

活動報告

佐久大学公開講座

— 賢い患者になるための患者学 —

Saku College Public Lectures on Wisdom, Knowledge,
and Skills to Live Better When You Become a Patient
or a Caregiver of the Family Member with a Disease

細谷 たき子^{*1} 堀内 ふき^{*1} 坂江 千寿子^{*1} 萩原 拓也^{*2}

Takiko Hosoya, Fuki Horiuchi, Chizuko Sakae, Takuya Hagiwara

キーワード：公開講座，患者，家族介護，患者学

Key words : public lectures, patient, family caregiver, wisdom for a better life

要旨

平成27年度『地域ぐるみで取り組む賢い患者になるための「患者学」』の事業で、佐久大学公開講座「賢い患者になるための患者学」を全6回実施し、さらに、その講演内容を簡潔にまとめたガイドブック5000部作成し配布した。「患者学」とは柳田邦男氏の著書『元気が出る患者学』から引用した言葉であり、患者、あるいは患者家族として、健康の回復・維持にむけ、生活のなかで主体的に療養に取り組む考え方を指す。公開講座の参加者延べ数764名、参加アンケート協力者611名のうち、内容評価の「大変良い」77.2%、「やや良い」20.6%で好評を得、参加理由は「内容に興味がある」者が92.9%であった。本事業は大学と地域の連携を推進するものと位置づけられ、前年度に引き続き、平成28年度事業が進行中である。平成28年度は公開講座2回と新たに短時間の講話と大学教員、看護学生、住民の交流の場「こすもすサロン」のミニ公開講座を8回実施する。

I. 佐久大学公開講座「賢い患者になるための患者学」事業の目的

平成27年度長野県地域発 元気づくり支援金の採択を得て、『地域ぐるみで取り組む賢い患者になるための「患者学」』の事業に取り

組んだ。佐久大学公開講座はその事業の主要な位置を占めるものである。平成26年10月から翌年7月までの佐久商工会議所会報『さく』に連載された「戸惑う患者から賢い患者になるための道案内」の内容を発展させ、別の形態で地域の人々に伝えるために企画した。

受付日2016年8月10日 受理日2017年1月26日

*1 佐久大学看護学部 Saku University School of Nursing

*2 佐久学園総務課 Saku University General Management

「患者学」とは柳田邦男氏の著書『元気が出る患者学』から引用した言葉であり、患者、あるいは患者家族として、健康の回復・維持にむけ、生活のなかで主体的に療養に取り組む考え方を指す(柳田, 2003)。医療の主役は患者であるが、医療が高度に専門化し、技術が開発される中で患者が理解しにくい医療の専門用語は増えている。ほとんどの人は何らかの病気や怪我等で「患者」になり、医療者に自分の症状を伝える必要が出てくる。しかし、医療者とのコミュニケーションにおいて必ずしも相互に十分に伝わるとは限らない。

医療者による患者・家族への対応では、「困った家族」としているなかに、医療者側の説明をなかなか理解してくれない、たまに面会に来たら急に説明をもとめたり文句を言ったりする、方針が二転三転しそうになるなど、コミュニケーションがうまくいかない場合が含まれている。そのような場合、医療者は、「患者中心の概念」で「できる限り、患者や家族のリクエストに応えるように努力すること

からはじめるように」(大西, 2006)と述べられている。また、地域に密着した医療の実例のなかで、コミュニケーションのうまくいかない例のほとんどは、ちょっとした行き違いによることが多く、医師に「様子を見ましょう」といわれ、患者や患者家族が「放置」と勘違いしてトラブルになる例も少なくない(小野村, 2005)と報告されている。

患者側としては、病気の治療をできるだけ効果的に受けるために、病気に備えて普段から自分でできることを知り、また緊急の場合に医療者に必要な情報をどのように準備したらよいのかなど、努力することは自分のためであり、かつ家族のためでもある。高齢化社会の中で、認知症外来のニーズが高まっている。そこで、平成27年度の公開講座は自分あるいは家族が認知症の疑いで受診する場合の知恵や、そのほか、がんの受診、小児の受診、服薬のことなど、コミュニケーションに重点をおいてプログラムを組んだ。平成27年度実施のプログラムの詳細は表1のとおり

表1 平成27年度 佐久大学公開講座プログラムと参加人数

回 日程	テーマ・講師	参加人数
第1回 7/2(海の日)	「賢い患者になるために / 服薬に困ったときには」 佐久大学 堀内ふき / 佐久薬剤師会 花岡幹郎	101
第2回 8/29(土)	「小さい子どもの日常と受診」 佐久大学 橋本佳美	43
第3回 9/19(土)	「がん治療のための受診と暮らし」 佐久大学 水野照美	46
第4回 11/3(文化の日)	「元気が出る患者学」 評論家 柳田邦男	287
第5回 11/28(土)	「認知症の予防と診断」 佐久医師会 田畑賢一	196
第6回 1/23(土)	「シンポジウム 賢い患者になるための地域支援」 佐久大学 盛岡正博 佐久市保健師 油井久美子 佐久中部地域包括支援センター 仁科隆子 佐久の地域医療を考える会 岩井達夫 市民 小林茂松	91
	合計	764

である。専門職の講演のみでなく、市民も情報発信できるプログラムを企画した。

平成28年度は、患者学を広く知ってもらい医療を賢く受けるための情報提供はそのまま継続し、さらに事業内容を発展させた。前年度の評価アンケートの声を活かし、人々の交流を含めた企画を新たに追加した。賢い患者になるための情報が提供され、そのうえに専門職と住民、学生と住民、住民同士の交流ができる場を「こすもすサロン」と名付けた。「こすもすサロン」は、ミニ公開講座であり、さまざまなテーマの専門職による情報提供や、体験学習、市民からの講話と、飲食しながらの談話を含めた1時間程度のプログラムであ

る。本論はこれら1年半にわたる事業活動について報告する。

Ⅱ. 事業実施の内容と実施プロセス

平成27年度事業では、市民向け公開講座を全6回実施し、参加費は無料とした。平成27年度佐久大学公開講座プログラムと参加人数の詳細は表1のとおりである。参加者延べ数は764名であった。さらに「医療を受けるときのガイドブック」を5,000部作成し、配布は医療機関、薬局を通して地域住民へ届けた。本事業費総額は2,006,033円であり、その3/4の額は長野県地域発 元気づくり支援

表2 平成28年度 公開講座・こすもすサロン プログラム

回 日程	公開講座テーマ・講師
第1回 10/22(土)	「がんの病児と共に生きる家族」 聖路加国際病院小児科特別顧問 細谷亮太
第2回 12/18(日)	「認知症をのりきるユーモア」 日本笑いヨガ協会代表 高田佳子
回 日程	こすもすサロン ミニ公開講座テーマ・講師
第1回 6/17(金)	「足の健康法: 靴の正しい履き方、選び方; 転ばないために」 佐久大学 小野澤清子、吉田和美
第2回 7/15(金)	「自分でできる足のトリートメント」 佐久大学 小野澤清子 吉田和美
第3回 8/5(金)	「乳がんの自己検診法」「若い世代と乳がん」 佐久大学 4年学生 水野照美
第4回 8/26(金)	「いきいき健診」「生活習慣病の予防」 佐久大学 4年学生 宮崎紀枝
第5回 9/16(金)	「子どもの病気を予防するこつ」 佐久大学 鈴木千衣
第6回 10/14(金)	「子育ての仲間」 佐久大学 橋本佳美 響きあう命の力理事長 清水佐登子
第7回 11/18(金)	「転びにくい住まい」 佐久大学 浅野均
第8回 2019/1/20(金)	「がんと暮らし・仕事」 佐久大学 水野照美

金を得た。本公開講座の運営は、地域連携委員会活動の一つとして位置づけられている。

「医療を受けるときのガイドブック」は、B6サイズ、30ページの手軽に持ち運びできる形態とし、公開講座で情報提供した内容から簡潔に編集した。目次に含まれた内容は、「受診のためのコミュニケーション」「薬に対する自己決定」「服薬に困ったときには」「小さい子どもの受診」「受診が苦手な子ども」「頼りになる仲間」「がん治療に向かうときに直面すること」「がん治療を受けるときの体調と暮らし」「がん治療を受けるときの気持ちと暮らし」「認知症かな？と思った時の受診」「認知症の予防」「医療者を育て、最期を見据えた賢い患者になるために」であり、受診時にメモするための「受診メモ」と受診に必要な自己の情報を記載しておく「私のページ」を付け加えた。

平成28年度は、『地域ぐるみで取り組む賢い患者になるための「患者学」』を継続事業として、平成28年度長野県地域発 元気づくり支援金および平成28年度佐久市まちづくり活動支援金(佐久っと支援金)の採択を得て実施している。平成27年度から引き続き、公開講座を全2回と、「こすもすサロン」のミニ公開講座を全8回予定している。この事業には前年度同様に佐久市、佐久商工会議所からの後援も得ることができた。プログラムの詳細は表2のとおりである。

Ⅲ. 公開講座の評価

平成27年度公開講座終了直後に実施したアンケート調査は、延べ回収数が611名、回収率80.0%であり、結果は図1に示すようであった。参加者の性別は男性28.0%、女性72.0%、年齢は50歳未満31.6%、60歳代32.6%、70歳以上35.8%、参加者の居住地域は佐久市内69.6%であった。公開講座の内容の評

価については、大変良い77.2%、やや良い20.6%、やや良くない1.8%、良くない0.4%であった。参加理由(複数回答)については、608人のうち内容に興味ある92.9%、大学に興味ある11.2%、距離的に近い15.8%等であった。「内容に興味あり」が92.9%で多数を占め、かつ、内容評価の「大変良い」「やや良い」を合計すると97.8%が肯定的な受け止め方をしていたことから、本事業で提供された情報は参加住民に好評だったと判断できる。

プログラム中に最も参加が多かったのは、柳田邦男氏の講演「元気が出る患者学」であった。柳田氏の講演に、療養中の患者にもユーモアは大切な生きるエネルギーであるとの話があった。例えば、早朝、夜勤明けの医師が回診のために患者のベッドサイドに顔をみせたとき、末期の患者が医師に「先生、顔色が悪いですね。大丈夫ですか」と尋ねた。「そうですね。疲れて…」と医師と患者の立場が逆転したことで笑いがうまれ、患者にとってはほっとする時間となる。病床にあっても、素直に笑えるときが必要と、納得できる内容であった。そこで、病気を乗り切るユーモアを平成28年度の講演テーマにも取り上げることとなった。

全プログラムをとおして参加者アンケートには、「病気、病院との向き合い方の参考になった」「病院でのメモ、薬局での相談など、なるほどと思うことがあった」などのコメントがあり、病気にかったときの備えを考える機会となったことが伺えた。

公開講座当日の運営方法では、講演内容についての質問用紙を事前に配布して回収し、その質問をとおして、講師と参加者との双方向でのやりとりができるように配慮したところ、「質疑応答がわかりやすくよく理解できた」との声があった。これらアンケート評価からは地域住民への情報提供のインパクトがあったことが認められる。

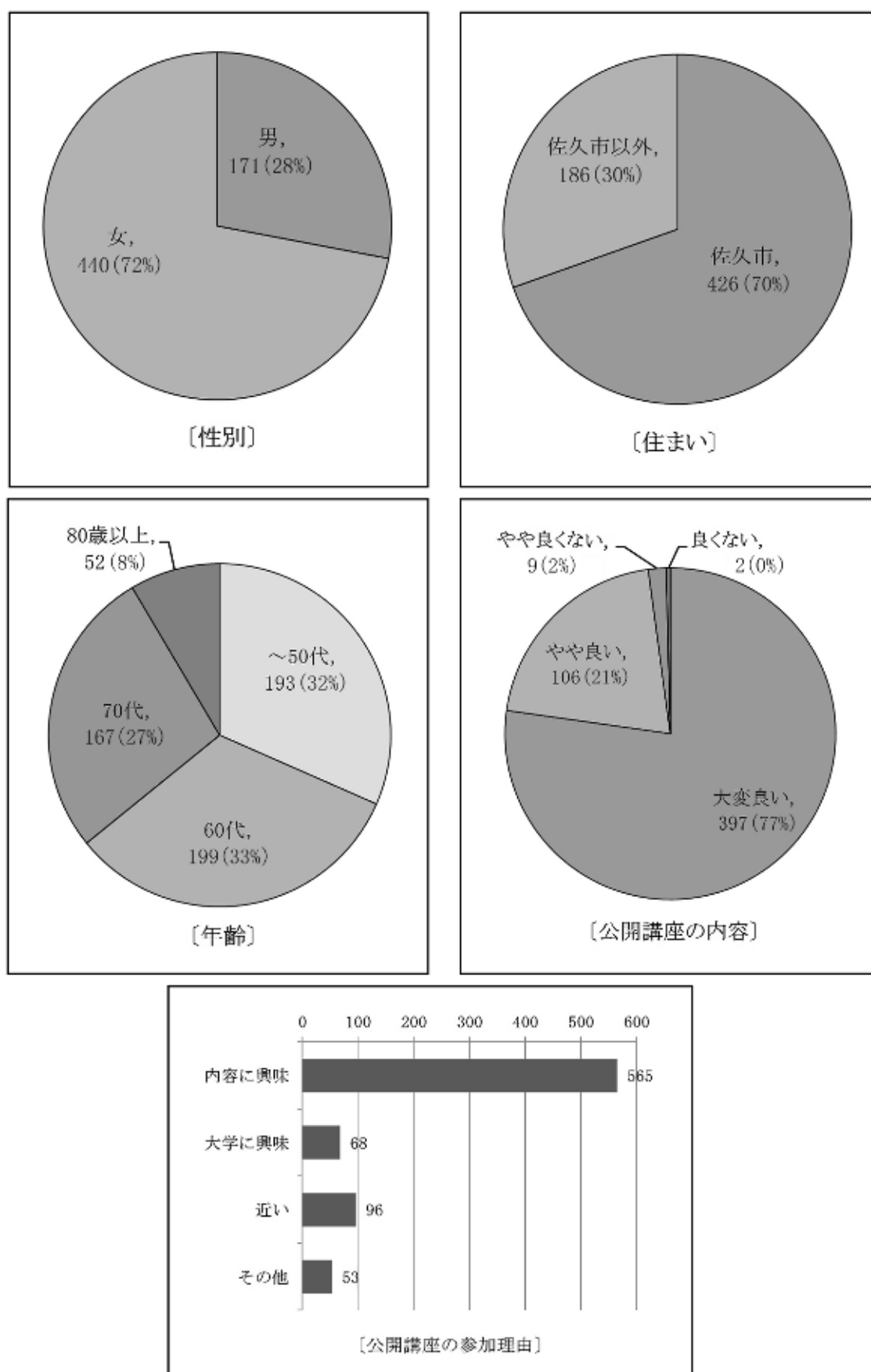


図1 平成27年度公開講座アンケート集計結果(複数回答)

[illegible]

平成27年度 公開講座ポスター(前半)

2015 佐久大学公開講座

「賢い患者になるための『患者学』」

最近医療に携わる者には
自分自身が必要で
受診するときに
あなた自身は健康なうちに
何を求めているのかを
「患者学」としての知識が必要で
「患者学」公開講座を
開講します。

佐久大学公開講座

各回とも 14:30~16:30

開催日	内容(テーマ)	講師
7/20 ①	賢い患者になるために 患者に困ったときには	堀内 小春 佐久大学 看護学部長 花岡 智恵 佐久大学名誉教授
8/29 ②	小さい子どもの日常と受診	佐々木 佳実 佐久大学 小児看護学教授
9/19 ③	がん治療のための 選択と暮らし	水野 英夫 佐久大学 がん看護学教授
11/3 ④	元気のつくる患者学	棚田 純男 パナソニック健康 研究所
11月(予定)	医師と患者	笠岡 久夫 名誉教授

**2016年
1月(予定)**

診療長方々を交える施設
(シンポジウム)
賢い患者を考える

佐久大学
健康学部長 笠岡 久夫
佐久大学
看護学部長 花岡 智恵

会場 佐久大学
健康学部長 笠岡 久夫
佐久大学
看護学部長 花岡 智恵

受講無料
(お申し込み要)

佐久大学

〒985-8580 山形県山形市
大町 1-1-1
TEL: 0235-88-8888 FAX: 0235-88-8888

〒985-8580 山形県山形市
大町 1-1-1
TEL: 0235-88-8888 FAX: 0235-88-8888

[illegible]

平成27年度 公開講座ポスター(後半)

2015 佐久大学公開講座

『賢い患者になるための「患者学」』

あなたは健康なうちから
何を学ばなければおきますか？
「患者学」の基礎に立つて

自分自身を愛む
愛する者のために

急な急移に備える術に
自分自身を愛む

会場 **佐久大学講堂**

開催日	内容(テーマ)	講師
11/3 14:30~16:30 会場: 講堂	元気が出る患者学	棚田 雅男 ノンフィクション作家 作家
11/28 13:30~15:45 会場: 講堂	認知症予と 身体活動・運動	黒田 真幸 15年ほど身体教育研究が専門の教員
11/28 14:45~16:30	認知症の予防と診断	佐藤 貴一 認知症予防・認知症専門医 認知症予防専門医・認知症専門医
2016年 1/23 14:30~16:30 会場: 講堂	シンポジウム 賢い患者になるための 地域支援、専門職と 住民の立場から	佐藤 正樹 学術顧問・学術顧問 佐藤 久美子 学術顧問 佐藤 隆子 学術顧問・学術顧問 佐藤 隆子 学術顧問・学術顧問 佐藤 隆子 学術顧問・学術顧問 佐藤 隆子 学術顧問・学術顧問

受講無料
(お弁当あり)

佐久大学
佐久平国地域連携推進センター
〒952-8588 TEL: 0267-68-6680 FAX: 0267-68-6687
http://www.kazoku-u.jp

Ⅳ. 佐久大学公開講座と地域連携、および今後の方向性

平成27年度・28年度の佐久大学公開講座とこすもすサロンのミニ講座は、地域住民に大学の活動に興味を持ってもらうとともに、存在を知ってもらうきっかけとなり、佐久大学と地域との連携を進めるうえで有効な活動だったと言える。特に平成27年度の公開講座については、全部で764名が参加し、しかも約3割が佐久市以外からの参加者であったということで、佐久市は勿論のこと、大変多くの地域住民に大学の周知が図れたと考えられる。

その上で平成28年度には、こすもすサロンを開設し、地域住民が互いに交流でき、学生たちとの交流も可能になるように、「生活の知恵」を学ぶ場としてミニ講座を実施しているところである。こすもすサロンについては、住民への周知が現段階で十分とはいえないが、参加者の中には、新聞記事を見て初めて大学に来てみたというような声も聞かれている。今後これらのミニ公開講座の開催を継続的に進めることによって、住民に支持され、活用される大学を目指していく。

大学の使命は、高等教育における教育と研究の場であることは揺るがないが、今日の大学は、学生のためだけの特別な場所ではなく、

地域交流が出来る場所として機能していくことが求められている。すなわち地域連携のなかで、大学にある様々な「知」が地域で役割を果たすことがもとめられている。しかし、地域連携は大学側から発信されるということばかりではなく、大学教育への地域の人々の支援を受けて成り立つことを忘れてはならない。さらに、この地で学生時代という多感な時を過ごす学生たちが、日常的に地域の人々から受ける支援は計り知れないものがあると実感する。大学が地域に開かれ、大学と学生と地域が互いに交流できたなら、より良い地域となり、大学は勿論のこと、学生にとっても有意義な生活が過ごせるものと考えている。

平成28年度の事業は進行中であるが、さらに充実した地域連携となるように、検討を進め、これが、継続的な活動として根付いていけるように努力していきたい。

引用文献

- 小野村健太郎(2005). 地域に密着した医療の実際例:「患者塾」の試み. 日本臨床内科医会会誌, 20(1), 79-80.
- 大西弘高(2006). 患者, 患者家族をめぐって起こるトラブルへの対応: 困った家族. 臨床研修プラクティス, 3(1), 18-22.
- 柳田邦男(2003). 元気が出る患者学. 新潮新書.