



## 1章 全人的医療編

- 1 欲しいのは 心と心の 「近さ」なり
- 2 「変わらない」 その一言で 不安飛び
- 3 求むるは ニーズに合った 幅広さ
- 4 ずっとみる いろいろなものが みえてくる
- 5 わからない そんなときこそ 「また来てね」
- 6 別れ際 「いつでも来てね」 伝えよう
- 7 地域では 病気が軸じゃ ないんです
- 8 治せない 今こそ診よう 心理・社会
- 9 医師じゃない だから気づける こともある
- 10 病気には 「疾患」、「病」 二面ある
- 11 一旦は 患者の考え 受け止めて
- 12 患者はね 「背景」の上に 立っている
- 13 お互いに 同じ理解か 確かめて
- 14 情報は 武器や防具じゃ ありません
- 15 健康は あらゆる機会に 増進可
- 16 今、元気 明日の元気も 支えよう
- 17 薬無効 だったら社会を 「処方」しよう
- 18 何するも 関係性が ものをいう
- 19 面接の 最初と最後を 全力で
- 20 多忙でも 傾聴・共感 忘れるな

- 21 水かけて 関心の芽を 待ちましょう
- 22 自信ない? だったら褒めて 褒めちぎれ
- 23 重要性 わからぬのには 理由あり
- 24 成すために 小さな成功 積み重ね
- 25 「私なら」 「あの人だったら」 使い分け
- 26 生活は 生活の中で 語られる
- 27 「生活の 終わり」も今から 考える
- 28 人は皆 長生き願うと 限らない

## 2章 家族ケア編

- 1 患者さん 家族と影響 与え合う
- 2 おばあちゃん 家族の健康 見張ってる
- 3 家族には 負担のかかる 時期がある
- 4 家族図は 多くのことを 物語る
- 5 それぞれの 家族のバランス 評価して
- 6 家族ケア カンファレンスが 集大成
- 7 ちょっと待て 家族の意見も 聞きましょう
- 8 無理してない? 介護家族に 声かける
- 9 死別・離別 グリーフ・ケアで 支えよう
- 10 この命 家族みんなの 命なり

### 3章 多職種連携編

- 1 幅広く 連携すれば 救われる
- 2 主治医なら 入院しても 主治医たれ
- 3 退院は 関係づくりの チャンスなり
- 4 その対応 ケアマネさんが 困ってる
- 5 その情報 看護師さんが 知っている
- 6 ツールにて 心と情報 共有す
- 7 継続性 勤め続ける だけじゃない
- 8 この仕事 誠心誠意 やり遂げる
- 9 問いただす 前に敬意を 払うべし
- 10 人として 好きになるほど うまくいく
- 11 リーダーは 仕事のやり甲斐 創り出す
- 12 喧嘩より 相手の事情 察すべし
- 13 とりあえず 相手の喜ぶ “おせっかい”
- 14 ユーモアが 立場の垣根を 取り払う
- 15 物事の 「正義」と「連携」 別次元
- 16 できぬなら 共に歩んで 成長を
- 17 「許せない」？ ならば連携 あり得ない
- 18 IPE 互いの価値を 高め合う
- 19 人がいない？ それなら連携 広げよう
- 20 人がいない？ それなら役割 広げよう

## 4章 行政編

- 1 要求は 突きつけずまず 聞いてから
- 2 行政に “上から目線” 厳禁だ
- 3 やったこと とにかくマメに 報告を
- 4 あらかじめ 周りに仲間 つくっとく
- 5 行政の カネに頼ると 危険なり
- 6 行政の 重い腰上げる “ストーリー”
- 7 行政の 信頼得たり マスメディア
- 8 取り組んだ 成果は皆と 分かち合え
- 9 横串は 外からだから 刺しやすい
- 10 毎年の 目標設定 不可避なり
- 11 前例を つくりノウハウ 受け継ごう

## 5章 住民編

- 1 あくまでも 医療の主役は 住民なり
- 2 待つよりも まずは地域に 飛び込もう
- 3 住民は どんな人でも プロバイダー
- 4 きっかけを つくって動きを 期待する
- 5 きっかけは 押し引きバランス 考えて
- 6 活動は 無理しなければ 長続き

- 7 諦めず コツコツ続け 花開く
- 8 貢献で 活動意欲 維持できる
- 9 自分にも 役立つ活動 持続する
- 10 医療者の 思いが活動 鼓舞しけり
- 11 居心地が よければ活動 継続す
- 12 活動を 時代に合わせて 進化させ
- 13 外に出て 意欲的な人 見つけよう
- 14 住民へ 伝えるべきは 住民なり

## 6章 ヘルスプロモーション編

- 1 目の前の 人から地域 想起する
- 2 地域課題 地域診断で 浮き彫りに
- 3 サイクルを 何度も回し 健康に
- 4 患者にも 健常者にも アプローチ
- 5 地域とは 八つの顔持つ パートナー
- 6 理想から プレない取り組み 逆算す
- 7 取り組もう 地域主体に 対等に
- 8 問題は 「ありき」ではなく 「所在から」

## 7章 まち・地域づくり編

- 1 医はすべて 地域抜きには あり得ない

- 2 地域ごと 「何をやるべき」 異ならん
- 3 支えよう 住み続けられる まちづくり
- 4 健康は 社会によって 決められる
- 5 人とまち “絆の力” で 健康に
- 6 男には つなげる人が 不可欠だ
- 7 つながりは 人の行動 変えていく
- 8 ただ単に 交わるだけで 健康に
- 9 地域から 支えられると 健康に
- 10 地域には 縦より横の つながり
- 11 友人は 量より質が ものをいう
- 12 役割と 社会参加は 抱き合わせ
- 13 格差とは 社会をむしばむ 火種なり
- 14 “笑い” には 健康パワー 隠れてる
- 15 “楽しさ” で 無関心でも 関われる
- 16 “つい” を生む ナッジの効いた まちづくり
- 17 一員と 感じられれば 人動く
- 18 継続は とかく楽しむ ところから
- 19 結局は 顔と心の 見える仲
- 20 目指すのは 「調和なくして 地域なし」