

## 医療関係者と市民が語り合う「あとほーむカフェ」

市民と医療者、医学部生が健康や医療について考え方や思いを自由に語り合う「あとほーむカフェ」が開かれている。代表世話人の中野重行さん(大分大医学部名誉教授、元同大学病院長)は「ヨミ

ュニケーション能力を高めることで医療者と市民の距離を縮めることができる。健康に関する情報を見極める能力(リテラシー)を高める機会にもしたい」と意気込んでいる。



ストレスについて体験談や対処法を話し合う  
参加者=大分市のJCOMホールトホール大分

## 月1回 程度開催 医療への思い、自由に

を務めた。ストレスは環境に適応しようとすると体の自然な反応だが、過剰になると心身の不調が出てくる」とを説明。参加者は4グループに分かれ、ストレス原因や症状、対処法について話し合い、結果を発表。運動や趣味などの時間を確保したり、人に話したり、日記に書き出して客観化することでストレスを受け入れることの重要性を確認した。今後も月1回程度のペー

**3 カフェ形式** さまさまでアーマについて、職種を超えて同じ立場で気軽に語り合える。フランスのカフェで始まったことから、国内でも「認知症カフェ」などが開催され、広がりを見せている。

# 会話能力を高め 健康情報見極め

中野さんは臨床病理学教授時代の1992年に、医学部生と全人的医療(患者の心理や社会的背景も含めて診療する医療)について語り合う体験型学習の自主的勉強会を開いていた。勉強会は2006年まで続き、計123回延べ約700人が参加した。

あとほーむカフェは講師の務め、市民と交流している。あとほーむカフェは講座の参加者が発起人となつて始めた。

1月はストレステーマで開催する予定。24日に開き、約20人が参加。中野代表世話人が話題提供者の藤咲里花さんを話題提供

者に迎え、「どのような医療を望みますか?」、4月21日は杵築市医療介護連携課の岡江晃兒さんを迎へ、「死生について考える」をテーマにそれぞれ開催する。

セルフマネジメントコーチもにJCOMホールトホールで午後1時半から。問い合わせと申しあげは世話を大分で午後1時半から。問人の柴田淳子さん(☎090-22584-9948)。