はベテランの看護師を相手に持ち時間12分の設定で、「私は〇〇〇、75才。2泊3日の胃と大腸の内視鏡検査の為に入院。胃の内視鏡検査が終わり、看護師が大腸の内視鏡検査の説明に来た」というシナリオである。事前の練習では、ベテラン看護師が相手では、患者側にいろいろな疑問や不安、希望などがあっても、このシナリオではあつという間に説得されて終わってしまうのではないかとこの批評だったので、大分緊張した。そのせいかプレイし始めるとシナリオの半分も進行しないうちに、持ち時間12分が過ぎてしまった。プレイ後のSPのフィードバックも、まだ研修の一環なのに、それに相応しい事を言うことが出来ず、会場から色々なご意見をいただいた。最終的には、藤崎先生よりシナリオを変更するよう



う具体的に指導していただいた。今後は、それに従って変更したシナリオで、本番の看護師会に備えてもっと練習するつもりである。(小川)

OSCEデビュー

SMCの活動に参加するようになって初めてSPとしてOSCEデビューしました。シナリオを全て頭に入れるよう何度も読み返しては、想定された質問に対しての回答も丸暗記するように、何度も読み返していました。自分だけで行う練習はどうしても自分で考える質問になってしまう為、他の人に学生さんの役になってもらい、シナリオの中の何かを質問してもらうなどしてシナリオを頭に入れるようにしていました。

私の心配事は、『学生さんは決められた質問をしない』という部分でした。想定範囲外の質問に答えられるかどうか心配でした。心配していた事は見事に的中しましたが、シナリオの中にある範囲で答えることが出来ました。

実際にSPとして入ると、学生さんではなく自分の方が試験をされているような気分になり、シナリオが一部真っ白になり緊張が高まりましたが、なんとかその場は乗り切ることが出来ました。

OSCEを通して感じたことは、SPになりきる大切さでした。定例会で打合せをして、掘り下げた人物像を作り上げることは必要不可欠だと感じました。また、OSCEデビューする前に、一度OSCEの見学をして全体の様子を見ておくことも大切だったかなと感じました。

SPの難しさは、学生によって受け答えの仕方が違ってはいけないという事と、SPとしてバックグラウンドの情報を学生に話すタイミングです。学生さんによっては、「もう少し情報を伝えてもいいのかな」と思う場面が試験時間の始めの方にあり、答えを引き出すのに有効な質問だったのに、「こんなに早く答えてしまってもいいものか」と困惑してしまいました。今後は今回の事を踏まえて、私自身がSPの勉強をして経験を積み、よりよいSPになることを目指したいと思います。またそれにより医療のコミュニケーションが向上することに少しでもお役に立てたらいいなと思います。(森)

薬剤師研修会に参加して

日本医薬品卸勤務薬剤師会静岡県支部では、毎年4回ほどの研修会を開催し、医薬品に関連した話題を臨床の立場から、あるいは行政の立場から学ぶ機会としています。以前に当研究会で一緒に活動していた杉山寛子さんは、この研修会を計画する役員の一人数です。杉山さんからのご依頼により、平成23年9月13日、医療コミュニケーションをテーマにした研修会を開催しました。参加者は36名で、幅広い年齢層からのご参加でした。

始めに、いつもの「患者とのコミュニケーションの基本」を解説しました。今回の研修者は、直接患者さんと関わる仕事ではありませんが、医療者がこんなことにも配慮している事を知っていただきたいとお話しました。

ロールプレイは、保険薬局の窓口での場面としました。一つのシナリオを二人の方にやっていただき、それぞれの薬剤師の対応による患者の反応の違いを参加者全員で共有してから話し合いました。共感を伝える一言がその後のコミュニケーションの形成に大きな意味を持つことに気付いていたのであれば、今回の研修の目標達成です。

皆の前でロールプレイしていただいた大学を卒業したばかりの女性は、「学生時代にやったことはありましたが、模擬患者相手は初めてだったので緊張しました」との感想でした。もう一人の薬局勤務の経験のある男性は、「患者対応を懐かしく感じました」とのこと。お二人共、優秀な薬剤師さんでした。

私の方が久しぶりのファシリテーターで緊張しましたが、良い経験をさせて頂きました。(鈴木)

ただ今、育児休業中！

SMCに入会し、8年になります。学生だった私は、社会人になり、結婚し、母になりました。

SMCと初めて出会ったのは、私が大学生の時。授業で模擬患者を使った講義が行われたことがきっかけでした。みんなの前で、薬剤師の研修生をさせていただきました。病室という設定で、ノックをした瞬間から、その場が病室になり、講義室でしかもみんなの前だということを忘れたことを今でも思い出します。

その後、社会へでて薬剤師として働いていく中で、SMCの模擬患者の研修で学んだことを生かし頑張っ

てきました。

ただ今、育児休業中。二児の母となり、SMCに参加する機会はかなり減ってしまいましたが、これからも細々と参加して

いきたいと思っていますのでよろしくお願いします。

(上原かよ子)



外から見た静岡医療コミュニケーション研究会

私はSMCのホームページを担当させて頂いていますが、「会員ではない人からSMCはどんな風に見えるか」を知りたいということでしたので、私なりに書かせて頂きます。

SMCとの出会いは、当時静岡県立総合病院に在籍されていた山田さんを通じてでした。私は県総の記念誌やパンフレット制作などの為に、緩和ケア病棟の様子を撮影することがあり、その時にお世話頂いた、笑顔の印象的な師長さんが山田さんだったのです。その後、山田さんも私を覚えてくださって、SMCのホームページ制作に力を貸してほしいとお声掛け頂きました。

ホームページは文章と画像で、その会社や団体等の概略とイメージを、小冊子の様に組み立てたものをウェブ上に表現するものです。一般的な仕事のイメージと違い、SMCのイメージを掴みあぐねていた折、会長の森田さんが定例会にお誘い下さいました。

いつも定例会や講演会などに出席させて頂き思うことは、ボランティア活動をされている会員の皆さんに対して「なぜ、出来るのですか？」「なぜ、続けられるのですか？」「なぜ、一生懸命なのですか？」ということです。SMCには、年間たくさんの依頼件数があるようで、活動は本番（ロールプレイ）、その本番に備えての打合せやシナリオ検討、練習などがあり、それを真摯にやり遂げている姿には頭が下がります。

ご自分のお仕事を精一杯されている上に、SMCの活動も率先して役割を果たされています。患者さんの立場になって考える、医療側の事を患者さんに伝える…… 真剣な話し合いなど、そのパワーは何か

礎になっているのでしょうか。医療に携わる人たちは、本質的に心がけが違うのでは？と常に感じています。

また、忌憚のない発言が飛び交う中、和気あいあいと活動されている様子には、それぞれがお互いの立場を理解し、信頼し合っているのだと感心させられ、ベテランさんだけでなく、若い会員さんの頼もしさや優しさも感じられます。

PCに向かってデザインしている私は、定例会などに部外者として出席しているのに、皆さんは仲間のように接して下さり、居心地良く過ごさせて頂いています。そんな、この研究会が私は好きです。いつぞや、「いっそのことSMCに入会しませんか！？」と、嬉しいお言葉を掛けていただきました。でも、私には皆さんのように（このボランティア活動に）お役に立てる根性がないので、傍観者としておいて頂き、皆様のご希望にそえるようなホームページの維持と管理に努めたいと思っています。SMCのこれからのご継続と益々のご発展をお祈りいたします。

(羽田ヒロ子)



平成23年度 SMCの活動

月 日	活 動 内 容
平成23年 4月10日	平成23年度 SMC総会（中央福祉センター）
4月13日	新人研修会へのSP派遣（静岡県立総合病院）
5月20日	新人研修会へのSP派遣（静岡県立総合病院）
6月23日	GSK医薬品開発ワークショップへの参加
9月10日	市民公開講演会「ひとりじゃないよあなたは…これからの介護」（もくせい会館）
9月13日	研修会への講師およびSP派遣（医薬品卸勤務薬剤師会静岡県支部）
9月17日	CRC特論への講師およびSP派遣（静岡県立大学）
10月 6日	研修会への講師およびSP派遣（第一駿府病院）
10月 9日	SMC研修会（中央福祉センター）
10月12日	研修会への講師およびSP派遣（静岡てんかん・神経医療センター）
11月11日	研修会への講師およびSP派遣（静岡県看護協会）
11月17日	研修会への講師およびSP派遣（山の上病院）
11月19日	医学教育セミナーSP交流会への参加（千葉大学）
11月30日	研修会への講師およびSP派遣（清水厚生病院）
12月10日	OSCEへのSP派遣（静岡県立大学薬学部）
平成24年 2月 1日	浜松医科大学「医学概論」へのSP派遣
2月18日	OSCEへのSP派遣（浜松医科大学医学部）
2月18日	看護師研修会への講師およびSP派遣（富士宮市立病院）
毎月 1回	SMC定例会開催（中央福祉センター）

静岡県立総合病院では、静岡医療コミュニケーション研究会の模擬患者さんの協力のもと、研修医と新人看護師に、医療面談の研修を行っています。毎年4月に2回の研修会で、合計6回のセッションをします。

大学の医学教育の中では外来診療研修が限られた回数しか行われていませんから、医療面談トレーニングは戸惑うことが多いかもしれません。大勢の人の前で医療面談をするのも気恥ずかしいです。まして模擬患者さんは役者ぞろいですから、「あなたは酒をやめなさい。」って不慣れな医師が説得しても、すぐには聞いてはくれません。少し難しい病気の名前を説明すると、「それはどんな病気ですか、私はすごく悪いんですか。」と畳み掛けてきます。ずっと沈黙し続けることだってあります。自分の病状に落ち込んで、その後で興奮した患者さんのケースでは、患者さんが感情を昂らせて研修医の前に現れて、皆さんがビックリされました。医療者の心構えに気付いてもらえるエッセンスが凝縮した医療面談が、新年度の始まりに、大勢の新人さん達にプレゼント出来ていると思います。ご協力有り難うございます。（袴田）

【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

E-mail mrtmtk2000@hotmail.com H P <http://www.smc-jp.com/>