

## 10 医療の場に笑いをとり入れる試み

駒ヶ根共立クリニック 岩元由香里 宮澤弥生 中村有里

### 1 はじめに

昨年私たちは、ユーモアを交えたコミュニケーションを図ってみんなが笑顔になるようにと、スタッフの間で川柳同好会を発足しました。これに引き続き、患者さんの透析での苦痛を癒し、少しでも明るく楽しい気分になってもらえるように、医療の場に笑いをとり入れる試みを始めました。まず患者さんに、笑いについてのアンケートと、SF-36による健康調査を行いました。そして笑いの効用を知ってもらうために、腎友会で講演を行い、アンケートと健康調査の結果を報告しました。またこの会に落語家を招き、寄席を開きました。

### 2 スタッフへの川柳募集

川柳募集用紙を作成し、出来た川柳に「バカウケ」「ちょいウケ」「もうひとひねり」などの評価を書いてもらうようにしました(写真1)。

川柳の募集用紙

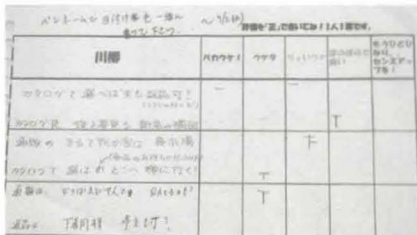


写真1

### 3 笑いのアンケートの作成と健康調査の実施

インターネットのサイト「ほぼ日刊イトイ新聞」の、日本人の笑いというアンケートの中にある「あなたはよく笑いますか?」に対し、「私はよく笑います・私はあまり笑いません」に答える

質問をアンケートに採用し、「透析中にこれがあつたら楽しいと思うことはありますか」などの質問内容を加え、独自に笑いのアンケートを作成しました(図1)。また笑い与健康度の関連を調べるため、健康度の評価としてSF-36を用いました。アンケートは、クリニックに通院透析している患者さんで、他施設入院者と理解困難な者を除く103人を対象に実施しました。

#### 「笑いのアンケート」

問1 あなたはよく笑いますか? (☑印をつけてください)  
 私はよく笑います  私はあまり笑いません

問2 どのような時によく笑いますか?

問3 次にあげるのは、あなたがどのように感じるかの質問です。  
 (a～cまでのそれぞれの質問について一番よくあてはまるものに☑印をつけてください)

	ほとんどいつも	いつも	ときどき	まれに	ぜんぜんない
a) 透析日は楽しい気分である。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) クリニックでスタッフや他の患者との間に笑いがある。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) 毎日明るい気持ちで笑っていると思う。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

問4 透析中にこれがあつたら楽しいと思うことはありますか。また、病院を明るく楽しい場所にするためにどうしたらよいと思いますか。ご自由にお答えください。  
 (例: 落語を流す、透析日誌を作る、スタッフの顔にペインティングする等)

図1

### 4 アンケート結果

「あなたはよく笑いますか?」の質問に対し89人の回答が得られ、よく笑うと答えた人は48人で、あまり笑わないと答えた人は41人でした(図2)。

あなたはよく笑いますか(全体)

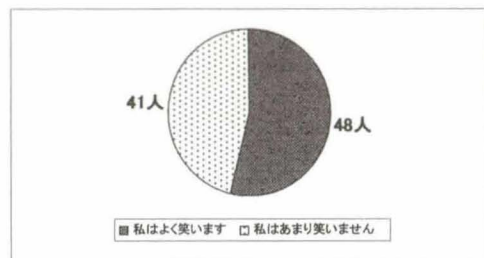


図2

岩元由香里(看護師) 駒ヶ根共立クリニック

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂 4269 TEL0265-82-5022

年齢別では80歳以上でよく笑うと答えた人は少なくなりました(図3)。

あなたはよく笑いますか(年齢別)

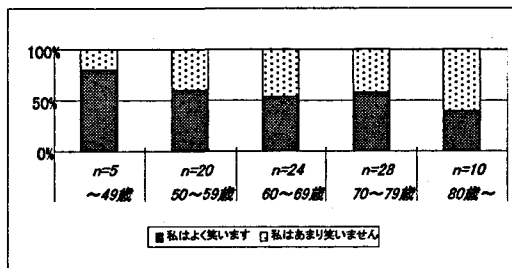


図3

透析歴別では透析歴10年以上でよく笑うと答えた人は少なくなりました(図4)。

あなたはよく笑いますか(透析歴別)

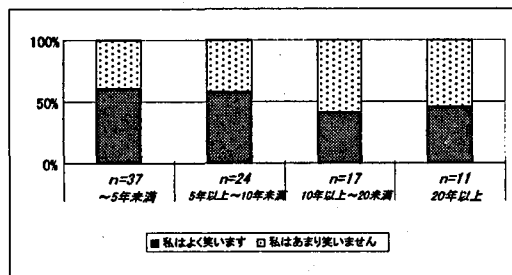


図4

SF-36において、よく笑うと答えた人の平均点は、あまり笑わないと答えた人の平均点よりも高い点数でした(図5)。

あなたはよく笑いますか(全体) SF-36得点

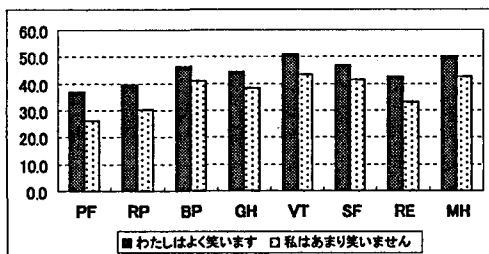


図5

また年齢別では65歳以上で、よく笑うと答えた人と、あまり笑わないと答えた人の間で、平均点の差が大きくなりました。日常役割機能、活力、全体的健康感、心の健康に有意差がみられました(図6)。

あなたはよく笑いますか(年齢別) SF-36得点

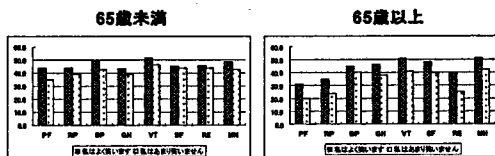


図6

透析歴別では、透析歴10年以上で、よく笑うと答えた人と、あまり笑わないと答えた人の間で、平均点の差が大きくなりました。日常役割機能の身体、心の健康、活力に有意差がみられました(図7)。

あなたはよく笑いますか(透析歴別) SF-36得点

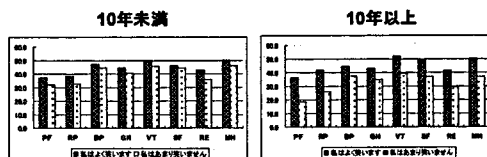


図7

「透析中にこれがあつたら楽しいと思うことはありますか。また病院を明るく楽しい場所にするためにはどうしたらよいと思いますか」の質問に対しては、「スタッフの対応が良ければよい」「ニコニコ挨拶」など対応を重視する回答が多く、次いで音楽、催し物、落語を流すなどの回答が多くみられました。

## 5 寄席の開催

腎友会とスタッフが協力して、地元駒ヶ根市出身の落語家、昔昔亭健太郎さんを招き、寄席を開催しました。会場は笑いに包まれ好評でした。

4) 吉野槇一：笑いと免疫力 主婦の友社

5) パッチアダムス：パッチアダムスと夢の病院  
主婦の友社

## 6 掲示板の開始

試みの一つとして、掲示板を本年6月より始めました。掲示板で記事や川柳を募集し掲載しています(写真2)。患者さんから「川柳により話題が増えた」、「掲示板を楽しみにしている」という声が聞かれています。

### 患者さんへの川柳募集！

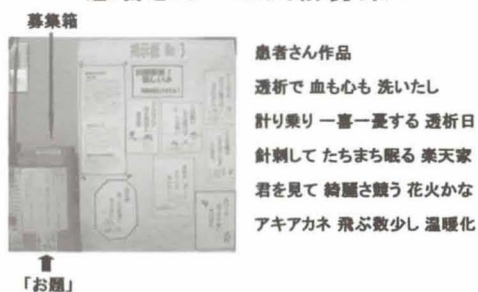


写真2

## 7 終わりに

笑いに興味を持ってくれる患者さんが少しずつ増えてきています。合併症による痛みがある患者さんや、目や耳が悪い患者さん、一人暮らしで話し相手がない患者さんは、笑うことが少ないと思われれます。このような患者さんに対し、笑いが必要と感じます。笑いによって患者さんの健康状態が高められるように、取り組みを続けていきたいと思えます。

## 参考文献

- 1) 柏木哲夫：ベッドサイドのユーモア学  
メディカ出版
- 2) 伊丹仁朗：笑いの健康学 三省堂
- 3) 昇幹夫：笑いは心と脳の処方箋 リヨン社