

# Tiarra

看護のエキスパートを目指す人のための

## Special Interview

人の思いを聴き、伝えていく上で大切なのは  
「相手との関係性」

子守康範さんに聞く

## 学会 Report

第33回 日本手術看護学会年次大会

## Interview

いまここに集中し、心と身体を整える  
「マインドフルネス」で脳に休息を

川野泰周さんに聞く



## 人の思いを聴き、 伝えていく上で大切なのは 「相手との関係性」

フリーアナウンサー／ラジオパーソナリティ  
株式会社アンテリジャン 代表取締役

子守 康範 さんに聞く



フリーアナウンサー／ラジオパーソナリティとして、関西を中心に活躍する子守康範さん。平日は毎日早朝から2時間のラジオ番組を担当する関西人にはなじみ深い「朝の声」です。

「人の思いを聴き、伝える」という専門性を活かし、

現在は、「自分史ビデオ」の制作会社を立ち上げ、

人々の人生の歩みを記録する事業も手掛けています。

今回は子守さんに、これまでのお仕事や、「人の思いを聴き、伝える」上で大切なことなどについてお話を伺いました。

### リスナーの姉が書いた 忘れられない手紙

私は2008年から、平日朝6時から8時までの2時間、「子守康範 朝からてんこもり!」という大阪・毎日放送のラジオ番組でパーソナリティを務めています。朝刊がわりに、政治や経済、社会、スポーツ、芸能などのニュースをお伝えしています。

リスナーさんが私のことをどう思っているかという点、「よく頑張っている親戚の兄ちゃん」という感じではないでしょうか。リスナーさんこのような関係性を築けているのは、1対多数という構図でお話しをしていないことが大きいと思います。例えば、「たくさんのお便りをお待ちしています」とは言わず、必ず「あなたのご意見、あなたのお便りをお待ちしています」と伝えています。これは、1人ひとりのリスナーさんを「その他大勢」として一括りにしたくないとの思いからです。1人ひとりの顔を想像しながら語り掛けるようにしています。

あるとき、番組にリスナーさんのお姉さんという方から手紙が届きました。私のこともこのラジオ番組のことも一切知らないと前置きした上で、「先日、弟が亡くなりました。難病を抱え、家族にもあまり心を開かずいた弟でしたが、あなたのラジオをよく聴いていたようです。遺品整理をすると、あなた宛ての書きかけのはがきが出てきました。病院のベッドで眠れない夜や不安が続く中、弟はあなたのラジオ番組を心待ちにしていたのだと思います」と書かれていました。こうした関係性をリスナーさんと築けていたのだと知り、私は放送中にもかかわらず、涙してしまいました。

### 聞いている側の 立場や気持ちに寄り添う

人に伝わる話をする上でのコツは、メリハリをつけるなどいろいろあります。しかし、なんといっても大

事なのは「聞いている側の立場や気持ちに寄り添って話す」ということです。当たり前だと思われるでしょうが、「言うは易し行うは難し」なのです。

例えば、ラジオのリスナーさんは、だいたい何かをしながら聞いていますし、いつラジオをつけるのかわかりません。そのため新人の頃に担当した野球のナイター中継では、今どの球場で喋っていて、対戦するチームはどこなのか、何対何でどちらがリードしているのかといった基本的な対戦情報を1分間に一度の頻度で伝えるよう指導されました。一方、最初から聞いている人は同じ情報を何度も繰り返されていては飽きてしまいますから、手を替え品を替え、選手や観客の様子、天気にも絡めるなどバリエーションを加えながら基本的な対戦情報を伝えていたのです。

私は組織のトップマネジメント層に向けた研修も行っていますが、実は、人前で話す機会の多い立場の人ほど、相手の立場や気持ちに寄り添って話している人は少ない傾向があるように思います。自分が部下であったときに感じていた「上司の話は長い」ということを、すっかり忘れているようです(笑)。

そこでお伝えしているのが、「人の集中力には限界がある」というお話です。マネジメント層の方々の多くは、「自分の話であれば、人はある程度聞いてくれるだろう」と思い込んでいます。しかし実際には、人が集中して聞く力は話者によって変わるものではなく、統計的に1分10秒が限界だということが分かっています。それ以上長いと、受け手の視線が一度、話し手から逸れてしまうのです。

こうしたことから、私の研修では伝えたいことを1分にまとめて話してもらうトレーニングを行っています。1分というと短く感じるかもしれませんが、アナウンサーは実際のニュースで1分間に320文字程度 of 原稿を読んでいます。情報を取捨選択できれば、大切なことを伝える時間としては十分。その際には、「声の大小」「話す速度」「声のトーン」「間をコントロールする」の4つ(図)を意識することが大切です。

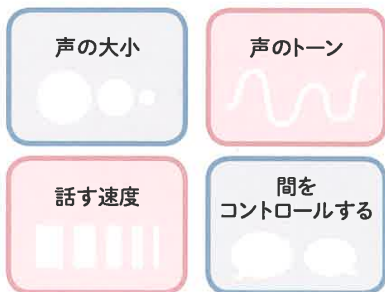


図 話を伝えるための4つのポイント

話を「引き出す」ために  
間をコントロールする

看護師さんのお仕事では、「傾聴する」ことが大きなウェイトを占めるかもしれませんね。先ほどの4つのポイントへの意識は、人に何かを伝えるときだけではなく、人の話を「聞く」上でもとても重要です。中でも最も難しいのは、「間をコントロールする」ことでしょう。マネジメントを担う看護師さんであれば、面談や面接を通して部下の本音を引き出そうと思っていたのに、気づけば、自分ばかりが話していたという経験があるかもしれません。どうしてそのようなことが起こるのかというと、沈黙に耐えられないからです。しかし、黙ってじっと待ってみるだけで間をコントロールできるのです。

まずは10秒待ってみる。沈黙している時間が長く



感じられるのなら、自分が今、湯船に浸かって10秒数えていると思えば、そこまで長くは感じないはずで。さらに笑顔でリラックスしながら話を聞くことができれば、相手もリラックスして、きっと聞きたい話をしてくれるはずで。

「自分史ビデオ」の人の心を打つ力

私は現在、フリーランスのアナウンサーやラジオパーソナリティとして喋りつつ、自分史ビデオ制作会社「アンテリジャン」の代表取締役として働いています。自分史とはその人の生きてきた歩みを記録することですが、私の会社では、それを動画に残すお手伝いをしています。

新卒から15年勤務した毎日放送を退職してフリーになったのは1999年でした。母方の祖父が87歳でつい臓がんに倒れ、自分史ビデオを制作したのが契機になりました。

祖父は大手通販会社の創業者で、本来であれば私はその事業を手伝う立場にありましたが、私には小学生時代からアナウンサーになる夢があり、それをかなえさせてもらいました。祖父からは「いつまでもサラリーマンをやっているのではなく、自分で会社を作れ!」、そんなことをずっと言われ続けていました。祖父は自ら動き出す素晴らしさを私に伝えたかったのです。

病床に伏す祖父の姿を見ているうち、「これまで何度も聞かされてきた戦争体験や経営者としての人生を、みんなに伝えたい」という気持ちが湧き上がりました。「これから独立起業するので、経営の要諦を教えてください」と嘘をつき、亡くなる3か月前から撮影を始めました。

祖父は最後まで自分の余命を知らなかったが、いろいろな話を聞かせてくれました。私が持つカメラをしっかりと見据えて、「努力のないところに成功はない」と言ってくれたのは印象的でした。

亡くなる3週間前の正月には、病院から一時帰宅した祖父と親族一同が会し、私が撮影した映像を鑑賞。

居合わせた人たちが次々と涙する様子に、私はここまで自分史ビデオが人の心を打つのかとやりがいを感じ、一念発起して起業しました。

問われる「編集力」と  
「関係性の構築」

私たちの撮影手法は、最初は内容を限定せず、できるだけ多くの話を伺っていきます。その後、フックと感じられたポイントを深掘りして質問を重ねていく。そうすると、相手が大切にしていることが自然にほとばしるように語られます。一般の方のお話というのは概して冗長なものです。私たちの仕事は、それらの冗長な話を伝わりやすく翻訳し、大切なところを切り取って伝えていくこと、編集力が問われるのです。

現在は、スマートフォンでも動画を撮影して編集できます。私たちに制作を依頼するまでもなく、作ろうと思えばいくらでも自分史ビデオを作れる時代です。それでも私たちに依頼してくださる理由は、取材対象者が身近な人であればあるほど、必要な情報を取捨選択すること、何度も聞いた話を黙って聞くことが難しくなるからではないかと思っています。つまり編集力が求められるのです。実は私は局アナ時代に自ら志望して湾岸戦争の現場取材に赴きました。必要な情報を編集して映像として伝えるというジャーナリストとしての経験も、自分史ビデオの制作に役立っています。そう考えると、人生無駄な経験など1つもありません。

また、私たちは自分史ビデオの制作を通して、ALSの患者さんが故郷のお祭りを見に行く姿を撮影したり、30年以上人工透析をされていた方にインタビューしたりしてきました。中には家族からご注文をいただいたものの、「まだまだ元気だから、自分史ビデオなんて嫌だ」と拒否されたこともあります。特に、死期の近づいている患者さんへのインタビューでは、初対面からの短い期間で一気に関係性を構築していく必要があります。



映画会社の松竹との連携で、難波の一等地にある試写室で完成した自分史ビデオの上映会ができる。本格的な映画上映システムで、家族の感動が何倍にも広がる。写真は同サービスの初利用者の家族と子守氏。大病から回復した両親の人生を振り返る自分史ビデオの制作を、長男が依頼。上映会には両親から孫まで3世代総勢7人が駆け付けた。

アンテリジャンは2019年に創業20周年を迎えました。これを機に、原点に立ち返って企業や組織とのコラボレーションを始めました。映画会社の松竹さんには、難波の一等地にある試写室での上映会をさせていただけることになりました。本格的な映画上映システムで、家族の感動も何倍にもなります。

笑顔で我が人生、家族との思い出、将来世代へのメッセージを語っていただく。エンディングノートを書くような気軽さで自分史ビデオを作りませんかとおすすめています。このように、人の人生の節目や終わりに関わるという意味で、看護師さんの仕事と自分史ビデオの制作には共通点があるように感じるので、いかがでしょうか。今後、看護師さんと協働する機会があればうれしいです。

子守康範氏（こもりやすのり）  
大阪市出身。慶應義塾大学卒業後、小学生からの夢をかなえアナウンサーとして毎日放送に入社。スポーツ、バラエティ、報道と幅広い番組を担当。1990年には湾岸戦争の取材で中東に赴く。祖父の他界をきっかけに退社し、1999年に自分史ビデオ制作会社アンテリジャンを起業。フリーアナウンサーとしての活動も継続し、2008年からMBSラジオで平日朝の帯ワイド番組「子守康範 朝からてんこもり」のメインパーソナリティを担当。