

2. 今年度事業実績報告

2-1 病院内での“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”講習会

①日本財団助成による難病コミュニケーション支援構築事業

－病院内での“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”講習会開催報告

日本ALS協会 コミュニケーション支援委員 本間里美

◆ 目的

ALS 等の呼吸器をつけた神経難病患者にとって、レスパイトを含む入院において自身の意思を瞬時に伝えることができる口文字、文字盤等の“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”は必要不可欠なツールである。また、入院中に医療的ケア、リハビリテーション、身体介護を行うスタッフにとっても、自身の提供する行為が当事者に不快なく行えているか、当事者の希望を瞬時に把握するために簡便な方法といえる。

しかし、現在この“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”の病院内スタッフの認知度は低く、また知っていても実際に活用した経験が乏しい。そのため、言語発生によるコミュニケーションが困難な当事者にとって入院はこの上ない苦痛といわれることが多い。

本事業の目的は、当事者が講師となり病院内において“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”講習会の継続した開催を行うことで、レスパイト等で短期的に入院をした当事者に対し、病院スタッフが口文字、文字盤の単語レベルでの読み取りを可能にすることである。

◆ 方法

1. 開催病院の選定と経緯
2. 開催病院での事前ミーティング
3. 全体講習会
4. 個別講習会
5. 受講証について

1. 開催病院の選定と経緯

本事業は、当初の予定には組み込まれていなかった。コミュニケーション支援委員長である深瀬和文がレスパイトとして利用している病院側から、病院での口文字講習会開催の案を持ちかけられたことが起点となり病院の全体講習会のイベントとしての枠組みとしての共同開催となった。モデルとなった病院は神経内科病院で外来とレスパイトでALS等の難病患者も受け入れている病院であった。

2. 事前ミーティング

1) 開催日程

2017年8月4日（金）13:00-15:30/さっぽろ神経内科病院

2) 参加者

西山和子（看護部長）

池田枝里 地域連携部地域連携課長 看護師長

堀田弘伸 リハビリテーション科課長 言語聴覚士

本間里美 コミュニケーション支援委

深瀬和文 コミュニケーション支援委員長

江口健司 口文字指導ヘルパー

計 7 名

3) ミーティング内容

① 開催場所

医療法人セレス さっぽろ神経内科病院

〒0650021 札幌市東区北 21 条東 21 丁目 2-1 1 F カフェスペース

② 研修会の位置づけの確認

病院の指定研修に位置付ける。そのため、開催日程は多くの参加者が見込める平日業務終了 1 時間とする。理事宛の依頼文提出を行った

③ 対象の確認

開催病院内スタッフ

→コミュニケーションは全スタッフが必要という理念の基、医師、看護師、介護士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、事務職等すべてのスタッフ対象の研修にする。

※他の神経内科病院のスタッフを招待する（次につなげるため）

※北海道 OT 協会、PT 協会、ST 協会担当者への声掛け

→病院外参加者についてはコミュニケーション事務局で把握

→招待先はコミュニケーション事務局で対応

④ 全体講習会日・開催時間・プログラムの決定

⑤ 個別講習会日候補・開催時間・プログラムの決定

⑥ その他準備物等の確認

(a) 当日の取材の可否

(b) 全体講習会参加予定人数

(c) 広報：チラシを準備し院内の案内版と配付用作成

(d) 参加者名簿等の管理、把握：院内・院外

(e) 院内準備物：プロジェクター／椅子

(f) 事務局準備物（依頼文／チラシ受講証／単語カード（全体講習会／個別講習会用）

3. 全体講習会

1) 目的

“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”の周知

2) プログラム内容（資料参照）

開会の挨拶 さっぽろ神経内科病院 委員長 5 分

本事業の概要と“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”説明 10 分

日本 ALS 協会 本間里美

当事者の生活について 10 分 コミュニケーション支援 委員長 深瀬和文

深瀬さんの口文字方法の説明 10 分 深瀬担当ヘルパー 講師 江口健司

代表者体験 5 名程度 20 分

→5名程度に前にでてきてもらい体験してもらおう。

閉会の挨拶 さっぽろ神経内科病院 看護部長 西山和子 5分

4. 個別講習会

1) 目的

定期的に当事者と口文字体験できる状況をつくり全体講習会で学んだことの定着を目指した。

2) 開催時期

全体講習会の次の週よりスタート。2週間 2-3回計 15回開催した

3) 開催場所

さっぽろ神経内科病院 1F カフェスペース

4) 開催時間

17:30-18:30

5) 参加者の調整

1回の参加者は10名程度とした。病院内からの参加希望者は7名以内とし病院側で把握調整を行った。病院外からの希望者はコミュニケーション事務局にて対応した。

6) プログラム

ポイント獲得制で受講証(参考)を活用し自身のレベルで当事者と挑戦し当事者が合否を決めることとした。

5. 受講証について

3) 目的

参加者の目標設定や一つの指標として以下の10項目をあげた。個別講習会に頻回に通ってマスターを目指すでもよし、ビギナーレベルをめざすでもよしと参加者が少しでも興味を継続し楽しんで参加してもらい意味合いも含む。また、参加者への定着状況が把握できる。

.....

<初級>

日本 ALS 協会が主催するローテクコミュニケーション支援講習会に参加した。

読み手が母音を発生してスタートする方法(口文字盤)について理解した。

患者の母音を読み取る方法(口文字)について理解した。

透明文字盤の使い方について理解した。

「あいうえお」表を横にすらすら暗唱できる。

口文字で3単語レベルを読み取れた。

<中級>

口文字で4単語レベルを読み取れた。

口文字で5単語レベルを読み取れた。

<上級>

口文字で長文を読み取れた。

.....

◆ 開催実績

1. 全体講習会

- 1) 日程：9月19日（火）
- 2) 場所：さっぽろ神経内科病院 1F カフェスペース
- 3) 時間：17:30-18:30
- 4) 参加者：院内51名/院外27名 計78名
- 5) プログラム（資料参照）
- 6) アンケート結果（資料参照）

2. 個別講習会

- 1) 日程：9月26日（火） - 12月21日（木）の3ヶ月で計15回開催
- 2) 場所：さっぽろ神経内科病院 1F カフェスペース
- 3) 時間：17:30-18:30
- 4) 運営と役割
 当事者講師 1名
 支援者講師 1名（深瀬担当ヘルパー3名の内その日のシフトの人1名）
 院内参加者マネジメント 1名 病院担当者
 受付・資格達成者状況把握 1名 ALS協会北海道支部役員 4名で担当制
 院外参加者状況把握と全体マネジメント 1名 コミュニケーション事務局
- 4) 参加者延べ人数：144名（院内101名/院外40名）
- 5) 資格達成者
 初級96名/中級34名/上級8名 見学のみ 6名
- 6) 個別講習会実績詳細

回目	日程	当事者講師	講師ヘルパー	院内参加者	院外参加者	見学	初級			中級		上級	受付
							3単語クリア	4単語クリア	5単語クリア	長文クリア			
1回目	2017年9月26日	深瀬	江口健司	9	5	0	14	0	0	0	0	橋本	
2回目	2017年10月3日	深瀬	江口健司	8	3	0	7	1	0	0	0	鹿野	
3回目	2017年10月5日	深瀬	江口健司	7	1	0	6	2	0	0	0	松田	
4回目	2017年10月10日	深瀬	江口健司	9	1	0	7	3	0	0	0	松田	
5回目	2017年10月19日	深瀬	江口健司	9	0	0	9	0	0	0	0	松田	
6回目	2017年10月31日	深瀬	江口健司	7	1	3	5	2	1	0	0	松山	
7回目	2017年11月2日	深瀬	江口健司	7	0	0	2	3	2	0	0	松田	
8回目	2017年11月7日	深瀬	江口健司	5	3	0	4	0	4	0	0	松山	
9回目	2017年11月14日	深瀬	江口健司	5	3	0	4	0	2	2	0	鹿野	
10回目	2017年11月16日	深瀬	江口健司	8	0	0	4	1	2	1	0	松山	
11回目	2017年11月21日	深瀬	深瀬ひさり	4	7	0	9	1	0	1	0	松田	
12回目	2017年11月28日	深瀬	江口健司	6	1	0	0	1	2	4	0	藤井	
13回目	2017年11月30日	深瀬	深瀬ひさり	3	1	0	0	4	0	0	0	藤井	
14回目	2017年12月19日	深瀬	江口健司	3	14	0	16	0	1	0	0	藤井	
15回目	2017年12月21日	深瀬	江口健司	11	0	0	9	2	0	0	0	松田	
合計				101	40	3	96	20	14	8			

7) 個別講習会受付担当メモ

）2回目

さっぽろ神経内科病院の方に今日転院してきたALSの患者様がいらっしゃっていて、表情など少し落ち込み気味で、これからどうなるんだろうと不安そうな顔をしていましたが、深瀬さんからの言葉を頂い

て少しホッとした様子が印象的でした。参加者のスタッフさん達は、熱心に、必死に深瀬さんに食らいについて練習し1人に対し3-4回練習し、何回もやることで皆さん上達している様子でした。

>3回目

「あいうえお」の口の状態を動画にとり見ていただくようにしておりました。皆さんとても意欲的でした。瞬く間の1時間でした。

>4回目

3文字、4文字と一変にクリアをした方が居りました。

>5回目

皆さんカードに捺印して、励んでいるようです。

>6回目

5単語クリアの方は唯一 3回目の参加で、やはり回を重ねて参加できると上達できるものと感じました。ご自身のタブレットで前回の時の映像を撮って、練習もしてるようでしたので、そういう熱心さも上達に繋がっているとも思います。

>7回目

皆さん意欲的で、1時間びっしり頑張っ居りました。

>8回目

今回は(も)TVの取材が入っており、

STVの『札幌ふるさと再発見』で11月18日(土) 11:54~11:58(4分間)

で放送されるそうです。参加者の方たちも何人か取材されていて講習会の感想などを聞かれていた。

>9回目

初参加が8名中6名でした。みなさんアイウエオ表を練習してきたとのことで、かなりすらすらで、深瀬さんも「今日は平均的に良かった」とおっしゃっていました。そして院外からお越し頂いた2名の方が長文をクリアし、バッジの方差し上げました!!以降、長文クリア者が多数出ると思います。

>10回目

長文クリアの方は練習されてきたのでしょうかね、かなりスラスラで素晴らしかったです。

5単語クリアの方たちもすぐ長文クリアできるのではと感じました。

3単語に挑戦した初参加の方が4名いましたが苦戦されている方もいて、1人はおまけクリアでした。

でも頑張っいらっやいました。4単語クリアの方は9月19日初回に皆さんの前で口文字に挑戦された方でした。深瀬さんが4文字めの最後の文字の母音を表した時に(あかさたなと自分が言う前に)、「か!」と先読みして答えを言ってしまい、全員爆笑するという一場面もあり、今回は終了いたしました。

>11回目

患者さんのご主人がとても熱心に頑張っ居りました。

>12回目

長文クリアされた方全員が、ピンバッチを希望されておりました。(ピンバッチ、大人気です)

>13回目

この日は全員が初参加で、参加人数も少なかったため、じっくりゆっくり時間をかけて全員が4文字クリアとなっています。

>14回目

口文字に参加された方は全員が初めてで、人数も多かったので3文字クリアがほとんどでした。

>15回目

新しい方が、来られALS協会に入会希望でした。口文字が広がっていることを感じます。

6. 反省点（運営サイド側からの意見）

- ・受講証の中級以降は、深瀬さんの合格が出て判子を押す流れで分かりやすいのですが、初級ほどのように判断してクリアになるのかが曖昧な気がしました。
- ・初回の講習会に参加すれば全てクリアにするのであれば、その講習会に参加できなかった場合はどうするのかなどを決める必要があるのかなと感じました。
- ・今回は全て深瀬さんの口文字を読み取る方法でしたが、深瀬さんの負担も大きいため、講習会に参加した人同士で口文字を読み合うのも良いのかと思いました。

・

②参加者の感想(開催病院側)

医療法人セレス さっぽろ神経内科病院
地域連携課・外来
看護師・社会福祉士 池田枝里

気管切開、人工呼吸器装着した患者さんと、直接コミュニケーションをとることは難しく、ヘルパーさんに頼りきりでした。IT 機器を利用できないと患者さんの意思をすぐに理解することができないという現実にはこのままではいけないと感じていました。

そんな中、病院職員を対象に口文字研修をしたいと提案していただいたとき、素直に私たちにとって、得るものが大きいと思いました。

そこで、下記を研修目的として、さっぽろ神経内科病院職員学習プログラムに位置づけ看護部、診療部、リハビリテーション部、地域連携部、医事係を対象とし、研修参加を義務付けました。

「研修目的」

ALS 等の人工呼吸器をつけた神経難病患者さんにとって、レスパイトを含む入院において自分の意思を瞬時に伝えることができる口文字という方法は必要不可欠なツールです。

また、診療やケアを行う職員にとっても医療提供の基本となる関係性の構築や、提供した医療が不快なく行われているかの確認など、患者さんの考えを瞬時に把握するためには、簡便な方法といえます。しかし、一般的に口文字というコミュニケーション方法についての病院スタッフの認知度、習熟度は低く臨床での活用経験は乏しい状況であり、患者さんが入院を「このうえない苦痛」と感じる 경우가多くあります。

本研修は患者さんとの関係性や提供する医療の質をより良くすることや、私たちの専門的な医療をより多くの方に提供できるよう、口文字によるコミュニケーション技法を獲得することを目的としています。

「結果」

9月26日の全体研修からはじまり、12月まで実技を15回にわたり個別講習会を実施していただきました。院内職員のほか、患者、家族、外部の医療機関や訪問看護ステーションの看護師等受講者は1回定員10名。院内職員については予約アプリを利用して、各自で予約、外部は、電話受付として受講人数の調整をしました。口文字で5単語読み取れる中級以上達成を目標としましたが、参加した85名の職員のうち、目標達成したのは18名で、ほとんどが2回、3回と個別研修を受けた職員でした。習得するには、時間を要し、回数を重ねることが必要と実感しましたが、今回、職員全員が回数を重ねるだけの研修の量はありませんでした。研修の方法の見直し、継続方法も検討が必要です。

「おわりに」

今回の口文字研修を、病院全体で、取り組んだことで、コミュニケーションの困難な患者さんとの距離が少し短くなり、たとえ、ヘルパーさんやご家族の力を借りたとしても、喜怒哀楽を表現しながら会話ができる時間をつくるチャンスをもたらしたのではないかと感じています。貴重な機会をいただき、本当にありがとうございました。

「ローテクコミュニケーション支援講習会に参加して」

医療法人セレス さっぽろ神経内科病院 リハビリテーション課
言語聴覚士 堀田弘伸

代替的コミュニケーションとして思い浮かぶのは、AAC 機器と言われる「伝の心」「レッツチャット」、また視線で文字入力できる「マイトビー」「ミヤスク」など、優れた機器もありますが、日常生活の中では機器に頼らないコミュニケーション手段は必要不可欠と思います。今回、ローテクコミュニケーション支援講習の「口文字」の研修会に参加をさせて頂き、講師の深瀬和文様から直々のご指導をお受けすることができました。

深瀬様が2年程前に当院にレスパイト入院した際に、ヘルパーさんの助言を受けながら、口文字の方法を教わったことがありましたが、50音表を段に沿って読み上げるということに全く慣れていなく、深瀬様の口形を読み取る前に50音表の構成をしっかりと頭に入れておくことが大前提と痛感しました。

今回、講習会に参加する前までに50音表の構成を覚えてきてほしいとのことで、「あ」～「お」の段までを50音表を見ないで言えるようにしてから参加しました。

深瀬様の「あ」～「お」の口形を実際に見せてくれ、各々の口形のポイントを教わり、何度でも口形を復習できるように動画も用意してくださりました。3文字単語から行いましたが、口形が「あ」～「お」のどの文字を表しているのか、読み取ることが難しく、特に「う」と「お」の違い、「あ」と「え」の違いを判断することが難しく感じました。しかし、ありがたいことに深瀬様から何度もレクチャーを受けることができ、繰り返し行っているうちに、口形のちょっとした違いを判断できるようになってきました。

3文字までは選択された文字をなんとか覚えていられるのですが、4文字になると、1文字目に選択してくれた文字を忘れてしまい、1文字1文字メモに残したいところでしたが、選択した文字はしっかり記憶することが必要とのことでした。

AAC 機器について、最近は視線のみで文字入力が可能で、以前に比べて伝達する時間が短縮され、とても便利になってきていますが、深瀬様のご家族や、付き添われている介助者の方々は、日頃「口文字」でコミュニケーションをしておられ、AAC 機器を使用するときよりも、明らかに速くコミュニケーションをしているのではないかと思います。

また AAC 機器は、いつでもどこにいても使用できるものではなく、電源も必要なことから、災害時等には使用できなくなる可能性もあります。この点からもローテクコミュニケーションは必ず必要な手段だと考えます。ローテクコミュニケーションとして、透明文字盤を用いて視線による直接選択方式で行うコミュニケーション方法を思いますが、これに比べて「口文字」は文字盤などの器具を使用しなくても、いつでもどこでもコミュニケーションをはかれる点が優れていると思います。

患者様と介助者の両者が「口文字」の方法をしっかりと覚えるまでは、意思伝達が円滑にできず、途中で諦めてしまいそうになるかもしれませんが、諦めずに繰り返し行っていけば、お互いに慣れてくるのではないかと思います。そして、介助者側がしっかりと患者様の口の形と瞬きなどの動きを把握さえすれば、コミュニケーションが円滑にはかれるのではないかと思います。患者様が選択した文字を介助者側はメモ書きせずに、しっかりと記憶しながら口文字を行うことは、意思伝達が短時間で済むことにも繋がりますが、なによりも患者様の表情をしっかりと見ながらコミュニケーションをはかれることは、人間はお互いの表情を確認しながら会話を交わすものであり、「口文字」は本来の形にもっとも近いコミュニケーション方法であると思います。

まだまだ、「口文字」をしっかりとマスターできていませんが、今後、代替コミュニケーションのローテク手段の一つとして、患者様、ご家族、介助者と共に「口文字」を習得できるように繰り返し練習し、早期から「口文字」の導入を進めていけたらと思います。

研修会に参加することができ、大変貴重なお時間を頂き感謝しております。ありがとうございました。

「ローテクコミュニケーション支援講習会に参加して」

医療法人セレス さっぽろ神経内科病院 リハビリテーション課
理学療法士 林 美帆

なんて簡単そうにお話されているんだろう。初めて口文字で会話する深瀬様とヘルパーさんの姿を拝見したとき、私は驚きと共にそんな感想を抱きました。

私の中で四肢が不自由な方とのコミュニケーションは、透明な文字盤を用いて目線を合わせて一字一字を追ったり、設定の難しいセンサーを使った電子機器を用いたりと兎角時間と労力を要するものでした。それが、口文字の講習会で使われたのはたった二つのローテク、少しの口の動きと瞬きのみ。その二つを駆使するとこんなにも時間がかからずに意思疎通ができるのだ、と驚きを隠せませんでした。

口の形で母音を読み取り五十音表を横に読み上げる形で進んでいく口文字のコミュニケーションは、説明を聞けば頭の中では理解しやすく仕組みは実に単純でした。こちらに患者様が伝えようとしている母音の口の形を理解し読み上げによって文字を拾い、それを頭に留めておきながら次の文字を追えば良いだけ。ただしそれには相互の努力が必要で、患者様側は滔々と読み上げられる文字の羅列に対してタイミングを間違わずに瞬きすることや目線や閉眼で間違いや濁音半濁音などを正確に伝えること、介助者側は口の動きを正確に読み取ることや前の文字や単語を忘れないように頭にしっかりと刻み付けることなどが必要不可欠に見えました。

講習会の日、深瀬様とヘルパーさんはその技法を使ってすらすらと日常会話を交わし、今まさにして欲しいことや何のことはない雑談をされていましたが、傍から聞けばまるで呪文を読み上げているようにしか聞こえませんでした。理論上はヘルパーさんが発される最後の文字を繋げていけば単語に、文になっていくということは理解していましたが、スピードが速く頭がついていきません。自分にできるのだろうか、という猜疑心を持ちつつも私は深瀬様に一番近い最前列の席に腰を下ろしました。

私たち受講者が五十音表を丸暗記し、横に読み上げることが可能であるという大前提のもとに講習は始まりました。私も講習会の前に同僚と五十音表を復唱しあっては滞りなく読み上げられるかを確認し合っていましたし、お二人のやり取りを理解できるようになるにつれ徐々に自分もできるかもしれないという驕りが芽生え始めました。しかし、一通りの説明を終えて実践と相成った際に我先にと手を挙げ、一番手として意気揚々と挑んだ結果は何とも情けないものでした。まず口の微妙な形の違いが読み取れず幾度も「あ」と「う」の口の形を確認させて頂く羽目になり、たった三文字だというのに懸命に口の形を追うだけでつい先刻自分も復唱したはずの前の文字が頭からすこんと抜け落ちてしまい、挙句あれだけしっかり覚えた五十音表の文字が飛んでしまう始末でした。深瀬様は根気よく私の挑戦に付き合ってくれ下さり、その日は何とか5文字の単語の解読まで達成することができました。私が幸運だったのは二回目に講習会に参加させて頂く機会がすぐにやってきて、頭の中に深瀬様の口の形が残っているまま参加できたことです。その日は初めから長文に挑戦させて頂き、拙いながらも会話らしきものをさせて頂くことができました。好きな音楽の話題で洋楽と答え、具体的な歌手名を次いで求められ素直に答えた私に深瀬様は「知らね」と返し、会場は笑いが起きました。それは確かに“会話”でありました。

今まで私は種々のコミュニケーションツールを用いた際に、患者様が介助者に要求を表出しやすいということが一番に考えていました。しかし、今回講習会に参加し口文字で会話をさせて頂いたとき、それは家族や常に傍にいるヘルパーさんなどと会話を楽しむツールの一つでもあることに気づきました。勿論口文字には前述したように相互努力を要する面も多くあるように感じます。また、口や脛を動かすのが難しい方には使えないという点もあります。それでも、会話に挑む前に難しいセッティングがいらぬ、電源や道具が無くても困らない、互いに熟練していけば会話のスピードが上がってより円滑になっていくという点では多くの患者様にとって大変有用なツールに感じました。

現在、当院の中では口文字の講習会に参加し修了の認定を頂いたとはいえ熟練したと言えるスタッフはまだおらず、また患者様によって口の表現の形が異なることやご家族様への指導の必要性などから、求められる方全員に口文字でのコミュニケーションを導入することは簡単ではありません。しかし、我々がその導入への手助けを担えることは間違いなく、習得が大変だからと敬遠するには勿体ないように感じます。今後も有用な代替コミュニケーション手段のひとつとして患者様に情報を提供するとともに、口文字というツールの存在を広められるお手伝いができればと思います。

③参加者の感想(当事者)

口文字講習会に参加して—当事者として感じた病院側の変化とこれからの願い—

荒谷くみえ

毎月レスパイトでお世話になっている病院で口文字講習会に参加できたのは大変貴重な体験でした。私は気管切開をした 2009 年から透明文字盤を使っていますが、ALS 協会の総会などで口文字を使って話す方を見かける度、ルールやどこを動かしているのかを知りたいと思っていました。なかなか当事者同士会う機会もなく、会話も少なく口文字のことをお聞きするチャンスがありませんでした。口文字講習会で、「^ˆ」や「[˚]」などのルールを、実際深瀬さんと病院職員での口文字を見せていただき、よく理解することができました。病院職員の方々が実際に深瀬さんと口文字をされるのは、とても貴重な経験ですし、読み取る側の江口さんのアドバイスもとても貴重なものと感じながら拝見しておりました。

私は普段は透明文字盤を使っていますが、講習会を機に、深瀬さんと江口さんにアドバイスをいただきながら数人のヘルパーさんと口文字を始めてみます。ヘルパーさんも口文字は初めてでしたが、ルールさえ伝えれば最初から長文も伝わりました。やってみてわかったことは、介助者側の読み上げるリズムに合わせて合図を出すので、一定の速さで読み上げてもらいお互いのリズムを合わせる練習が必要で、リズムがとても大事だということでした。私の場合は練習相手が、長年お世話になっているヘルパーさんなのでリズムを合わせるのは数回の練習でできました。ヘルパーさんとは慣れている透明文字盤の方が速いので、なかなか口文字に切り替えられませんが、何かあった時には道具を使わない口文字は必要と思っています。口文字ができるヘルパーさんを増やしていきたいと考えています。

入院中はほとんど朝から晩まで車椅子に座りパソコンに向かって 1 日過ごし、看護師さんとコミュニケーションを取る時は、パソコンに文字を打って伝えています。パソコンから離れる就寝時などは、前もって伝えたいことをパソコンに打ち看護師さんに読んでもらうのですが、なかなかコミュニケーションが取りにくく困ることがあります。そういった時に、口文字講習会が行われている期間は、病棟の看護師さんで私にも「口文字で！」と言って口文字を使ってくれる方が多くいました。ただ、口文字講習会のルールを使ってくれた看護師さんはお一人だけで、ほかの看護師さんは、「あかさたな・・・」で合図、そして「あいうえお」という使い方で、それもやりやすそうでしたが、「^ˆ」や「[˚]」の合図はどうしたらいいのかわかりませんでした。口文字や透明文字盤など、看護師さんによって使い方やルールが違うので、その看護師さんのルールを説明してもらえると、それに合わせた合図を出せます。この点は合図を出す側としてはお願いしたいところ です。

どちらにせよ何か手段を使って、伝えようとする言葉を聞き取ってもらえるのは有り難く伝わらないストレスがなかったです。

ほとんどの場合、簡単な単語が伝われば解決することが多いので、気軽に口文字を使って聞いてくださることを願っています。

この3月に半年振りに違う病棟にお世話になりましたが、

口文字講習会が終わってもルール通りの口文字を使い、夜中のベッド上でコミュニケーションを取り、用件を素早く済ませた看護師さんがいて、とても嬉しい思いをしました。

口文字講習会の成果を感じ、病棟の看護師さんに根付いているような気がしました。

「わからない、わからない」と考えて時間ばかり費やすよりも、口文字や透明文字盤などを使って「聞いてほしい」と思うのは私だけではないと思います。

今後も今回のような医療者に向けた講習会が開かれていくことを願っています。

④参加者の感想(病院外から参加の専門職)

ALS 当事者による「口文字」方法講習会

訪問看護ステーション禎心会東 看護師 松本 博美

訪問看護師となり、もうすぐ1年が経ちます。この1年間、様々な疾患を抱えながらも、在宅生活をされている利用者様との出会いがたくさんありました。その中で、ALS を患い人工呼吸器を装着されている方を担当させて頂くこととなり、「口文字」というコミュニケーションツールのひとつをはじめて知りました。「口文字」を学び、実践することで意思疎通を図れたらと思い講習会に参加させて頂きました。

講習会は実際に当事者の方と「口文字」を用いてコミュニケーションをとる実技実習が段階的に行われました。とても緊張しましたが、それでもとても楽しく学ばせて頂くことが出来ました。実は講習会に参加する前にも、資料を見ながらの練習はしていましたが、なかなか上達はしませんでした。実践にはほど遠く、「YES」と「NO」のコミュニケーションが精一杯で、あとはご家族にも頼りながらケアをしている状況でした。しかし、この講習を受講させて頂いたことで、少しずつ自信がつき、積極的にコミュニケーションを図りたいという思いが強くなり、実践に繋げていくことが出来ました。

実際に「口文字」を使うことで、コミュニケーションをとれるようになってきました。「口文字」は道具を用いないツールであることから、様々なケア中にも容易にコミュニケーションがとれるため、とても便利なコミュニケーション方法の一つであることがわかってきました。そして、自分の思いを伝えることが難しくなっていく状況でも、「口文字」を用いる事で、“思いを伝えることが出来る”ということを改めて学びました。

私の「口文字」技術は、まだまだ一度で理解することが出来なかつたり、スローペースなので、伝える方も大変だと思います。呼吸状態が辛い中、ご自身の意思を伝えようとしていることをしっかりと受け止めて、すばやく理解し、安心に繋がるような看護ケアをすることが出来るよう、これからも努力していきたいと思います。また、今回の学びから、改めてコミュニケーションをとることの大切さを学び、これからの看護ケアに活かし、利用者様の気持ちをいちばんに考えられる看護師でありたいと思いました。

⑤講師からの感想（当事者）

病院講習会をやらせてもらって

コミュニケーション支援委員長 深瀬和文

この度の病院講習会を開こうとした理由として入院患者のコミュニケーションのストレスを少しでもなくすことはできないかという想いで提案しました。自分としては病院講習会を15回もやる事に自信が無く、行う前から非常に不安でした。不安の材料として15回もやって自分の体力が続くかと、9月から12月の寒くなる時期に行うため体調が崩れないかがとても心配でした。それでも決意をしましたから、自分に『頑張ろう』と言い聞かせました。

初回当日はコミュニケーション委員の本間さんが千葉から駆けつけてくれて、テレビ局の取材も入り、参加者は80名を超えました。そのテレビを見て改めて講習会を成功させたいと決意を固めました。

回数を続けるうちに問題点が浮き彫りになってきました。1人1人に口文字をじっくり教えたいと思い定員を10名程度とと思っていましたが、人がそれぞれ性格が違いうように、口文字も覚え方が違いました。1回あたりの講習時間は1時間で、10名だと1人6分しか時間が無く、つまずいた人もいたので時間配分には苦労しました。また、1人で15回教えるのは無理だとも痛感しました。自分だから出来ましたけど、2人か3人は講師が必要だと思いました。今後の方法も踏まえてコミュニケーション委員会で話し合いをしたいと思っています。札幌市のアンケートでは口文字を知っている人が20%いる結果となっています。これは地道に患者や病院関係者、大学生に向けた講習会を開く等、草根を張った活動が札幌市の身になっているからかなと思いました。これは病院講習会にもあたります。そこでこれからのコミュニケーションを広げる活動の一つとして、一人ひとり理解者を増やすことで、理解者がまた他の人に話をして理解者を増やすことが大事だと思っています。つまり、ねずみ講みたいな感じです。

最後に、今回の病院講習会みたいにマンツーマンでやることで、理解をしてもらい支援者が自分でもできるという確信をもってもらい、他の患者さんに活かせることが最大の成果となりました。

深瀬 和文

⑤講師からの感想（ヘルパー）

院内研修会を終えて

ヘルパー 江口健司

今まで数十名若しくは100名規模の参加者を対象とした病院や学校関係の講習会は行っていましたが、限られた時間の中では口文字の方法を知る程度で終わっていました。それに対して今回は短期間で15回開催し定員10名程度にしたことで全員が患者さん本人と実践できたことがとても良かったと思います。それは口文字を読むことだけではなく患者さんの伝えたいと思う気持ちを感じることが出来たことに意味があると考えます。私も指導する側として発見したことなのですが、患者さんの口の形の特徴だけを伝えても読み取れない人に顔全体も見るように伝えると読めるようになった人が何人かいました。これは患者さんが何とか伝えたいと必死に思う気持ちが表情に表れているのではないかと思います。私たちのような長く関わるヘルパーは表情や状況を見て口文字のコミュニケーションをスムーズに行うことができますがこれは相手の立場に立って考えるという経験により上達していくことが少なからずあると思います。口文字の良いところを患者さんに聞くとお互いの顔を見て伝えるので普通に会話をしているみたいところが良いと言われる方がいますが、私はそれがとても大事だと感じます。もちろん読み取る技術や慣れは必要ですが寄り添って会話を楽しむのが上達への近道かと思います。

今回協力して頂いたさっぽろ神経内科病院では希望者だけではなく全員参加にして頂いたことで口文字に苦手意識があった人も体験することができ、会話出来る楽しさを感じることが出来たのではないのでしょうか。

それと研修会に参加した方をきっかけに患者さんとの口文字がスムーズになったという話や見学に来られた患者さんが自宅でヘルパーさんと口文字の練習を始めたという話が聞けてとても意味のある研修会だったと思いました。

15回すべての研修会で口文字をした深瀬さん、大変ご苦勞様でした。でも隣で見ていると何故か嬉しそうにも見えました・・・。

病院内での“電子機器や IT 機器によらないコミュニケーション方法”講習
全体講習後アンケート結果

1. 回収率

参加者 (人)	アンケート回答者 (人)	回収率 (%)
78	50	64.1

2. 参加者内訳

単位人	
院内	院外
51	27

3. 「文字盤」コミュニケーション方法について 単位% 実数)

知らなかった	20 (1)
知っていたが使ったことが無い	40.0 (20)
知っていたし使ったことがある	58.0 (29) ☆

4. 「口文字盤」コミュニケーション方法について 単位% 実数)

知らなかった	22.0 (7)
知っていたが使ったことが無い	54.0 (27) ☆
知っていたし使ったことがある	24.0 (5)

5. 「口文字」コミュニケーション方法について 単位% 実数)

知らなかった	34.7 (17)
知っていたが使ったことが無い	55.1 (27) ☆
知っていたし使ったことがある	10.2 (5)

6. 「文字盤」の他への適応について 単位% 実数)

絶対にできない	0
できない	0
分からない	13.7 (7)
できる	58.8 (30) ☆
かなりできる	25.5 (13)

7. 「口文字盤」の他への適応について 単位% 実数)

絶対にできない	0
できない	0
分からない	26.0 (13)
できる	48.0 (24) ☆
かなりできる	26.0 (13)

8. 「口文字」の他の疾患への適応について 単位% 実数)

絶対にできない	0
できない	2.0 (1)
分からない	28.0 (14)
できる	46.0 (23) ☆
かなりできる	24.0 (12)

9. 自由記載

- ・正直、コミュニケーション方法に沢山大変な思いをしたことがあったので、今回の講義を聞いて次回へ活かしたいと思います。
- ・今まで、相手の方に負担がかかる、読み取れなかったら申し訳ないなどの思いで怖くてなかなか取り組めない分野であったため大変勉強になりました。
- ・私もぜひ口文字できるようになりたいです。
- ・口文字は他の患者様にも適用できると感じました。実際場面でも使用できるよう努力したい。
- ・非常に勉強になりました。今回を機にコミュニケーションについて理解を深めていけそうです。
- ・とても勉強になりました。実際場面を見せて頂いてありがとうございました。
- ・お忙しい中ありがとうございました。これからも勉強していきたいのでよろしくお願ひします。
- ・私の母も ALS で 10 年程前に亡くなりました。当時は口文字のことを知らなかったので母の分も今後に活かしていきたいと思います。とても勉強になりました。ありがとうございました。
- ・実際に間近で体験できてとても勉強になりました。
- ・とても楽しかったです。口文字を知ることができてよかったです
- ・実際に体験させて頂いて大変貴重な時間でした。ありがとうございました。
- ・すごく勉強になりました。ALS の方とのコミュニケーションはヘルパーさんに任せてしまったり、Yes/No のみの質問に絞ってしまうことが多かったのをこれを機に使えたらと思いました。
- ・後ろの方で深瀬さんの口の違いが良く見えなかったので個人レッスンで深めていきたいです。
- ・ルールを知ることができて良かったです
- ・知らないことだらけでしたが少し理解できましたので今後に期待します。
- ・口文字でコミュニケーションがとれるようになりたいと思いました。ぜひ習得したい技術です
- ・ヘルパーさんがいないと入院が苦痛とおっしゃっていた意味がよく分かりました。
- ・分かりやすくとても勉強になりました。ありがとうございます。
- ・実践を直接体験できることが良いと思いました。講義だけではできないと思いました。
- ・姉が ALS なので、勉強して今後のコミュニケーションに役立てたいです。
- ・江口さん、目から鱗です。私も頑張ります。
- ・初めて体験しました。読み取るペースが早かったので少しゆっくりとしたやりとりを多めに見たかったです。とても勉強になりました。次回以降よろしくお願ひします。
- ・魔法のようなコミュニケーションに技法だと思っていたが掘り下げて学んでみるとしっかりと奥深い内容でした。今後も学んでいきたいです。
- ・後方の方からよく見えないのでスクリーンに写してほしい
- ・口文字で会話するスピードがあんなに速いと思っていませんでした。とても素晴らしいコミュニケーション手段だと思います。
- ・他の神経難病の方にも適用できそうだと思います。慣れることでかなりコミュニケーションがスムーズになると感じました。貴重な機会をありがとうございました。
- ・道具を使用しないコミュニケーションは苦手意識があったのですが当事者第一に考え、怖がらずにチャレンジしていきたいと思います。

- ・「口文字盤」はルールが簡単で他に疾患にも生かせると思う。