

# People-Centered Care

「市民が主体となるケア：ピープル・センタード・ケア」

共に考えよう  
市民と保健医療専門職のパートナーシップ

ピープル・センタード・ケアの実践例

市民と看護職の健康相談場面

# はじめに



この教材では、市民が自分の健康を創り守るためにできることはなにか、また市民の健康課題の改善に看護職はどのような姿勢で市民と向き合うとよいのか、を考えるものである。

紹介する事例は、健康課題の改善に取り組もうとする市民と看護職とのパートナーシップを示した実践例である。

市民と看護職の健康相談場面から、**People-Centered Care (PCC)** の市民と専門職との双方の姿勢を紹介する。

# 市民と看護職とのパートナーシップ における実践例

紹介する事例は、市民が気がかりな健康課題の改善のために、看護職が対応している地域にある健康相談室に訪れた、市民と専門職との健康相談の場面である。

## 【健康相談場面】

田中さんは、50歳代後半の女性。最近疲れやすく、たびたび膝や腰が痛くなり、不安になって近くの病院を受診したしかし、明らかな異常は認められず、医師から老化現象ではと言われた。気になる症状に加えて、仕事もあり、親の介護も気になり、この先のことが心配になっていた。

そこで、田中さんは、看護師が対応する健康相談室に思い切って訪れた。

健康相談  
health navigation



田中さん



看護師



【田中さん】 自ら健康相談室を訪れ、専門職への支援を求める

【看護職】 来談の目的や理由を確認する



**【田中さん】 困りごとや知りたいことを、専門職に伝える**

**【看護師】 敬意を持って接し、相手を知るために話をよく聞く**

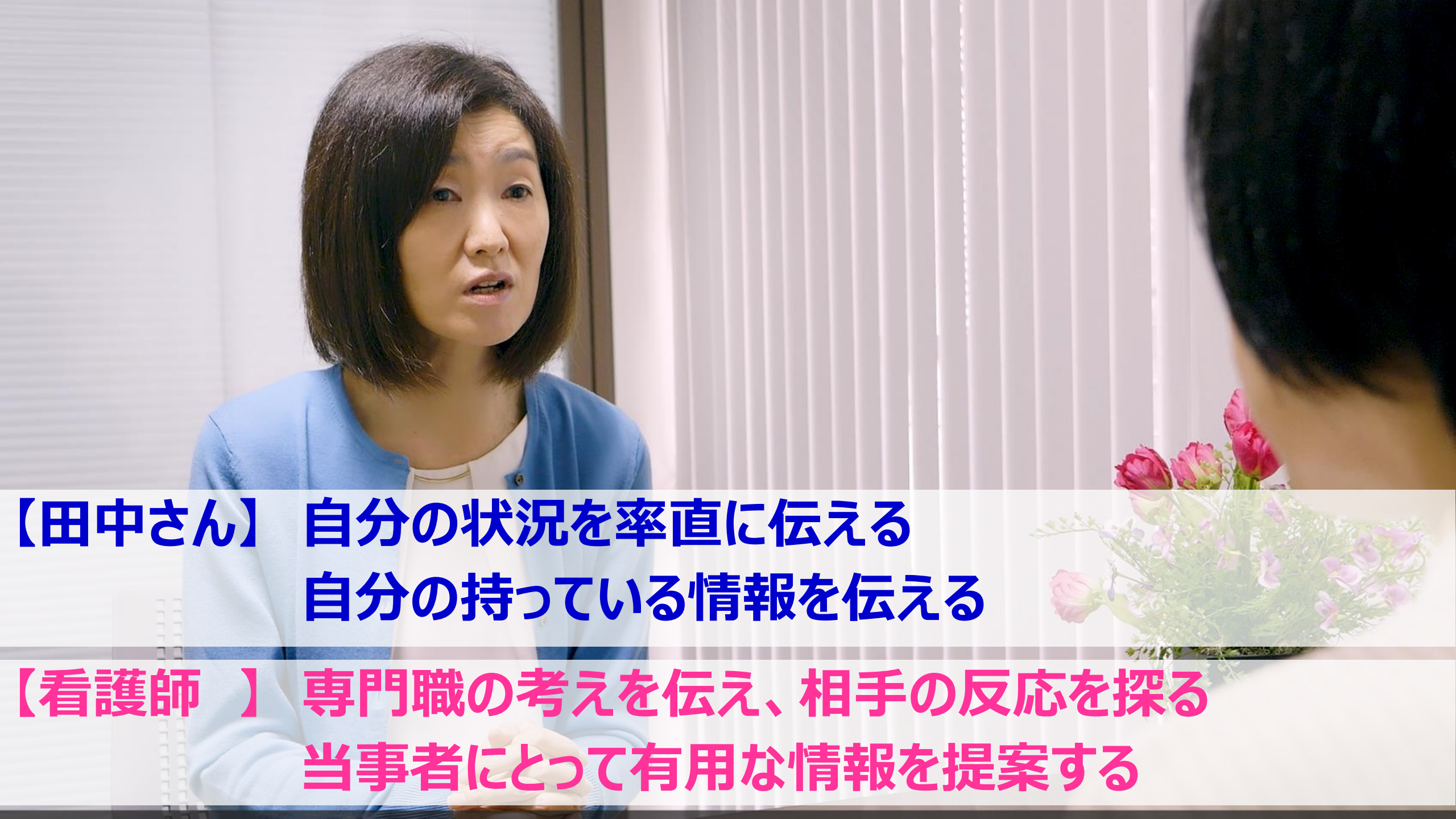
A woman with dark hair, wearing a blue cardigan over a white top, is seated and speaking. Her hands are clasped in front of her. The background consists of white vertical blinds. To the right, a bouquet of pink and purple flowers is visible. The scene is lit with soft, indoor lighting.

**【田中さん】自分の考えや、大切にしていることを伝える**



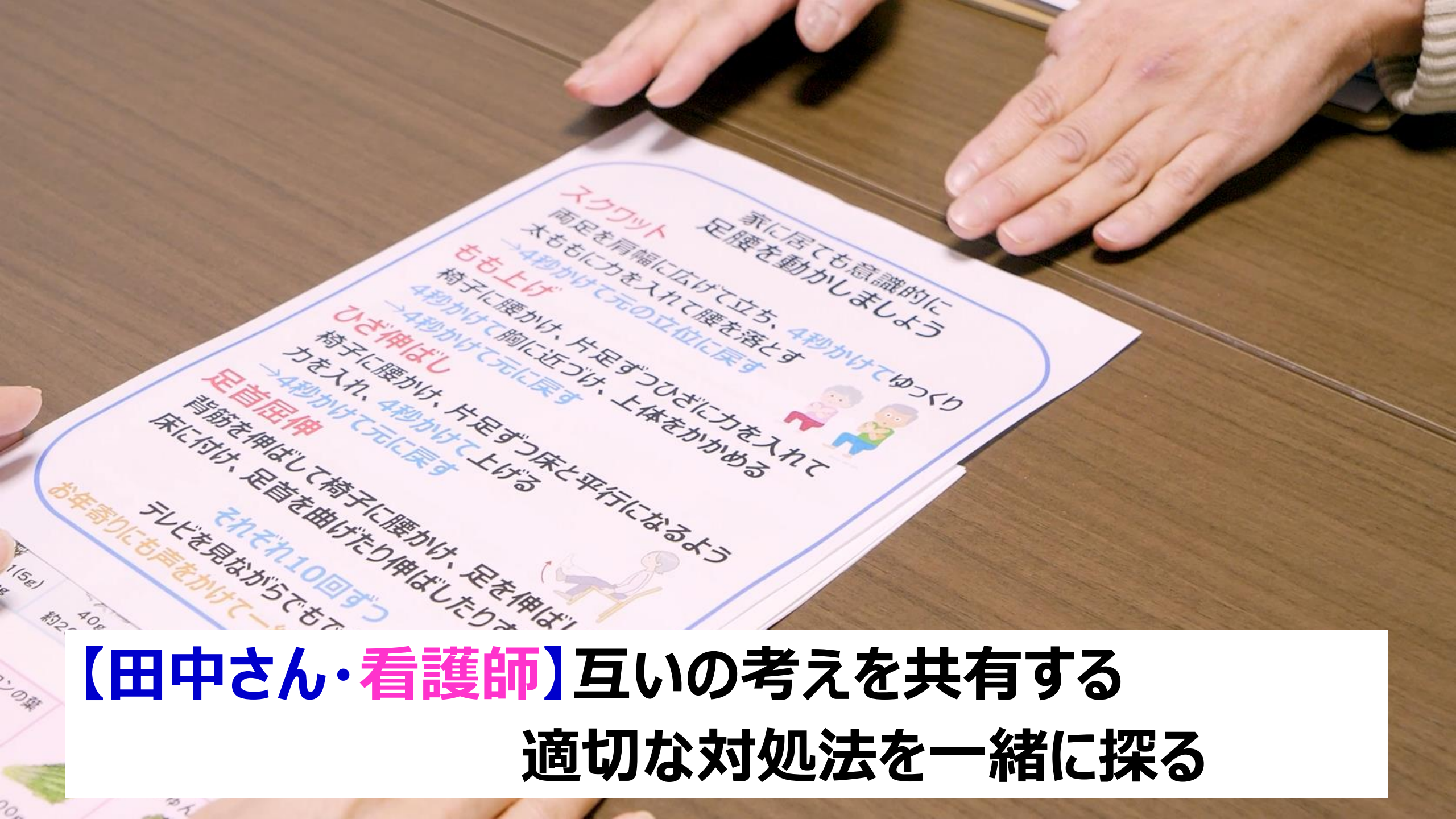
**【看護師】相手の状況や生活背景を把握する  
課題について一緒に考える意向を伝える**





**【田中さん】 自分の状況を率直に伝える  
自分の持っている情報を伝える**

**【看護師】 専門職の考えを伝え、相手の反応を探る  
当事者にとって有用な情報を提案する**



家に居ても意識的に  
足腰を動かしましょう

**スクワット**

両足を肩幅に広げて立ち、4秒かけてゆっくり  
足腰を動かしましょう  
太ももに力を入れて腰を落とす  
→4秒かけて元の立位に戻す



**もも上げ**

椅子に腰かけ、片足ずつひざに力を入れて  
4秒かけて胸に近づけ、上体をかかめる  
→4秒かけて元に戻す

**ひざ伸ばし**

椅子に腰かけ、片足ずつ床と平行になるよう  
力を入れ、4秒かけて上げる  
→4秒かけて元に戻す

**足首屈伸**

背筋を伸ばして椅子に腰かけ、足を伸ばし  
床に付け、足首を曲げたり伸ばしたり  
それぞれ10回ずつ  
テレビを見ながらでも  
お年寄りにも声をかけて



**【田中さん・看護師】互いの考えを共有する  
適切な対処法を一緒に探る**



**【田中さん】 専門職の提案を吟味する  
自分にできそうなことを考える**

**【看護職】 当事者が出来そうなことを表現してもらう**

A woman with short dark hair, wearing a blue blazer over a white top, is seated at a table and speaking. She is looking towards another woman whose back is to the camera. The second woman has dark hair and is wearing a light-colored, ribbed sweater. They are in an office environment with white blinds in the background. The scene is lit with soft, indoor lighting.

**【田中さん】自分なりにできそうなことを表現する  
提案された情報を自分なりに整理する**



**【看護師】 当事者が取り組もうとしていることを共有する**





**【田中さん・看護師】** パートナーとしての関係性をつくり、  
お互いの考えを共有し、健康課題の解決につなげていく

# 市民と専門職のパートナーシップのポイント

**<ポイント1>** 市民と専門職が同じ目標に向かってパートナーを組むために、まず「**互いを理解する・信頼する・尊敬する**」関係を築きましょう

**<ポイント2>** 互いをパートナーとして認め合うためには「**互いの持ち味を活かす・互いに役割を担う**」ことが欠かせません

**<ポイント3>** よきパートナーとして課題解決に取り組むには「**共に課題を乗り越える・意思決定を共有する・共に学ぶ**」ことが重要です

# 市民・当事者のポイント

- 自分から行動を起こし、専門職に支援を求める
- 気がかりに思っていることを専門職に伝える
- 自分の考えや知りたいことをはっきり専門職に話す
- これまでの生活や健康状態を振り返る
- 専門職の提案を吟味し、自分にできることに目を向ける
- 自分のためにできることを、専門職と確認し合う



# 専門職のポイント

- 当事者が大切にしていることを尊重し、共に健康課題に対処する
- 敬意をもって接し、相手を知るために話をよく聴く
- 誠意をもって相手の課題や知りたいことに向き合う
- 自分と異なる価値観で話された時にも相手を認め、まず受け止める
- 相手にとって必要な情報や資源を得られたか、課題の整理につながったかなどを確認する
- 新たな取り組みにつながる機会となっているかを確認し合う

**ピープル・センタード・ケア（People-Centered Care）**では、  
市民と専門職とが対話を通じて、パートナーとしての関係性をつくりながら、  
お互いの考えを共有し、健康課題の解決につなげていく。

People-Centered Care  
**企画・制作**

**本動画は、2023年8月18日に、下記の助成を受けて作成されました。**

**制作は、JSPS科研費（課題番号：19H03966）**

**『市民と保健医療者が共に考える「市民主導型ケア」教材のグローバルスタンダード開発』**

**研究メンバー**

**<代表者> 高橋恵子（埼玉県立大学 ・ 聖路加国際大学大学院客員研究員）**

**<分担者> 亀井智子、麻原きよみ、有森直子、新福洋子 大森純子、朝澤恭子**

**<協力者> 中村めぐみ、射場典子、菱沼典子、田代順子**