令和７年度職能合同集会

頼るスキル、頼られるスキルの磨き方
～ 受援力を発揮する「考え方」と「伝え方」のコツ ～

日時：令和７年９月６日（土）13：00～14：50
会場：岩手県看護研修センター（ハイブリッド開催）

令和７年度職能合同集会は、吉田穂波氏（神奈川県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科教授/産婦人科医/医学博士/公衆衛生学博士/産業医）を講師にお迎えし、受援力を発揮する考え方と伝え方を学びました。

吉田先生は初めに、AI の活用が広がり正しい答えを容易に導きだせる今、人間だからこそできることは「つながること」「巻き込むこと」「寄り添うこと」であると話されました。そこで、参加型・一期一会・柔軟性の３つを大事に進めるため、約 90 名の参加者が会場とオンラインとでグループとなり、４職能の委員が交流し、共に語らい学び合いました。

受援力とは、相手に助けを求め受け入れる力であり、防災用語が始まりということですが、現在は生きる力や周囲と繋がるための力として再評価されているそうです。対人援助に関わる私たちは、誰かのために何かしてあげたいとの思いから、頼ることを苦手とする人が多いと、吉田先生ご自身の経験も交えて話されました。しかし、頼ることはプロとして大事な力であり、弱さではなくその場を何とかしようとする強さであるとの言葉が印象的でした。さらに、頼ることは信頼の証であり、つながるためのコミュニケーションスキルの一つであると認識を新たにしました。

頼る時の伝え方のコツは、Ｋ（敬意）、Ｓ（存在承認）、Ｋ（感謝）であると学び、グループで行った受援力ゲームでは、参加者に笑顔が広がっていました。また、頼ることは感情労働でもあり、自分自身をよい状態に保つ必要性も学びました。

アンケートでは「非常に満足 71.4%」と高評価でした。感想には「受援力を学んで少し心が軽くなった」「頼り頼られることで信頼関係が深くなるとの言葉に頷いた」「講師が参加者の実情に寄り添いながらお話ししてくださっていて心地よく感じた」など、心に響く研修であったと感じました。今後も様々な企画を行っていきたいと思います。

（看護師職能委員Ｉ　長澤晶子）