

BOOK Review

ユマニチュード入門

評者 中村耕三 国立障害者リハビリテーションセンター総長



「これは魔法だ」。

テレビでユマニチュードの番組を見た感想である。認知症を発症しケアが困難な「困った、手のかかる人」になってしまった人が、来日したイヴ・ジネストさんのユマニチュードのケアを受ける。1時間程のケアの終わりには、その「困った人」が「ありがとう」とお礼を言うようになり、Vサインを送ったり、イヴ・ジネストさんの頬に別れのキスをしたり、自分で立ち、歩いたりする。ケアを見守っていた家族からは「まったく認知症を感じなかった」など、夢のような出来事に驚きと感謝の言葉が続く。

具体的な技術をわかりやすく図解

しかしユマニチュード (Humanitude) は魔法ではなく、誰でも習得できる150の具体的な技術からなっている。イヴ・ジネストさんら2人のフランス人により開発されたケア技術で、今、広まりつつあるという。本書は自らフランスに渡り、この技術を実際に経験してこられた本田美和子医師によるその入門書である。

ユマニチュードは「見つめる技術」、「話しかける技術」、「触れる技術」そして「立つことへの効果的なサポート技術」の4つからなる。前3つは「知覚」、「言語」そして「感情」のこもったコミュニケーションの技術であり、あと1つの「立つ」そして「歩む」ことはケアを受ける人が人間であることを自覚できるための技術である。

「見つめる技術」では、見下さないよう水平な目線で、視野の狭くなっている高齢者の正面から視線をつかみに

いくことが示されている。「触れる技術」では、手首をつかまず、飛行機が着陸・離陸するように下から支えるなど、それぞれの技術がわかりやすく、素敵な図とともに説明されている。

忘れられない光景

本書118ページに「シャワーや保清の目的はなんですか?」との問いがある。「単にきれいにするだけなら洗濯機です」とイヴ・ジネストさんは言う。この言葉に、私にとって忘れられない昔の光景がダブる。

それは平成の初めころ見たシャワー室の光景である。ケアを受ける人を、シャワー用の担架に臥位の状態に載せる人、服を脱がせる人、担架に載せたまま長方形の湯槽につける人、両側から洗う人と続き、右から左へまさに流れ作業である。そして、そのシャワーを待つ車いすの長い列が続くのだ。私が、人が「立ち」「歩く」ことの重要性に関心を持つようになった原点で、あれはやはり「洗濯機」だったのである。

人間らしくあるための技術

ユマニチュードの技術の裏には、人間は社会的な生き物であり、「その人の“人間らしさ”を尊重し続ける」という考え方がある。ネグリティュード(「黒人らしさ」の意)を踏まえたユマニチュードというネーミングも、「人間らしくある」状況を志向している。そこには、現在のケアが「生命の維持」や、転んでけがをしては困るという「医

療安全」に重きを置きすぎているか、そして「受ける人のためになっている」との確信（誤信）から「力づくのケア」になっていないか、との反省がある。

人は立ち、歩き、社会生活を送る動物である。社会生活は他者とのコミュニケーションによって成立する。人は立って歩いて行きたいところへ行き、そこで他者と見合い、話し合い、触れ合い、他者との関係を深めながら生きていきたいという思いの強い動物である。

「力づくのケア」には、この配慮が欠けているのではないか。ユマニチュードでは、優しさに裏打ちされたコミュ

ニケーション技術により、環境を、その人がこれまで過ごしてきた社会性の感じられる状態に戻す。その人は立ち、歩くことによって自らが社会生活を送る存在であることを確認するのである。

イヴ・ジネストさんらは「人間らしくある」という目標を掲げ、それを具体的な技術になるまでに消化し、示した。それも非常に有用な技術で、……やはり「これは魔法だ」。

あらゆる医療、介護に関わる人、高齢者を抱える家族の人にもぜひ読んでもらいたい。

本田 美和子, イヴ・ジネスト, ロゼット・マレスコッティ 著

A5判／148頁／2014年／定価(本体2,000円＋税)／ISBN978-4-260-02028-2／医学書院刊