

保健師コラム

(令和7年11月号)

はいたい！産業保健専門職（保健師）の千葉です。

沖縄もようやく朝晩の涼しさを感じるようになりました。季節が移り変わってきたね。身体が、その急な変化に追いつかず、なんとなく疲れやすさを感じる方もいらっしゃるかもしれません。年末に向けて、忙しくなり、こころや身体に影響が出やすい時期だからこそ、お互いに「伝わる言葉」でコミュニケーションを取ることの大切さを、改めて考えることができました。

「あれ、今の専門用語の意味は？」「専門用語が気になって、その後の話が全部頭に入ってこない！」

忙しい会議や職場内外とのやり取りで、そんな経験はありませんか？私たちは仕事で「社会人」「専門職」として話しますが、当たり前と思って使っている言葉が、職場のコミュニケーションを阻む「壁」になってしまことがあります。

実は、私自身、保健師として、研修や相談の場で専門用語を使い、相手の「？？？」という表情を見逃してしまったことがあります。あとから、「難しい言葉で、結局何をすればいいのか分からなかったよ」と教えてもらったことは、本当に感謝しています。専門用語を使ったことで、相手の『やる気』を削いでしまった苦い体験です。

このことは、私たち専門職だけの課題ではなくて、多様な背景の人々で成り立つ『職場・組織』における、コミュニケーションに共通する課題でもあります。私たちは、ついつい、『自分の認識と相手の認識は同じ』と思いこんで、自分の前提で話をてしまいがちだからです。

出版業界などでは、「小学生高学年の子が読んでも分かることがヒットの条件」という言葉があるそうです。相手に伝わってほしい知識・指示を、忙しい相手が「理解できる、届く言葉」にして伝えることが、本のヒットだけでなく、チームの連携をスムーズにしたりすることにも役立つんですね。

まずは、簡単ことから、自分の何気ない上司や同僚との会話の中に、どのくらい専門用語があるかチェックしてみましょう！専門職の方であれば、対象者との面談場面を思い浮かべるのも良いですね。その専門用語を小学生でも理解が出来る、分かりやすい表現に変えることで、お互いの信頼関係や、相手のやる気がグッと促進されるかもしれません。皆さんも、日々の会話の中で「この言い方で伝わるかな？」と一瞬立ち止まってみてくださいね。「伝わる言葉」で、心も体も健やかに11月を送っていきましょう。

（沖縄産業保健総合支援センター 産業保健専門職 千葉 千尋）

