

初めてのユマニチュード®

講師：本田美和子先生

ジネスト・マレスコッティ研究所 日本支部代表

独立行政法人国立病院機構東京医療センター

総合内科医長



鶴見公会堂においてユマニチュード®の日本の第一人者である東京医療センターの本田美和子先生をお迎えして講演会が行われました。

歯科医師だけではなく医科、看護師、ケアマネジャー、介護職、リハビリステーション専門職を含む 332 名の参加、アンケートには 289 名の回答があり、新しいケア技術への関心の高さが伺えました。

本田先生が8年間にわたり取り組んでいる技法について、「このケアの技法がなぜ必要なのか」に重きを置きながらお話が進み、3人の患者さんの①シャワー②食事③口腔ケアの映像が流されました。初めはケアを強く拒否する様子が流れますが、その後ユマニチュード®ケアにより患者さんが穏やかにケアを受ける姿が映し出されました。映像の中ではケアを拒否されていた看護師さんが、あまりの変化に拍手をしています。会場でも「おお～」というどよめきが聞かれるほどの映像でした。

ユマニチュード®とは

- ・実は魔法ではなく、具体的な技術に基づいて誰でも実践できる技法です。
- ・ケアの対象となる相手に「あなたのことを、私は大切に思っています」というメッセージを常に相手が理解できる形で伝えます。
- ・学術的にはマルチモーダル・コミュニケーションといい、複数のコミュニケーションの要素（「見る」「話す」「触れる」「立つ」）を同時に行う技術であり、ケアの要素を情報学的に分類することができ（近づく方向、触れる場所、視線の角度）、安定的な評価・指導が可能です。

～講演より～

私たちは、高齢化社会の中で認知機能が低下した方の介護をする時代を迎えています。患者さんは、治療・ケアを受ける場合、「何故ここにいるのか」「自分は何をされるのか」を理解されていることが前提ですが、その前提を理解できない状態が日常的に起きています。

現在の日本は「長寿の国」となり、それは医療・看護・薬剤・健康リテラシーなどが浸透した努力の帰結であり素晴らしいことですが、その一方で加齢が最大の要因となる認知症をお持ちの方も増えています。大切な相手にケアを届けるには届ける方法を知らなければうまくいかないのです。フランスで生まれたユマニチュード®はその方法を「ケアをしているわたしとはどんな存在なのか？そしてケアを受けているこの人はどんな存在なのか？」と考える哲学と具体的な技術で優しさを伝える技術です。

「魔法の高齢者ケア」と呼ばれることもありますが、そうではありません。なぜなら、「これは魔法ではなく、ケアの方法であり、学ぶことができる」からです。ケアのコミュニケーションは自転車に乗るようなもので、初めは乗れなくても一度乗れるようになればずっと乗れる、ユマニチュード®もきちんと実践するにはトレーニングが必要ですが、自転車と同じで「一度学ぶと一生もの」になります。

後席にて

歯科診療室では患者さんは壁か窓を向いてユニットに座るので、どうしても斜め後ろから声をかけることが多いこととお話すると、本田先生は横にいる私の目の前に体をひねられて視線を合わせてきました。「だめです。こうやってしっかり目を見てお話ししてください。『あなたを大切にしています』の気持ちを伝えるにはここまでして下さい。」と実際に行動で示していただきました。

*本講演会は、患者さんおよび協力して頂いた看護師さん、介護者さんのプライバシー保護のために映像等の撮影および録音は禁止されておりましたが、「東京医療センター 臨床研究センター 政策医療企画研究部門 医療経営情報・高齢者ケア研究室」のチャンネル（YouTube）による視聴、NHK 厚生文化事業団「優しい認知症ケア ユマニチュード」DVD セットの貸し出しなどがありますのでご利用ください。

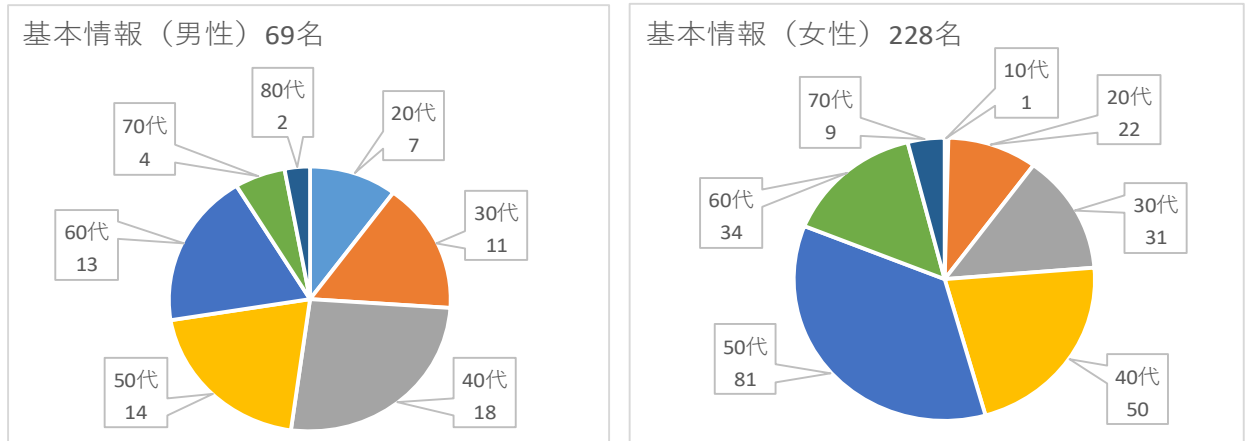
詳しくはユマニチュード入門（本田美和子/イヴ・ジネスト/ロゼット・マレスコッティ著）をご覧ください。



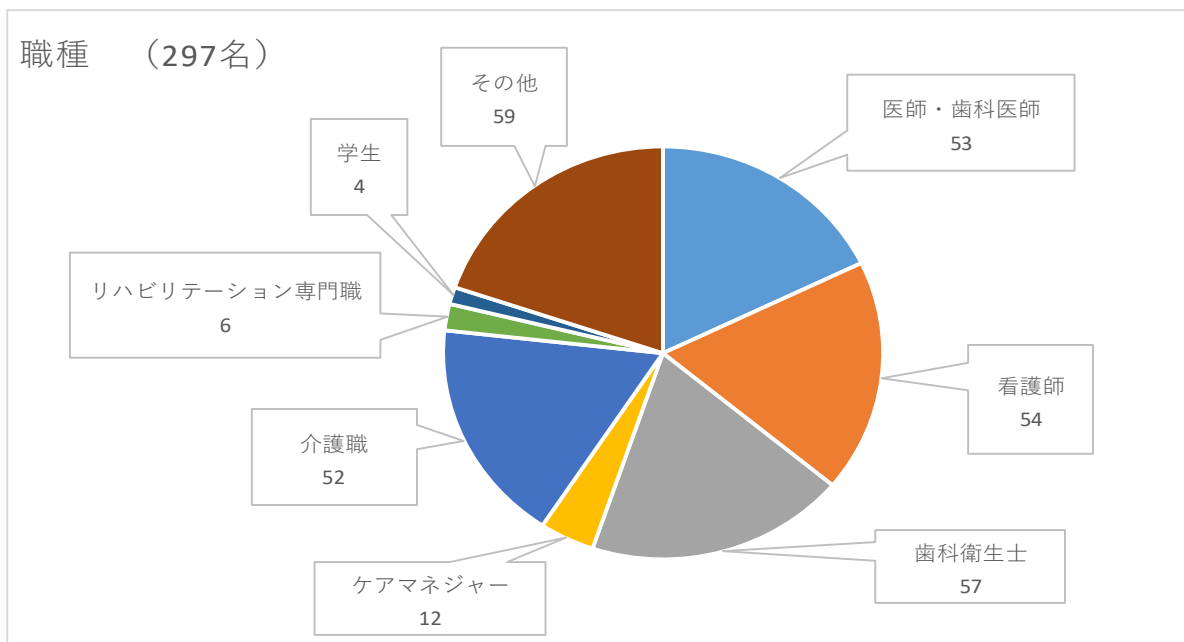
ユマニチュード®公開講座に関するアンケート

参加者 332人 アンケート回収 297人 回収率 90%

1・基本情報



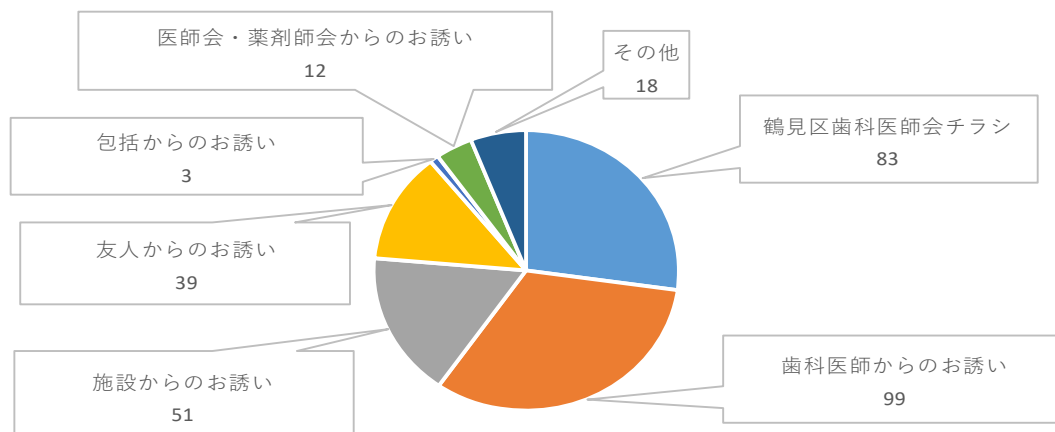
職種



職種（具体的に）

- | | | | | |
|--|--------------------------------|---------------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| ☐ 歯科助手 | ☐ 在宅医療相談員 | ☐ 看護学校教員 | ☐ 町内会役員 | ☐ 医療事務職 |
| ☐ デイサービスの機能訓練指導員 | ☐ 介護福祉士 | ☐ 施設管理者 | ☐ 自治会副会長 | ☐ 鍼灸学生 |
| ☐ 訪問介護員・デイサービススタッフ | ☐ 認知症ケア専門士 | ☐ 歯科衛生士学生 | ☐ ボランティア | ☐ 検査技師 |
| ☐ 地域ケアプラザ所長 | ☐ 特養施設長 | ☐ システムエンジニア | ☐ 行政職員 | ☐ 民生委員 |
| ☐ 老健支援相談員 | ☐ 介護施設管理職 | ☐ クラーク | ☐ 主婦 | ☐ 介護家族 |
| ☐ 保健師（地域包括支援センター） | ☐ 主婦 | ☐ 介護家族 | ☐ 民生委員 | |

本日の講演会をどこで知りましたか

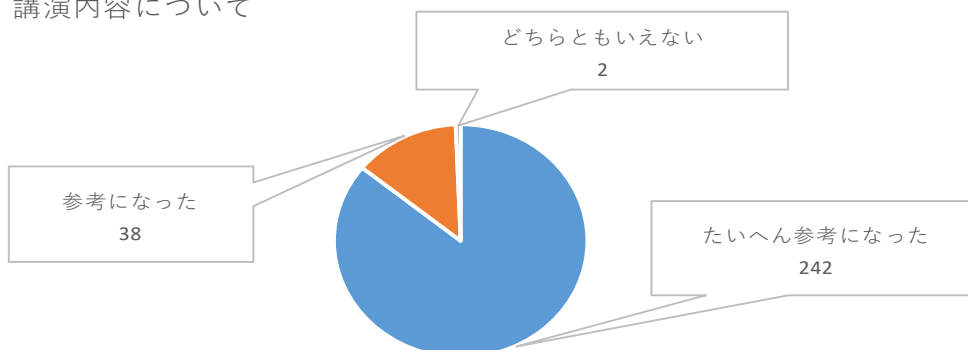


○その他

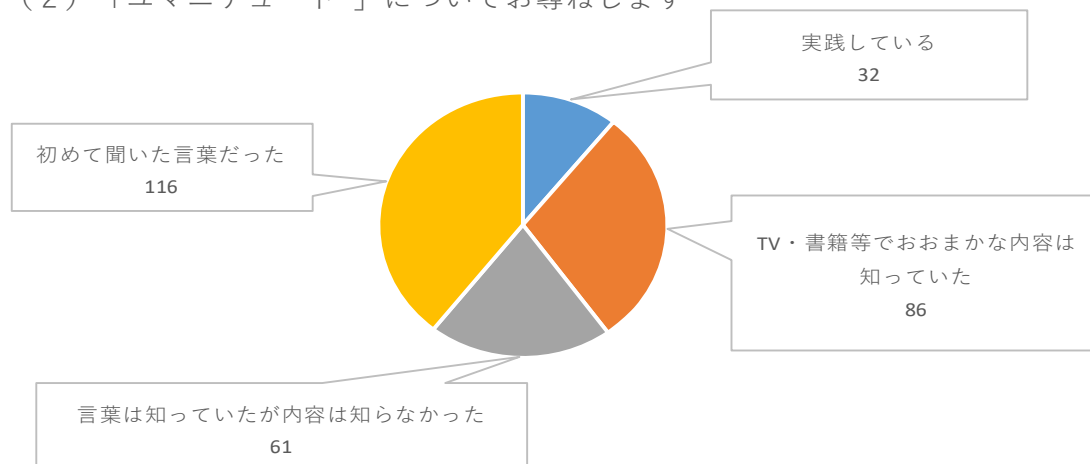
- ・横歯のチラシ 1
- ・病棟の所長からの誘い 1
- ・職場でチラシを見た 5
- ・在宅医療連携 1
- ・自治会 1
- ・FAXがきたので 1
- ・町会 1
- ・施設職員さんからの誘い 1
- ・ふらっとカフェ 1

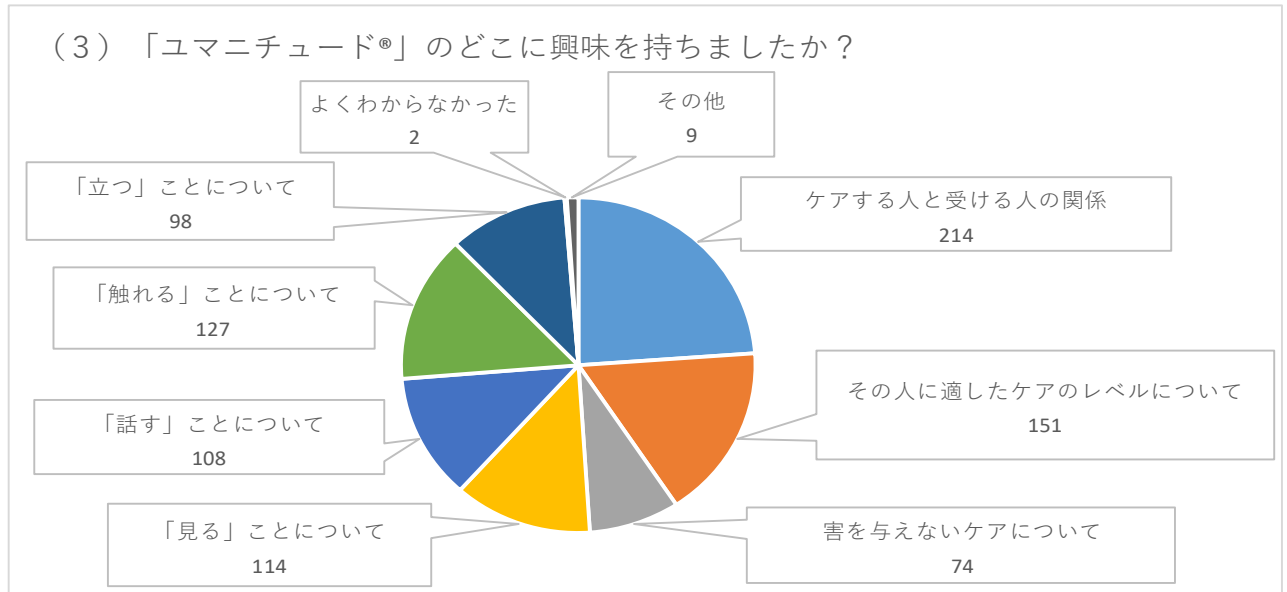
2・本日の講演会についてお尋ねします

(1) 講演内容について



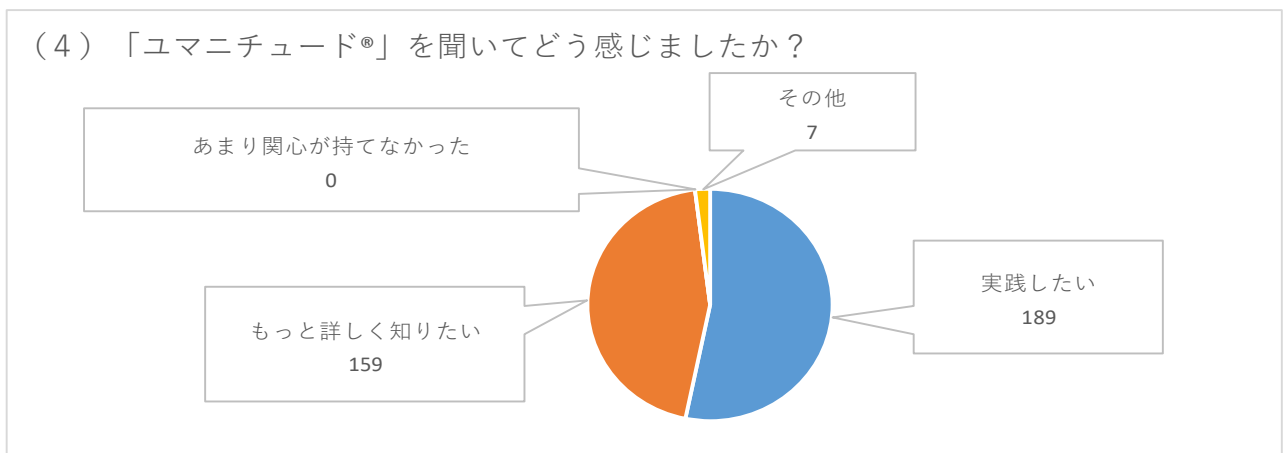
(2) 「ユマニチュード®」についてお尋ねします





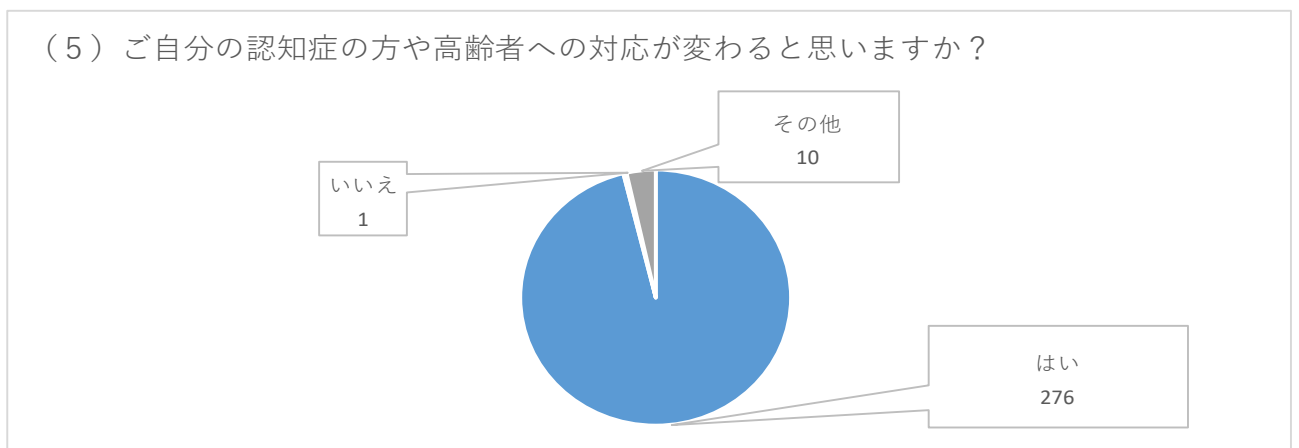
○その他

- ・人として生きるということ
- ・コミュニケーション
- ・症状の改善
- ・誰でも行える
- ・このごろ話題になっていたから。
- ・ユマニチュード®を実践したときのPTの変化



○その他

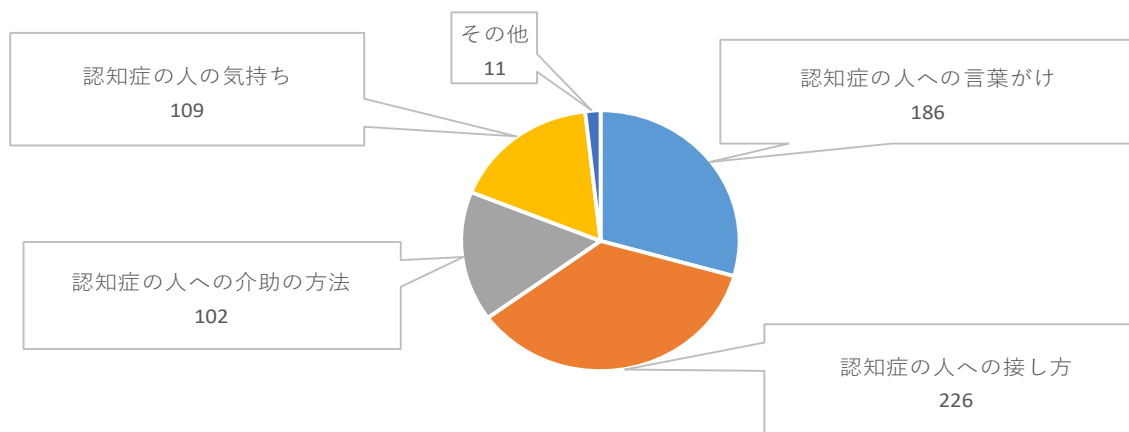
- ・認知症カフェを運営していて、認知症の方と接する機会が多いので参考にしたいと思いました。
- ・難しく思った。



○その他

- ・今まで行ってきたケアとの違いや重なる部分を振り返ってみたい。
- ・どちらとも言えない。
- ・職員にも指導する。
- ・わからない。
- ・すぐに対応を変えるということは出来ませんが、目線、声かけ等参考になりました。

(6) 講演会を聞いて何が参考になりましたか？



○その他

- ・対応のあり方、コミュニケーションのあり方
- ・ユマニチュード®が科学的に証明されている。
- ・立つ、座るということ。
- ・全てのケアを受ける方への対応
- ・もっと勉強して考えてみたい。
- ・優しさではなく技術ということ。
- ・看護師の仕事のやりがい。
- ・介護の世界観が変わった。
- ・職員への効果
- ・正しいコミュニケーションの取り方と技術
- ・見る
- ・ユマニチュード®を実践した前と後の変化
- ・変われるように努力しようと思いました。
- ・変えたいと思います。
- ・ユマニチュード®の実践

3・ご感想やご意見、ご要望があればお書きください

○本で読むより講演を聞いて本当に良かったです。

より深く理解させていただきました。ありがとうございました。(70代 ボランティア 女性)

○映像が見られて具体的に理解でき、ふれあい(心)の大切さを知りました。(70代 民生委員 女性)

○きちんと技術を身につけたら、誰でも出来ることを知り勇気が持てた。(50代 女性)

○来てよかった。もっと知りたい。探していたものが見つかった。(50代 主婦 女性)

○大変充実した内容で嬉しかったです。学ばせていただきました。

もう少し詳しいと(技術面)さらにありがたいです。(50代 保健師 女性)

○大変参考になりました。とっても素敵な理論だと思います。(50代 行政職員 女性)

○いつもVTR観させていただくと、うれしい気持ちになります。

次はWSに参加したいです。(50代 医療事務 女性)

○もっとよく知りたいです。NSはすごいです。(50代 クラーク 女性)

○とっても興味深いお話でした。今回お話しを聞く事ができてとても良かったです。

一生知らなかったかと思うので、これからに絶対役立てたいと思います。(40代 女性)

○本日はありがとうございました。とても学びになりました。。

これから取り組めるよう学びたいと思います。(40代 女性)

○言葉づかい、言葉の選び方、勉強になりました。(40代 女性)

○認知症専門病院に5年働いていました。自分なりに看護をしてきて反応が見えた場面で

何が良かったのか、反応が悪かった場面で何が悪かったのか少し分かったような気がしています。

ありがとうございました。(40代 看護学校教員 女性)

○父が認知症の為、ぜひ実践していきたいと思いました。

とても勉強になり詳しく学びたいと思いました。(30代 女性)

○ユマニチュード®の大切さがわかりました。今後生かしたいと思います。(30代 女性)

○今後は病気のあるなしに関わらず、人に優しく接したいと思いました。(30代 女性)

○大変参考になりました。日頃の自分の関わり方を改めようと思います。(30代 SW 女性)

○よく勉強になりました。

いろいろ有りますが、これから良く理解するように気を付けたいと思います。(80代 男性)

○実践するには思いきりが必要と思う。(60代 義母が認知症 男性)

○大変勉強になりました。ありがとうございました。(60代 施設管理者 男性)

○「介護(ケア)する側」は「介護される側」の「笑顔や喜び」がやりがい(モチベーション)に

繋がります。この「ユマニチュード®」の技術を多くの福祉に携わる方々が取得出来れば

日本の「高齢化社会」の未来も明るくなると思います。(50代 男性)

○初めて知った言葉で大変勉強になりました。

このような素晴らしい機会を頂きありがとうございます。(40代 システムエンジニア 男性)

○情報学的に分訳するところが、とても興味深かったです。

今後より一般的に広まってゆけばよいと思いました。(40代 地域ケアプラザ所長 男性)

○ユマニチュード®を今日知った事で、認知症の方への恐怖感や不安感を拭える事ができた。

(30代 歯科衛生士学生 女性)

○実践的な講習を受けたいと強く感じました。認知症の方の対応ひとつでこんなにも人間性を

引き出せることにびっくりしました。(30代 女性)

- 接し方・声のかけ方だけでなし、立つことへのこだわりにとっても共感した。
(40代 リハビリテーション専門職 男性)
- 明日から、4つの事について考えて実践したいです。(20代 リハビリテーション専門職 男性)
- 入門コースを受けてみたい。(60代 歯科衛生士 女性)
- 良いお話で感動しました。これで終わらず、ぜひ実践するまでになりたいと思いました。
それを強く思うのはケアする人に対してもありますが、職場のスタッフ同士でもコミュニケーション
を取っていききたいと思うことでもあります。ありがとうございました。(50代 介護職 女性)
- 自分の意識改革になりました。(50代 介護職 女性)
- 日頃、仕事に忙しく毎日を過ごしてしまうので、こういう研修会はできるだけ参加したい。
(50代 介護職 女性)
- ヘルパーなのですが、事務所に伝えたいです。
自分の介護方法に少し近いなと思い自信ができました。(50代 介護職 女性)
- 更に学びたいと思っています。本田先生の講演を受けたかったので嬉しかったです。
(50代 介護職 女性)
- 大変勉強になりました。これからも勉強したいと思います。(50代 介護職 女性)
- ユマニチュード®の優位性は知られているところなので、もっと報道されていないことを
聞きたかった。例えば4つの柱以上のこと(上級者向)(50代 介護職 女性)
- コミュニケーションの大切さ、技法について大変参考になりました。(40代 介護職 女性)
- 自分自身でいつのまにかユマニチュード®の5つのステップの1つか2つケアで行ってることも
ありましたが、いくつかのコミュニケーションを使うことでケア向上につながるのではないかと
思いました。触れることは少ないので実践してみたいです。とっても勉強になりました。
ありがとうございました。(40代 訪問介護員 女性)
- すごく勉強になりました。明日から少しでも実践していきたいと思います。(40代 介護職 女性)
- 国ぐるみで取り組んでいくべきことだと思った。(40代 介護職 女性)
- ケアをする時に距離を保って接することが多くなってしまいがちですが、4つの柱を
大切にできるだけ接することが出来るように対応したいと思いました。(30代 介護福祉士 女性)
- もっと詳しくは知って、介護につなげていきたいと思っています。
実践したいです。(30代 介護職 女性)
- ユマニチュード®が世界中に広まって欲しいです。(30代 介護職 女性)
- 成功例は素晴らしかったが、失敗例も聞きたかった。(50代 介護職 男性)
- 接し方について4つのポイントが大切で、それは「あなたの事が大切です」という
メッセージを伝える方法だと感じました。ありがとうございました。(30代 生活相談員 男性)
- 客観的評価、指導ができることが根拠となり、ケアに携わる全ての人実践できるように
なることを願います。(60代 ケアマネジャー 女性)
- 以前も見せて頂いた内容もあったが、何回学んでもより深く学べるものだと思った。
実際に実践して効果があることも感じています。(50代 ケアマネジャー 女性)
- 認知症の方のご家族がとても対応に苦しんでおられました。ユマニチュード®を紹介しました。
実践され、とても喜んでおられました。私ももっと学びたいです。(50代 ケアマネジャー 女性)
- 具体的な方法を知りたい。現実は難しいと思った。(50代 ケアマネジャー 女性)

- TVでおおまかなことは見ていましたが、本日の講座を受けて具体的な言葉がけや接し方を
見せていただき、ユマニチュード®を受けた方がその人らしさをとりもどすことができることを
知って感動でした。(50代 ケアマネジャー 女性)
- 本田先生のユマニチュード®講演第2弾、是非期待しています。(50代 ケアマネジャー 女性)
- 具体的な勉強や研修に参加したい、書物や出版物も欲しい。(60代 歯科衛生士 女性)
- もっと具体的に知りたい。実践に役立てたい。(60代 歯科衛生士 女性)
- 認知症の方と接する事が少し怖かったのですが、人と人の基本的な接し方、
心と心の接し方を再認識させられました。(50代 歯科衛生士 女性)
- とっても良かったです。(50代 歯科衛生士 女性)
- とっても良かったです。ありがとうございました。(50代 歯科衛生士 女性)
- ユマニチュード®によって大きく変化があることに大変感動しました。
勉強してみたいと思いました。ありがとうございました。(50代 歯科衛生士 女性)
- 学びたいと思いました。(50代 歯科衛生士 女性)
- もっと詳しく聞きたい。(40代 歯科衛生士 女性)
- とってもためになった。もっと詳しく知りたいと思った。
少しでもできる事は実践したいと思った。(40代 歯科衛生士 女性)
- とっても勉強になり、もっと学びたいと思いました。(40代 歯科衛生士 女性)
- とっても興味深く参考になりました。また続きを聞きたいです。(40代 歯科衛生士 女性)
- より知っていきたいと思いました。(30代 歯科衛生士 女性)
- とっても勉強になりました。(30代 歯科衛生士 女性)
- 目を見ることは意識していましたが、今回のお話を聞いて、距離は遠く横から話しかけてしまっ
たので、しっかりと近くで目を見ながらお話し、広い範囲で手を添えてお話しをしたいと
思いました。(20代 歯科衛生士 女性)
- TVで少しだけ見ていて、なんとなく知っている程度だったが、具体的にどんなものなのか
何が大切なのかを知ることができてとっても良かった。もし機会があればもう少し知りたいと思う。
(20代 歯科衛生士 女性)
- もっと詳しく知りたいと思いました。(20代 歯科衛生士 女性)
- ユマニチュード®の内容が少しでも紹介されて良かったと思う。
「魔法」のイメージが拭えなかったのが残念。(20代 歯科衛生士 女性)
- いつも行っているケアの方法は自分の仕事をただこなしているだけなのだと今回のお話を聞いて
気づくことができました。患者さんに合わせたコミュニケーションを今後見つけられるように
頑張ってみます。(20代 歯科衛生士 女性)
- 本田先生が最初に感じた疑問が、ユマニチュード®に結びついたことが素晴らしい。
(70代 看護師・デイサービスの機能訓練指導員 女性)
- 参考になりました。(70代 看護師 女性)
- デイサービスでも働いています。ぜひ実践したい。これからもユマニチュード®を勉強したい。
(60代 看護師 女性)
- 大変興味深く感動しました。さっそく実践したいと思います。ありがとうございました。
(60代 看護師 女性)
- 一人の人を総合的に見て、心地良い関係を作る事の大切さを感じました。
多くの人に伝えていただきたい。(60代 看護師 女性)

- とても関心があり学びたいと思っておりました。本日はとてもありがとうございました。
(60代 看護師 女性)
- 認知症ケアの第一人者の本田先生の講演を聞く事が出来て感動しています。このような機会を提供して下さった鶴見区歯科医師会の皆様に感謝いたします。
(50代 看護師 女性)
- 認知症とは決めつけず人として尊重し、対応していくことに再度気づかされました。
(50代 看護師 女性)
- 同じ物語を見たことはありませんでした。
今日は又違う所に気づける自分がいました。
(50代 看護師 女性)
- 看護学校の教員です。今まで知っていた内容と違いました。とても勉強になりました。
更に知りたいですし、教育に加えていきます。
(50代 看護学校教員 女性)
- 実習の際に学生と共にを行っています。ありがとうございました。
(50代 看護学校教員 女性)
- 大切に思う気持ちを表現することの大切さを改めて実感し、実行する努力をしていきたいと思いました。
(50代 看護師 女性)
- 映像や分析を基によくわかりました。
(50代 看護師 女性)
- 時間通りに開始してほしかった。少し寒かった。
(50代 看護師 女性)
- 仕事としてではなく、人と人の関わりを考えさせられました。
(40代 看護師 女性)
- 今、認知症の患者様は以外と多く、私たちも対応に困ることがありますが、今日の事を参考にしてみたいと思います。
(40代 看護師 女性)
- とても感動しました。学びを深めたいと思いました。
(40代 看護師 女性)
- とても勉強になりました。もっと学んでいきたいと思います。
(40代 看護師 女性)
- 見る・話す・触れる・立つの重要性を知りました。
とっても勉強になりました。ありがとうございました。
(40代 看護師 女性)
- 見る話すが大事なことだとは思っていましたが、触れるは難しいけれど安心感を与えられるように実践していきたい。
(40代 看護師 女性)
- 「見る」「話す」「触れる」について、自分では「触れる」ということにためらいがあり相手の手が安心感を得る位、触れることができていなかった気がします。
又「触れる」と「抑制する」は紙一重なこと気づかされました。
いろいろな事に気づかされました。
(40代 看護師 女性)
- ユマニチュード®を実践する前と後では患者さんの行動が違ってびっくりした。
スタッフ全員に関心がないと実践するのは大変そう。
(30代 看護師 女性)
- 本を読んでいただけではイメージできなかったものが、講座を受けたことでより実践的な部分がわかり、大変参考になりました。
- 回復期病棟で働いています。看護師歴0年9ヶ月の新人です。私の病棟では何人かの認知症の方がいます。何度も不穏になり対応に困ったことがありました。どうすれば落ちつくのか、何を考えているのか分からなかったけど、この講習をうけて、ユマニチュード®を学べて触れる、みる、立つなど実践してみたいことがたくさんありました。多忙でなかなかゆっくりと患者さんとふれる機会が少ないが、良い療養生活を送れるよう、また仕事を楽しく続けられるよう1人1人同じ目線に立って寄り添っていきたいと思いました。変化の影像など分かりやすいスライドで見やすかったです。ありがとうございました。
(20代 看護師 女性)

- 貴重な映像を見せていただき、とてもSurpriseと共に、今後の医療の現場をはじめ、様々なところで前向きな変化が期待できすばらしいと思いました。(50代 医師・歯科医師 女性)
- 以前からユマニチュード®を勉強したかったので、今回はとてもありがたい時間でした。
患者さんに対してだけでなく、口腔ケアや治療をするスタッフにも影響があることに興味深くお話を伺いました。(50代 医師・歯科医師 女性)
- ぜひ学びたい。(70代 歯科医師 男性)
- 大変良かったです。(60代 医師・歯科医師 男性)
- たいへん参考になりました。(60代 医師・歯科医師 男性)
- 大変勉強になりました。接し方から変わりそうです。ありがとうございました。(50代 医師・歯科医師 男性)
- 大変参考になりました。ありがとうございました。(50代 医師・歯科医師 男性)
- 具体的な事をとても知りたいです。(40代 歯科医師 男性)
- 20年前に認知症の身内のケアをしていました。当時はいつも不安と一緒に生活するのがいっぱいいっぱいでした。当時、先生のお話を聞けていたら・・・と思います。
認知の方のいるご家族に少しでも不安を取り除けたら・・・、それにはユマニチュード®の事を勉強したいと思います。正直、病院が悪いと思ってしまうNSが多くいます。Drより力を持ち抑制や、薬を強く、多く使用し、眠らせる方に持っていくNS、これがとてもひどいです。
ユマニチュード®を学んでそんな悪いNSが減っていったほしいと本当に思います。
高齢＝認知を病院は入院すると必ず言ってきます。本当にひどいです。日本の入院はとても暗く辛く、死に導くことが多いです。「正しいレベルのケアを行う」本当に大事なことだと思います！！(40代 医者・歯医者 女性)
- 私の地区でも、勉強できるようにしたい。(40代 医師・歯科医師 男性)
- 参加者どうして実践したい。(40代 歯科医師 男性)
- コミュニケーション、スキルの具体的な内容を図示したテキストの販売。(80代 医師・歯科医師 男性)
- 重度の認知症の方の症状がケアによって改善出来るということに驚き感動しました。
参加させていただき良かったです。(40代 歯科助手 女性)
- 私の母は69歳から認知症になり今77歳です。他人が気になり、暴言ばかりの毎日です。
横浜ほうゆう病院様にお世話になっております。今日も面会に行きましたが、今日はとても機嫌が悪く暴言をはいてました。音楽が好きなので、YouTubeで聞かせると、リズムを取って少しは喜んでくれているようでした。次回の面会からユマニチュード®実行して、母の気持ちが楽になるように頑張りたいと思います。(40代 歯科助手 女性)
- ユマニチュード®による変化にとっても驚きました。ケアする時だけでなく、人として大きく変われると思うので、詳しく知りたいと思いました。(20代 歯科助手 女性)

4・今後取り上げて欲しい内容がございましたらお書きください

- ユマニチュード®の講習会をお願いしたいです。(50代 実母と同居中 女性)
- ユマニチュード®の実践研修(50代 女性)(40代 介護職 女性)
- ユマニチュード®の続き(60代 男性)(50代 介護職 男性)(50代 看護師 女性)
- 今日につながる内容をステップアップとして聞いてみたい。(30代 介護職 女性)
- 身体機能に合った食事介助の方法を学びたいと思います。(50代 ケアマネジャー 女性)
- ユマニチュード®について、もっと勉強したいです。(30代 ケアマネジャー 女性)
- コミュニケーション(30代 歯科衛生士 女性)
- もっと具体的なユマニチュード®の講習会(具体的な方法など)(50代 医師・歯科医師 女性)
- 今回のように診療内容を広げたり、豊かなものにするテーマを希望する。(80代 医師・歯科医師 男性)
- 私は歯科医師ですが、口腔をより知ること、いじめ虐待の解決が出来ることが出来ます。
ぜひ取り上げてください。(70代 歯科医師 男性)
- 地域連携、多職種連携を目的にどの様にすればうまく動くか？知りたい。(40代 歯科医師 男性)