



News Letter

日本ホリスティックナーシング研究会ニュースレター 第14号
from Japanese Holistic Nursing Association (JHNA) Vol.14 2016

body (体)mind (心)spirit (魂) 全人的看護をめざして

第20回 JHNA 研究会(横浜)ご報告

“音” ~その癒しの力~

出典：Roger McLassus, Wikipedia より一部改変



第20回日本ホリスティックナーシング研究会 (JHNA) は、平成28年9月4日(日)に緑に囲まれた横浜創英大学で、私たちの生活のなかに無くてはならない音に着目し、「音」~その癒しの力~のメインテーマのもとで開催(総会同時開催)されました。開会は、本研究会代表の小板橋喜久代氏(京都橘大学看護学部教授)のご挨拶で始まり、最初に定例となったベーシックセミナーが開かれました。このベーシックセミナーは、日本ホリスティックナーシング研究会認定制度検討委員が「Core Curriculum for Holistic Nursing」のテキストの各章を翻訳・紹介するセミナーで、今回は第5回目を迎え、「セルフアセスメント」の章を木村恵美子氏(青森県立保健大学健康科学部看護学科教授)にご紹介いただきました。ご講演では、東北大学大学院医学系研究科音楽音響医学分野の市江雅芳先生をお招きして、「音の力~エネルギー医学の視点から」のテーマでお話いただきました。「音」による波動をエネルギー体の共鳴としてとらえたエネルギー医学の観点からのお話は、実際に参加者全員が輪になってエネルギーを体感したり、スプーン曲げに挑戦したりと、会場では歓声が上がり、異次元の世界に引き込まれたかのようでした。ヴォイスセラピー実践研究家で元 SBS 静岡放送アナウンサーでいらっしゃる上藤美紀代先生からは、「声のもつ力~相手を想う声遣い~」をテーマにご講演いただき、腹からの声遣いの体験や先生の朗読を拝聴することを通して、声のもつ癒しの力を肌で感じる体験をしました。ワークショップでは、音楽療法士としてご活躍なさっている内野すみ江先生に、「音楽の力~医療における音楽療法~」をテーマとして音楽療法の実際の感動的な体験事例をお話いただきました。

このほか、前回に引き続きホリスティックナーシングに関わる研究のポスターセッションも開かれ、発表者らと会場との活発な討議が交わされました。またミュージックホールでは、ピアニストの梶ひとみ氏によるピアノ演奏会が開かれ、ショパンやベートーベンの曲が披露されました。演奏会の最後には、梶氏の伴奏で「赤とんぼ」の歌を皆で合唱し、一人一人の心が繋がれました。各講演の合間に流れる BGM も、参加者をほっとさせる一役をかっていました。

朝から夕方までの内容の濃い研究会となり、時間が過ぎるのも忘れてしまうほど「音」を学び「音」に癒される一日となりました。最後は、守田美奈子氏(JHNA 副会長、日本赤十字看護大学看護学部教授)のご挨拶で幕を閉じ、参加者は、元気や感動や意欲などの思いを持って帰路につきました。





◆◆◆◆◆ 参加者からのご報告 ◆◆◆◆◆

日本ホリスティックナーシング研究会に参加して

山名リンパケア研究所 山名敏子



市江雅芳教授

平成 28 年 9 月 4 日横浜創英大学において、第 20 回日本ホリスティックナーシング研究会が開催された。私は元皮膚排泄ケア認定看護師であるが、現在はリラクゼーション系リンパケアスクールや、開業医と提携したリンパケアサロンを運営しており、未だレイキ療法、中国医療気功、ホリスティックタッチ、ビーイングタッチなどを学んでいる段階である。そのため、今回の主テーマでもある、音による癒しの力、エネルギー医療の可能性について、以前から興味をもっており、研究会には大いなる興味を持って参加した。

まず、青森県立保健大学健康科学部看護学科の木村恵美子教授によるベーシックセミナーでは、**Care Curriculum for Holistic Nursing** 第 9 章の **Self-Assessments** のアウトラインを講義していただいた。この中で、いかにヒーリング

と変化に対応したケアを提供するためには、ホリスティック看護師がしっかりと専門的な教育と実践、研究、多様な部門との連携を図りつつ、あらゆる角度からの健康とウェルネスに関する指導をすることが重要な鍵になるかを知った。それは結果的にクライアントとのケアリング効果にも繋がるが、さらに健康を保つためのセルフアセスメントには 8 つの構成要素があることを学んだ。しかし、超高齢社会の日本においては、また別な構成要素が加わるのではないかと感想を抱いたが、リンパケアリストとしても大変参考になる講義であった。

次に東北大学大学院医学研究科音楽音響医学分野の市江雅芳教授による「音の力～エネルギー医学の視点から～」の講演を拝聴した。突然のサイキックではない骨格筋を使ったスプーン曲げ挑戦から始まった講義はとても興味深く、いかに自分の潜在能力を知るか、手を活性化させる方法などはすぐにでも実行可能な内容であった。特に **Being** と **Doing** の話は納得できる反面、施術者の意識の持ち方にかかなり影響するのでは？と私は個人的な疑問を持った。音の周波数については、今や量子力学的にも癒しの効果は解明されており、目に見えないけど存在している素粒子レベルとエネルギー医学の発展性など、もっと拝聴したい気持ちが高まった。人は細胞レベルから共振共鳴できるのだから、今後はさらに科学的視点でレイキや気功、様々なタッチ法など解明されることを期待し、本邦でも抵抗なく医療に応用される日が近いのではと感じた一日となった。



体験学習

◆◆◆◆◆ 参加者からのご報告 ◆◆◆◆◆

「声のもつ力～相手を想う声遣い～」を受講して

昭和大学保健医療学部 吉原祥子

「見えぬけれどももあるんだよ。見えるものでもあるんだよ。」上藤先生の柔らかな声は、私の身体にするりと入って詩の世界を映し出させた。

「人肌の声を、3 分咲きの笑顔で、額から出しましょう。」今まで言葉選びに神経を注いでも、どんな声で話すかはあまり考えたことがない。振り返ると、患者に行った説明を“理解してもらえていない”と感じたことは多々ある。時間に追われた自己中心的な声では患者に届かなかっただろう。ワークでは腹式呼吸で発声練習をした。たった数分なのに声帯周囲が疲労する。「声も技術・訓練が必要」と気づき、改めて声のもつ力を考えさせられた。相手を想う声遣いをするためには、自分の持っている声遣いを知り、相手によって変化させることも必要であるという。これからは広いバリエーションで、相手にストンと届く声を磨きたいと思う。



上藤美紀代先生





◆◆◆◆◆ 参加者からのご報告 ◆◆◆◆◆

音楽の力～医療における音楽療法～を受講して

山梨県立大学看護学部 井口久美子



内野すみ江先生

和ケアにおける音楽療法の効果についてだった。音楽療法最終回には、体調が悪かった患者が身を起こし、周りに聞こえるような大きな声で歌を歌ったという結果は、目頭が熱くなる思いになった。

音楽療法を取り入れている病院は、あまりきかない。しかし、最後までその人らしく生きるためには、大変重要だと実感することができた。さらに、音楽療法に興味を抱くとともに、更なる発展と、国家資格となり、病院内に普及していくことを強く望む気持ちとなった。

音楽は、現在の生活に根付き欠かせないものである。私自身も音楽によって癒されたり、元気づけられたりした経験を持っている。その音楽の力が医療現場でどのように活かされ、患者達にどのような効果をもたらすか大変興味深く感じていた。講義では、音楽の歴史は古く、太古の時代から文化との関わりが深かったことや、副交感神経優位になることによって、身体的にも精神的にも癒しや活力へ繋がること分かった。心に残ったのは、音楽療法の事例紹介であった。高度の難聴がある新生児が運動機能発達を起さず成長した結果や、パーキンソン氏病患者の歩行速度の向上、そして、最も感動したのは、緩



内野先生の伴奏で合唱



第5回 ベーシックセミナー (認定制度検討委員会主催)

ベーシックセミナーに参加して

川崎市立看護短期大学 小濱優子

今回のベーシックセミナーは、第5回目となりました。青森県立保健大学、木村恵美子氏により、米国のホリスティック・ナーシング協会認定テキスト「Core Curriculum for Nursing」の第9章『Self-Assessments』について、翻訳とプレゼンテーションが行われました。ヒーリングや癒しの意識などの具体的な語句の定義からお話しいただき、米国のホリスティック看護師の活動内容、

「The Future of Nursing report in 2010」や「Healthy People 2020」という戦略について学びました。ホリスティックナースによる指導では、8つの構成要素(176項目)から成る Integrative Health and Wellness Assessment(IHWA)を用いてアセスメントし、クライアントを指導するというお話が印象的でした。

参加者から、「176項目にも及ぶことに驚いたが、ここからコーチングが始まっていることがとても印象に残っています。気づく、意識することが行動変容にはとても大切であると再認識しました。」「セルフアセスメントのことが良く伝わり分かりやすかった。すべてを読んでみたくなりました。」というご感想をいただいたように、とても充実したセミナーとなりました。



木村恵美子認定制度検討委員





示説発表

示説発表では、「Report on Activities of Japan Holistic Nursing Association (Kumiko Tanaka, et al.)」「リラクゼーション外来の継続受診者にみられる行動変容のプロセス(小板橋喜久代氏)」「専門的緩和ケアに従事する看護師に向けたあたま・からだ・こころ研修-アクションリサーチによるプログラムの構築-(宗定水奈子氏)」の3演題の発表が行われ、活発に討議されました。



梶ひとみ氏 ピアノ演奏会



渚のアデリーヌ (リチャード・クレーダーマン)
亜麻色の髪の乙女 (ドビュッシー)
ワルツ 遺作木短調 (ショパン)
ソナタ「悲愴」より第2楽章 (ベートーヴェン)
みんなで歌う「赤とんぼ」



第21回日本ホリスティックナーシング研究会 第6回ベーシックセミナー (認定制度検討委員会主催)

開催予定

- 【日時】2017年3月5(日) 13:30~17:00
 - 【場所】キャンパスプラザ京都 (京都駅中央口より徒歩5分)
 - 【内容】米国のホリスティックナーシング認定制度とその実践活動の報告「セルフフレクション」「癒し手としての看護師」について、レクチャー
 - 【参加費】
事前申込: 会員 1,000円、非会員 2,000円、学生会員 3,000円 (2/28日迄に振込→振込先: 郵便局 00990-9-288009 日本ホリスティックナーシング研究会)
 - 【申し込み先・問い合わせ先】
日本ホリスティックナーシング研究会事務局 e-mail: info@jhna.jp
下記の項目をご記入の上、e-mailでお申し込みください。
- 1) 件名 「第6回ベーシックセミナー参加希望」
 - 2) ご氏名(カナ) 3) ご住所
 - 4) 会員区分 (正会員・一般会員・学生会員・非会員)
 - 5) メールアドレス 6) 携帯電話 7) ご職業・所属先

入会のご案内



- 【会員】本研究会に賛同する医療専門職(看護師、医師、他)、補完・代替医療専門家、及びその学生、企業・施設・団体など
- 【入会手続】ホームページ(URL:<http://www.jhna.jp>)より入会申込用紙をダウンロードし、必要事項を記入の上、下記事務局宛に郵送もしくはE-mailでお申し込み下さい。
- 【入会費】3,000円
- 【年会費】
正会員(看護師または当会役員)7,000円、
一般会員(看護職以外)5,000円、学生会員(大学院生を除く)3,000円、賛助会員30,000円より

NEWS LETTER-The Japanese Holistic Nursing Association, Vol.14, 2016. 日本ホリスティックナーシング研究会ニュースレター第14号

発行 : 日本ホリスティックナーシング研究会事務局 2016年3月発行
 本部 : 京都橋大学看護学部小板橋研究室内 〒607-8175 京都市山科区大宅山田町34 TEL&FAX : 075-574-4251
 MAIL : info@jhna.jp URL : <http://www.jhna.jp>
 ニュースレターに関するご意見ご感想は、本江 a.hongo@soei.ac.jp 相原 aihara@hcpro.jp 迄

