

2026年3月18日
音読教室「読む・詠む・語る」
堺市立中図書館

語りとつながり 語ることがつくるケアと地域

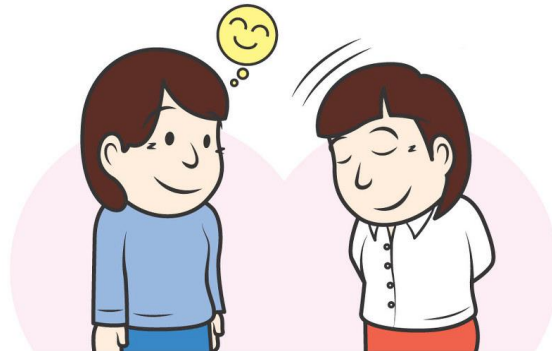
大阪大学大学院医学系研究科老年看護学研究室
公益財団法人浅香山病院

山川みやえ



語るということ

- 自分の経験や感情に意味を与え、自己を保つこと
- 他者に理解されることで安心と信頼が生まれること
- 人と人をつなぎ、孤立を防ぎ支え合いを生むこと



お話しの内容

1. 語りが人を理解する

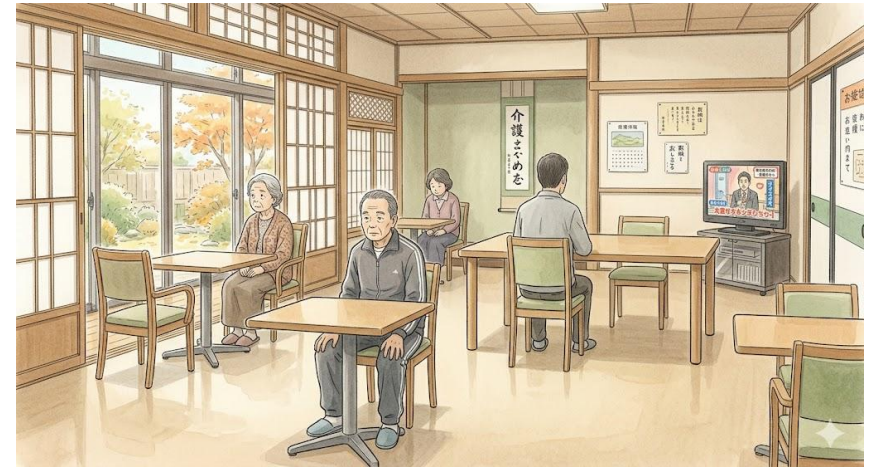
認知症ケアは「人の理解」から始まる
行動だけでは人は見えない
語りによって、その人の意味や背景が見える

2. 語りが関係をつくる

語ることで理解される
理解されることで安心が生まれる
安心が人との関係をつくる

3. 語りが孤立を防ぐ

本人だけでなく家族も語れていない
語れないと抱え込み、孤立する
語れる場があることで支援につながる



ケア場面での語りが足りない



高齢者介護、障がい者、保育など 食事・排泄・入浴・医療

つい行動でみてしまう



認知症の理解は結局「人の理解」：背景を知る

- パーソンセンタードケア（イギリス1990年代）



語りは「行動に意味を与える」

認知症のケアでは、
私たちはつい「行動」や「症状」で人を見てしまう
何度も同じことを言う
怒る
徘徊する

結果であって理由ではない

 **語りを聞くと見えてくるもの**
なぜそれをするのか
何に不安を感じているのか
その人が大事にしてきたこと



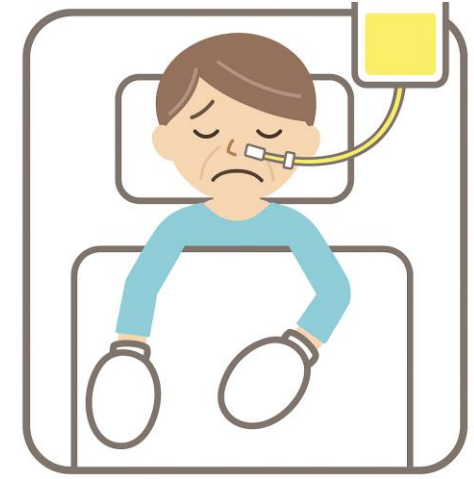
対処の仕方：ケアチームの対話が不足して表面的

療養病棟にて、

鼻からチューブを入れて栄養を摂っている。

認知症があり、チューブを抜いてしまう。

抜かないようにミトンをした。徐々に体も動かさず、何も話さなくなっていくた。



話合い

問題の同定

- ミトンがだれにとってなぜ悪い？
- ミトンが必要なのはケア側がチューブ抜かれると困るから

原因追及

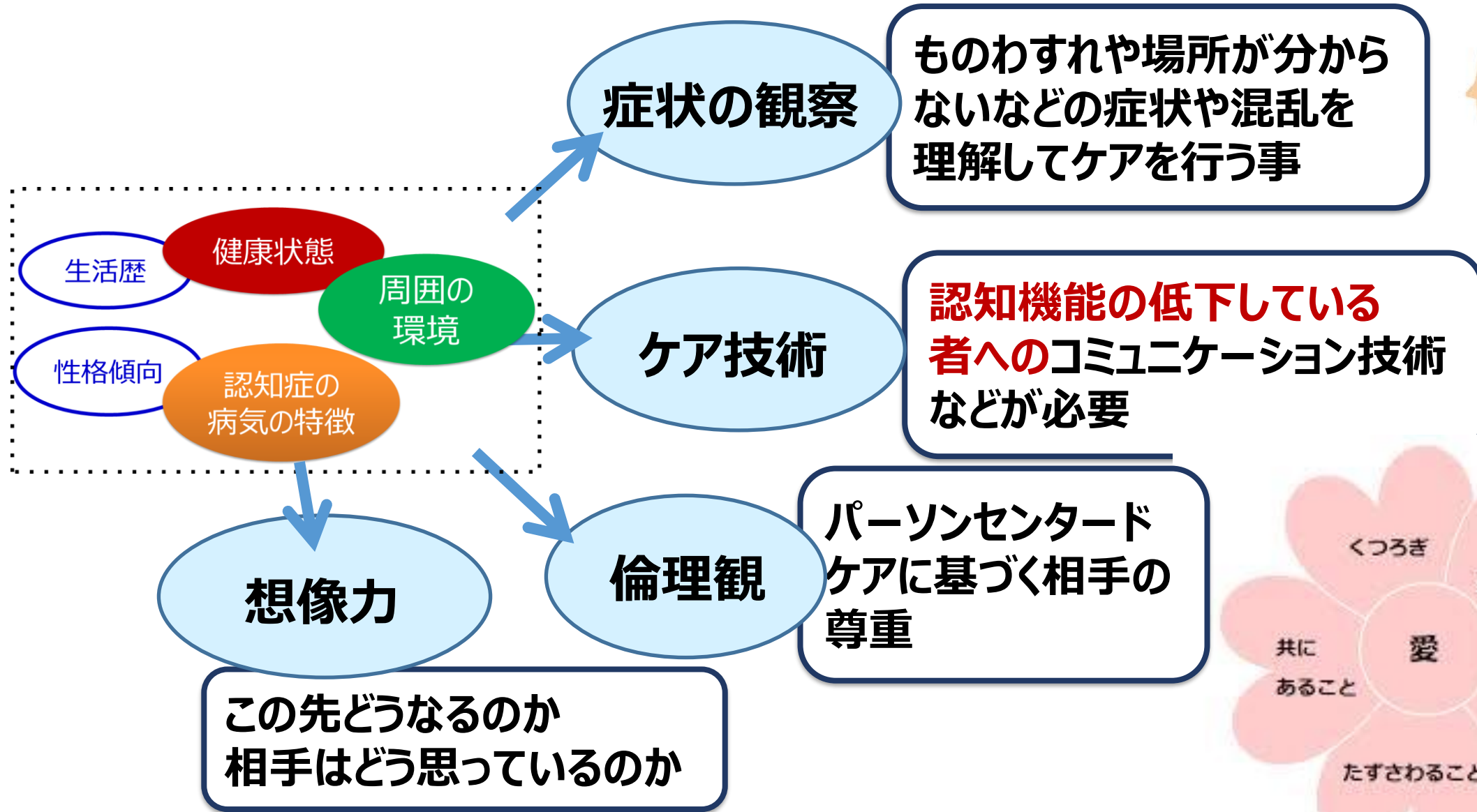
- なぜチューブが必要なの？
- チューブ以外の栄養法ないの？

新たな問題にあたる

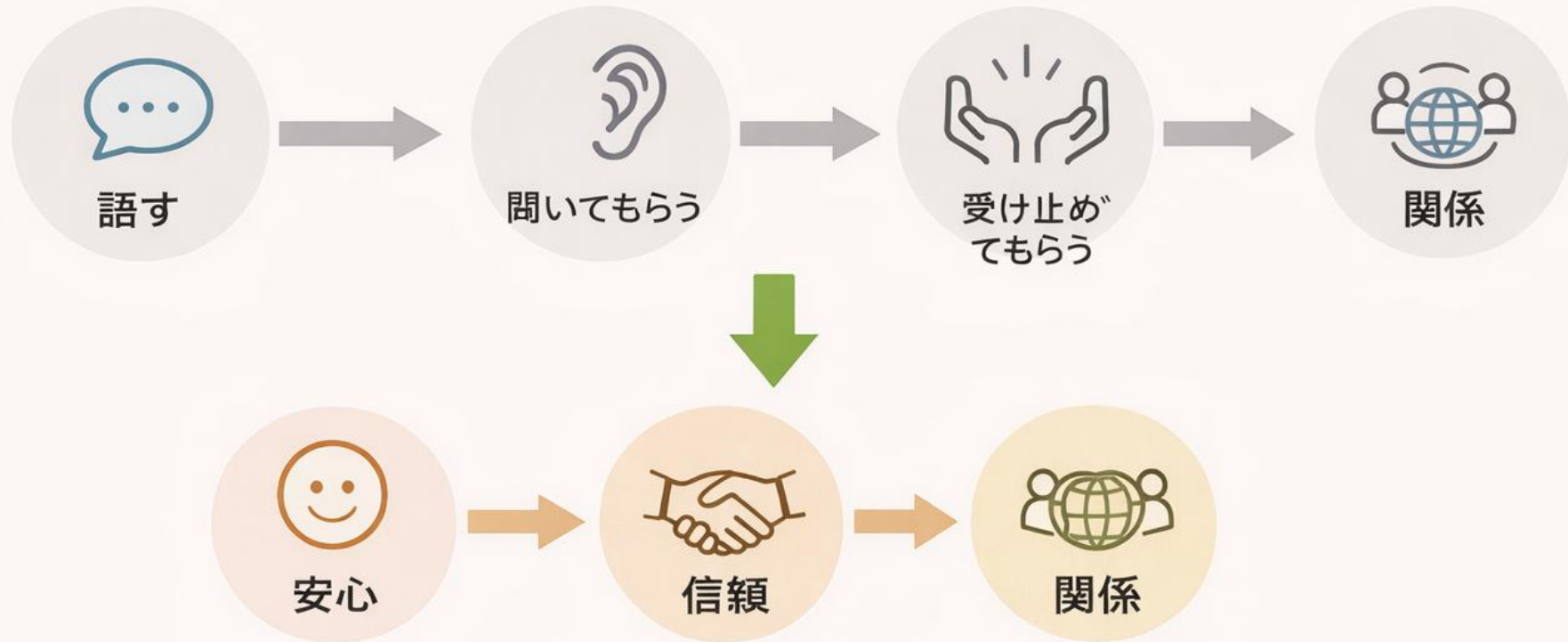
- 管理栄養士、主治医と相談



(認知症) ケアに必要な事



語りが関係性を生むプロセス



ケアは、技術ではなく「**関係**」によって成立する

語りがあるだけでケアは全く変わる

- 例えば、施設で「帰りたい」と言い続ける方がいます。
- スタッフは最初、「また言っている」と対応してしまう。
- ここで、「語り」が入ると変わります。

聴き上手



- ④ 安心 「わかってもらえた」
- ⑤ 信頼 「この人に話していい」
- ⑥ 関係 「落ち着いて過ごせるようになる」



聴き上手の秘訣

遮らず、評価せず、最後まで聴く

👉 正しいかどうかではなく、「そう思っていること」を受け止める

言葉よりも感情を聴く

👉 内容ではなく「不安・怒り・寂しさ」に気づく

安心できる間と沈黙を許す

👉 急がせない・詰めない、沈黙＝考えている時間

理解したことを返す（リフレクション）

👉 「それは大変でしたね」聞いているサインを出す

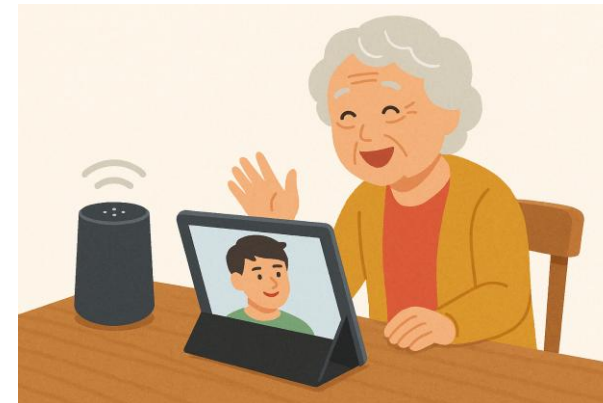
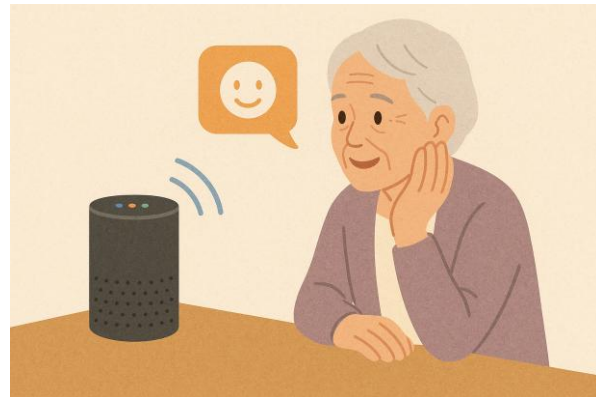
わかってもらえたと感じたときに、人は初めて安心する



つながり：人が人として生きるための支えあい

語りが孤立の解消になる

- ・ 健康「身体的・精神的・社会的に良好な状態」（WHO）
- ・ 現代社会では身体的ケア以上に、孤独・疎外・不安といった**目に見えない苦しみ**
- ・ 「孤独死」や「会話がない生活」、（中途半端な）技術では埋められない**つながりの欠如**

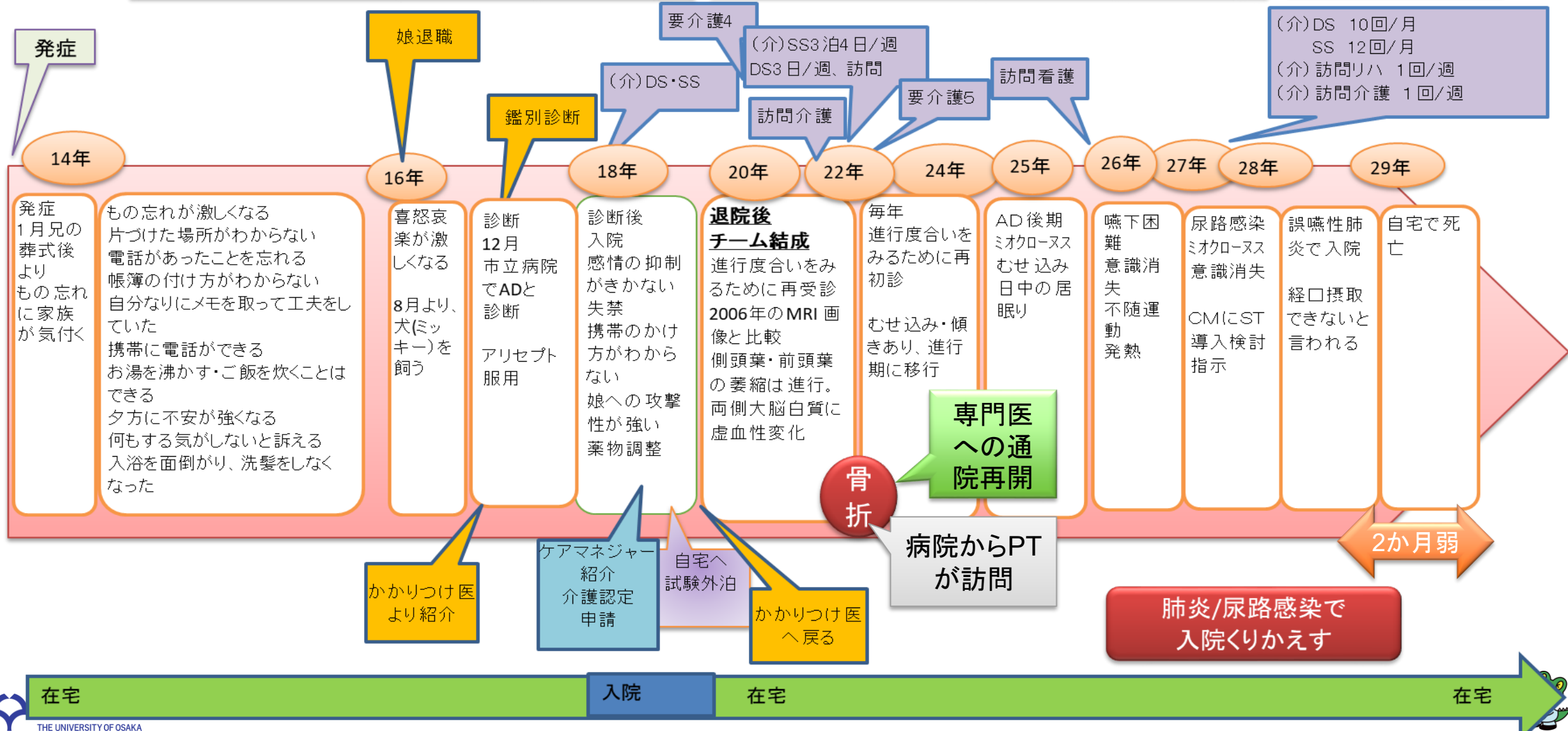


簡単に人は孤立する：Tさんの例

① 一番つらい時期

② チーム結成看取り準備期

③ 看取り覚悟期



小児・青年期の老年期への影響

幼少期

育児放棄

- ・自分勝手
- ・わがまま
- ・困った子
- ・（親は）育児が難しい
→ストレスを抱えやすい

- ・療育
- ・ペアレントトレーニング
（育児方法の獲得）
- ・親の精神面に対する支援はない

学生時代

不登校

- ・不真面目な子
- ・ダメな子
- ・勉強できない子

- ・支援学校（学級）
- ・放課後デイ

就労期

退職・失業

- ・生活や働く上で困難がある
とって相談を受ける人の
背景には発達障害の疑い
が隠れている

- ・人付き合いが上手くいかない
- ・身の回りのことができない
- ・ひきこもり

過干渉・無関心

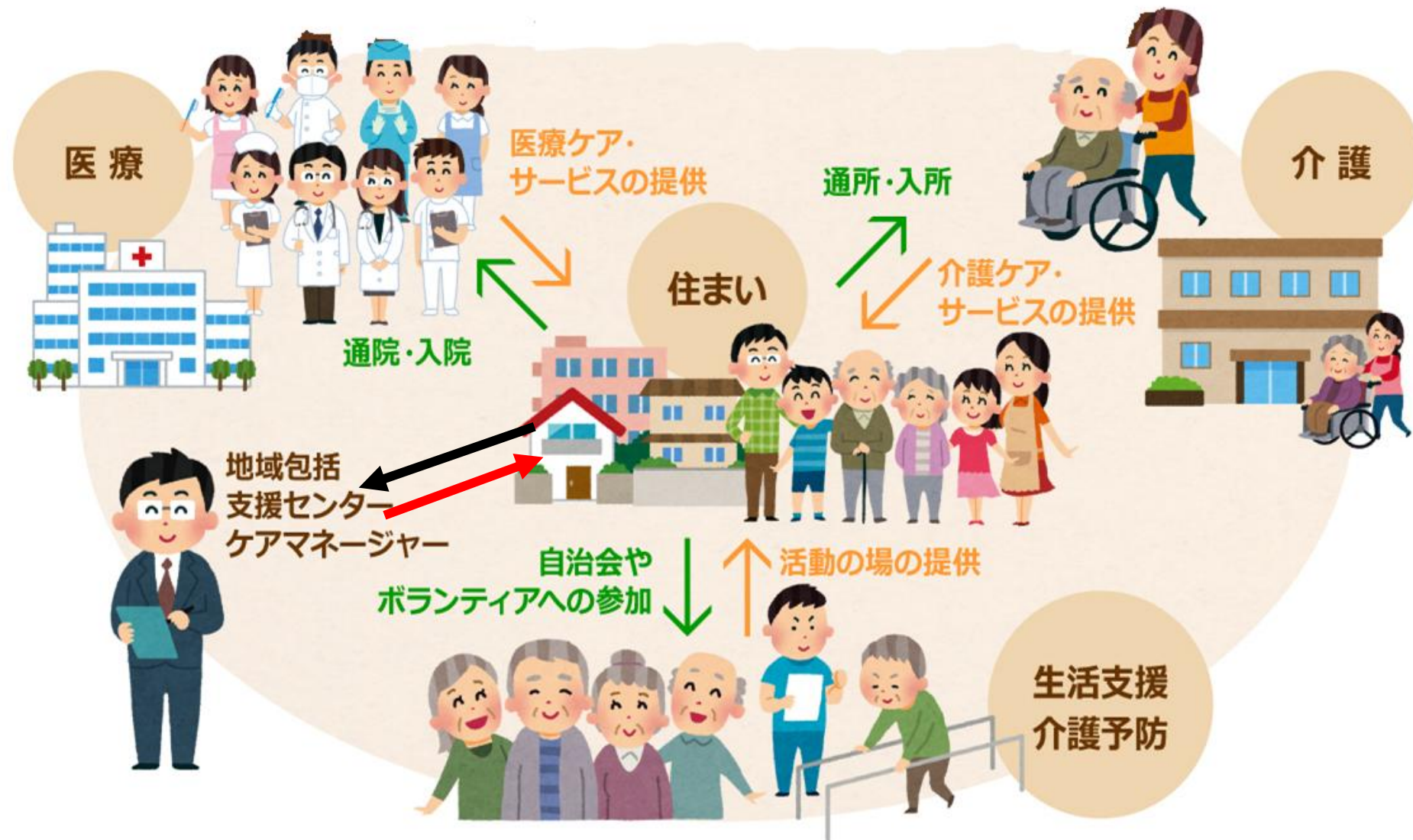
老年期

孤立・孤独死

- ・MCIや認知症と診断される
こともある



語りで再構築するケア：個人/組織間



おまけ：看護師は本当に「**こころ**」が見えるのか

2012年看護の日のポスター



24時間、患者さんに寄り添い、
目で見て手で触れて、
会話して感じる、顔色、肌のつや、
ちょっとした表情の変化や、声のハリ。
患者さんの一番近くにいるから、
わかるもの。
それは時として、
大切な治療の手がかりにもなります。
カラダだけではなく、
こころまで見守り、支える。
それが看護の仕事です。



語りとつながり：心の安定

