

# St. Luke's International University Repository

## Synchronizing the Essence of People-Centered Care and Experiences of Women with Wisdom and Courage

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2021-03-12 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 江藤, 宏美, 堀内, 成子, 佐居, 由美, 市川, 和可子, 梶井, 文子, 山崎, 好美, 林, 亜希子, 梅田, 麻希, 田代, 順子, Eto, Hiromi, Horiuchi, Shigeko, Sakyo, Yumi, Ichikawa, Wakako, Kajii, Ayako, Yamazaki, Yoshimi, Hayashi, Akiko, Umeda, Maki, Tashiro, Junko メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://doi.org/10.34414/00014966">https://doi.org/10.34414/00014966</a>

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International License.



## 聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム第 5 回国際駅伝シンポジウム 知恵と勇気を分かちあう女性たちの経験の中にみる People-Centered Care の構成概念

江 藤 宏 美<sup>1)</sup>, 堀 内 成 子<sup>1)</sup>, 佐 居 由 美<sup>1)</sup>  
市 川 和可子<sup>1)</sup>, 梶 井 文 子<sup>1)</sup>, 山 崎 好 美<sup>1)</sup>  
林 亜希子<sup>1)</sup>, 梅 田 麻 希<sup>1)</sup>, 田 代 順 子<sup>1)</sup>

### 抄 録

本稿は、聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム事業の一環として実施した「国際駅伝シンポジウム：知恵と勇気を分かちあう～社会の中で支えあう女性たち～」の報告と、シンポジストの経験してきた活動の共通性を People-Centered Care の構成概念に比較して考察することを目的とする。

本国際駅伝シンポジウムは、「市民主導型の健康生成をめざす看護形成拠点」を機軸に、「Women-Centered Care」と「すべての人々への健康へ貢献できる国際コラボレーション実践モデル開発」の 2 つのプロジェクトが中心となって行われた。

今回、女性が生きるうえで直面する難しい問題、予期せぬアクシデント、その困難に出会う中で、共に支えあい、知恵と経験を生かし、社会の中で女性に勇気を与える役割を担ってきた 4 人のシンポジストから話題提供をしていただいた。

助産師としてミャンマー連邦農村部で母子保健の向上をめざす女性グループの育成活動を行ってきた小黒氏。流産・死産・新生児死を体験された方のセルフ・ヘルプ・グループの運営者として、子どもを失うという悲しみを分かちあい、支えあうための支援活動を展開されてきた石井氏。異文化である日本での結婚・出産・子育ての経験を生かし、同じように悩みをもつ在日外国人女性を支えるための NPO を立ち上げ活動する長南氏。そして国際看護・家族看護を専門とし、中央アジアで女性たちのキャパシティ・ビルディングにかかわってきたパーフィット氏。以上の方々からその経験を紹介していただいた。

シンポジストの語った経験は、それぞれのコミュニティにおける立場やその特徴により多様であったが、共通していたのは、活動を通して経験される女性たちのエンパワーメントであった。各シンポジストの活動においては、市民と医療職という二極分化でなく、なだらかな連合帯としての構造が示唆された。これまでの COE 活動から得られた People-Centered Care の要素、「おもいやり」「生きてきた経験からの学び」「わかりあう言葉」「役立つ健康情報の生成」「異なる視線でのつながり」「意思決定」を、再び支持し確認できた。

キーワード：エンパワーメント、市民中心のケア、キャパシティ・ビルディング、セルフ・ヘルプ・グループ、コミュニティ

### I. はじめに

聖路加看護大学 21 世紀 COE (Center of Excellence) プログラムでは、人々が生涯にわたって、生きてきた経験や知恵に基づいて、必要な医療を納得して選択し、健康資源を上手に活用して、主体的に医療への参画を可能にする、新しい「健康コミュニティ」づくりをめざしている。このような新しい健康づくりについて、市民と医

療者が広く意見交換する活動として、国際駅伝シンポジウムを開催している。

国際駅伝シンポジウムの目的は、次の 3 点である。① 地域の人々と医療者が集い、『一人ひとりが健康づくりの主人公』になるための知恵を分かちあう。② 一人ひとりが主体的に医療に参加し、より健康的に生活するために役立つ情報を得る。③ 広くグローバルな視点から、私たちに合った健康生活を考える。

受付日 2006 年 2 月 3 日 受理日 2006 年 3 月 17 日

1) 聖路加看護大学

2004年開催した第3回の国際駅伝シンポジウム（小松他，2005；有森他，2005）からたすきを受けて，2005年度は2回のシンポジウムを行った。これまでのCOEの活動から得られたPeople-Centered Careの要素，「おもいやり」「生きてきた経験からの学び」「わかりあう言葉」「役立つ健康情報の生成」「異なる視線でのつながり」「意思決定」（小松他，2005a）をkeyに，第5回の「知恵と経験と勇気を分かちあう～社会の中で支えあう女性たち～」を開催した。

## II. 目的と方法

本稿の目的は，今回開催した国際駅伝シンポジウムで語られた，シンポジストの経験してきた活動の共通性をPeople-Centered Careの構成概念と比較して考察し，記述することである。

研究方法は，4人のシンポジストによって語られた内容から，People-Centered Careを構成する概念を抽出し，これまでに明らかにされた構成概念と比較する記述研究である。

## III. 本国際駅伝シンポジウムの概要

### 1. シンポジウムの意図

聖路加看護大学21世紀COEプログラム「市民主導型の健康生成をめざす看護形成拠点」の事業では，11の研究プロジェクトが活動している。このうち，本国際駅伝シンポジウムは，「Women-Centered Care（以下，女性中心のケアと略す）」と「すべての人々への健康へ貢献できる国際コラボレーション実践モデル開発（以下，国際コラボレーションと略す）」の2つのプロジェクトが中心となって行われた。特に本学が，WHOプライマリヘルスケア看護開発協力センターとしての一連の研究活動やネットワークを活用して企画した。

「国際コラボレーション」プロジェクトでは，これまでにミレニアムゴール（WHO，2003）に向かって健康増進活動を実現するために，どのように国際協働を企画・運営していくか検討してきた。保健医療専門職が不足している地域では，人材育成のプログラムを開発することに熱心に取り組んでいる。異なる文化の壁を越えて，健康ニーズをもつコミュニティに，必要とされる支援を提供するために，さまざまな活動を考案してきた。また，これまでに国際コラボレータを養成するための教育プログラムの開発を試みた（梶井他，2005；田代他，2005）。

一方，「女性中心のケア」は，以下の3つを柱にして活動を展開してきた。社会構造のひずみの中で潜在的能力や権利が十分には尊重されず適切な医療を手にしがたい人々である「ドメスティック・バイオレンス（以下，DV）被害者への支援」の構築と普及を行うこと。周囲

の無理解の中でその心理が理解されず，ふさわしいケアが開発されていない「死産を経験した家族への支援」。そして先端生殖医療の中で苦悩する「不妊治療中の女性の意思決定を支えるケア」。

これらの2つのプロジェクトチームが協働して，本駅伝シンポジウムを企画した。

市民との協働を探索するプロセスにおいて，われわれは，特定のコミュニティで起こっている事象に着目した。それは「知恵と経験と勇気を分かちあう，社会の中で支えあう女性たち」という姿であった。それぞれコミュニティが抱えている困難とどのように向き合っているか，そして，どのように乗り越えようとしているのか，また，乗り越えてきたか。その軌跡をそれぞれのコミュニティでの経験を生の声で話していただくことによって，共有コンポーネントを探りたいと考えた。

### 2. シンポジウムの概要

4人のシンポジストは，助産師としてミャンマー連邦での女性グループを支援する小黒氏，流産・死産・新生児の死を体験された方のセルフ・ヘルプ・グループの運営を行っている石井氏，在日外国人女性を支えるNPO法人ワールド・ヌック庄内代表の長南氏，そして，タジキスタン共和国などでの看護教育・市民育成の実践を行ってきたパーフィット氏である。それぞれの活動を語っていただいた。以下に概要を述べる。

#### 1) ミャンマーでの女性育成グループ支援活動

小黒道子氏は，2003年からNGOの助産師として派遣されたミャンマーでの活動について，「歩幅を合わせてこつこつと～ミャンマー農村部の女性グループ育成にかかわって」と題して語った。母子保健の向上をめざすため，女性グループの立ち上げから，エンパワーメントを推進する活動が主なものであった。活動は「読み書きができて，村の健康に興味がある女性たち」のグループを組織するところから始まった。慣れない外国人との活動に，当初，女性たちの緊張感が高かったが，村の地図・季節カレンダー（風邪をひく人が多い時期，農繁期，村の祭りなどが記入されたもの）の作成，体温の測定方法，ケガの応急手当，家にある布で作るタンカなど，実際の生活に沿った技術や知恵を学ぶトレーニングの受講を通じて，女性たちに徐々に変化がみられた。彼女たちは，自ら発言し，村長に意見を言い，自発的に村人たちへ向けて，保健教育のお芝居を発案するようになっていった。小黒氏は生き生きとした表情に変わっていく女性たちの写真を示しながら「自分たち自身が村人の役に立つ，みんなに信頼されているという実感が，女性たちの活動の動機づけになったと思われる」とまとめた（図1）。

#### 2) 小さな命をなくした悲しみを分かちあう支援

「お空の天使パパ&ママの会」関東支部代表である石井慶子氏は，流産・死産・新生児死を体験された方のセルフ・ヘルプ・グループの運営者として，子どもを失う

という大きな悲しみを分かちあい、支えあうための支援活動を行っている。「お空の天使パパ&ママの会」は、1999年に発足し、会報発行・天使の保護者会の開催などが主な活動である。この世に生まれることなく死んでしまった胎児の存在は周囲に理解されにくいために、母親たちはその悲しみを表現する場を失っていく。そのような中で天使の保護者会の参加者は、気がねなく安心して泣き、悲しみ・怒り・苦しみを語り、表現することで、「ひとりぼっちではない」安堵感や、共通した悩みをもつ人の存在に勇気づけられ、自分たちの気持ち・自分の生活に向きあっていく。また、亡くなった子どもを「天使」と呼んで心おきなく天使の話をし、また「天使ママ」として、子どものことを思いながら、手作りのぬいぐるみやおもちゃを作る(図2)。悲しみを語るということは確かに存在した命を確認する作業であり、悲しみを表現するということは気持ちに向きあうことになり、何かを創り出すことは喪の作業であると石井氏は語った。また、セルフ・ヘルプ・グループは、弱くてかわいそうな人たちが慰めあう会ではなく、大きな悲しみを分かちあい、乗り越えて思慮深い人となり、自分の生活を大切に



図1 保健教育：ファースト・エイドの対処法

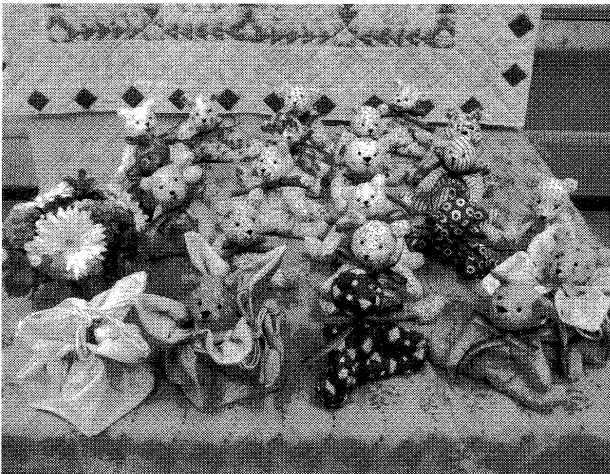


図2 エンジェルキルト：お空に還した天使のために

してほしいと願う会であると語った。一方で、看護師・助産師などの医療従事者が会に参加することの意義について、お互いがわかりあえる、一つの会の活動が多くの人をつなぎ、理解を深めあっていくと話した。

### 3) 在日外国人支援活動

長南ジュディ氏は、フィリピンから22年前に山形県に嫁いだ。これまで、在日外国人の交流の場として「酒田国際交流サロン」、翻訳・通訳・家庭教師をするグループの立ち上げ、「医療ガイドブック(庄内弁→外国語)」の作成など、酒田市に居住する在日外国人支援のためのさまざまな活動を行ってきた。長南氏は、これらの活動を経て、慣れない土地での生活に悩みをもつ在日外国人女性たちを支えるために、2003年NPO法人「ワールド・ヌック庄内」を立ち上げた。「ヌック(nook)」には、「片隅・コーナー」という意味があり、そのヌックの活動を通して、この地が温々(ヌックヌック)して、明るく多彩な文化を共有できる社会をつくること、そして地球が大きな家族となるようにとの願いが込められていることを熱く語った。現在、さまざまな活動(異文化紹介、各国料理教室など)を行う一方で、異文化で暮らす女性の困難を解決するために、精力的に奔走している(図3)。

### 4) ファミリー・ヘルスケア・ナースの活動

バーバラ・パーフィット氏は、国際看護、家族看護の専門家として、10年間中央アジアの国で活動した。その経験から女性がキーパーソンとなることの重要性を強調した。地域住民の健康的な生活のためには、女性が生き生きと活動できるように自立を認められ、エンパワーメントされること、また、そうした女性グループ育成が重要であると語った。タジキスタンに暮らす女性を対象とした調査を通して、家族に焦点を当てたケアからファミリー・ヘルスケア・ナースの役割とその影響について、その成果と課題が述べられた。

### 5) ディスカッション：立場の違いを超えた協働

シンポジウム後のディスカッションでは、「立場の違いの人が一緒に働くときに大切なこととは何でしょうか」



図3 日本伝統文化講座：浴衣の着付けと礼儀作法



図4 4人のシンポジストたち

という問いに対して、各シンポジストは、「自分たちでできる人だと信じること（小黒氏）」「お互いの気持ちを、何ができるかを理解すること（石井氏）」「したいことを伝えること、理解できるまで説明し、分かりあうこと（長南氏）」「違うスタンスでも、重要なのは敬意を表すること（パーバラ氏）」とコメントした。女性が健康を守るための活動を推進し、また、自ら活動した経験をもつシンポジストたちからのコメントは、大地にしっかりと足をつけた含蓄と説得力をもっており、医療者の視点では気がつかない提案や指摘から、今後の活動への示唆を得た（図4）。

最後に会場から「市民と協働する場合に、どのようにすれば長く続く会になるか、コツを教えてください」という質問があった。石井氏からは「強く継続を意識しないということでしょう」との回答を得た。集まった参加者の多くがうなずいた瞬間であり、目から鱗が落ちる思いであった。

#### IV. シンポジウムから導かれる大切なことと今後の展望

2005年度の国際駅伝シンポジウムは、2004年度のシンポジウムの目的を受けて、市民が地域で健康を生成するために必要な具体的な方策、市民主導での実際のコミュニティの「沸き上がり方」を提示することに主眼をおいた。市民が主導となっている発展のプロセスに市民が触れることが、市民の力になり、市民主導のヒントを得られるのではないかと考えた。

##### 1. コミュニティの形成、その出会いと協働

われわれは、さまざまなコミュニティのなかに暮らしている。それは、居住地域をさすのはいうまでもなく、職場や趣味のサークル、学校関係の小集団、さらには同じ悩みをもつ小集団（難病をもつ仲間、事故被害者の会、シングルマザーの会など）がある。コミュニティはそれぞれ固有の文化をもち、それぞれの成り立ちの経緯と必然性をもって発展してきたといえる。このように同じ地域に暮らし「偶然に特定の地場にいる」という受身的な

意味だけでなく、「居場所を共有する」という能動的な意味をもつコミュニティまでその概念は広がっている。

われわれは、これまでプロジェクトの推進を図るとき、この2つの意味をもつコミュニティに出会ってきた。健康の主人公である市民を中心とした保健医療を考えていくうちに、これまでの医療の範疇ではない、別の世界の人々の声に耳を傾け、新たな発見を繰り返していた。

「セルフ・ヘルプ・グループ」との出会いは、われわれ医療者に大きな学びをもたらした。「セルフ・ヘルプ・グループ」とは、同じ問題を抱えている人、医療においては、患者であった人、今患者である人、障害をもっている人、またその家族の人々のグループをさす。「女性中心のケア」プロジェクトにおいては、DV被害者のシェルターを支援する会、不妊で悩む女性の会（フィンレージの会など）、流産・死産・新生児死の家族の会（お空の天使パパ&ママの会など）と活動を共にしてきた。その中で、従来の医療のパラダイムでは、気がつかなかった問題点が指摘されている。

久保（1988）によると「セルフ・ヘルプ」は、個人による独立独歩、つまり自立をさし、また、相互援助と協同、つまり仲間同士の協同による自助を意味するという。そして、セルフ・ヘルプ・グループに共通な特徴として、次の4つの特徴をあげている。①共通の問題点をもっている当事者である。多くの場合、何らかの理由で社会の「スティグマ」によって阻害された人々が自分を受け入れてくれるグループの中で人間的なニーズに出会うグループである。②メンバー同士が対等な立場に立ち、協力しあう関係にある。専門家と非専門家、援助者と被援助者という垂直（タテ）の関係ではなく、水平（ヨコ）の関係であるメンバーは仲間同士である。③共通のゴールがある。目標には再発を防ぐ、お酒を飲まない、慰めあい励ましあう、社会の理解を深めるなどがある。④専門家との関係については、協力関係として重視する。

久保の指摘は、本シンポジウムの石井氏、長南氏の活動の本筋であり、初めは大変な「困難に直面」していたが、少し目を転じてみると同じ悩みをもつ「仲間がいる」ことを知る。そして当事者同士の「分かちあい」が起こり、その安堵感や「一人ではない強み」「信頼からの居場所を見出す」ことができる。そして、「当事者体験の共有化」が、生きる意欲や前向きな精神状態を作り出し、また健康や生活上の困難を克服する工夫や情報交換につながっていくことを表している。幾重にも重なりあう困難を予防し、健やかな時をもつことを経験する。そのうちに「当事者」から「支援者」への転換や成長が起こっていく。自分が助けられたように、同じ悩みをもつ人々の役に立ちたいという希望へとつながっていく。死産のセルフ・ヘルプの会の経験が、当事者から支援者へと変化していく「人間的成長」につながっていると宮本ら（2005）は報告している。

保健医療政策を改善するために発言したいと考え、市

民から賢い「患者学」へと発展していく可能性がみえてきた。こうして誕生するのが、「熟練（エキスパート）患者/市民」「プロアクティブ患者/市民」と呼ばれる人たちであろう（中山，2005）。彼らは、かつて困難に遭遇し、それを克服してきた賢い体験者で、今、困難に出会っている体験者へ生きていく智慧や情報を個人から個人へ伝える。こうして、従来の医療範疇ではない領域での相互扶助がもたらす豊かさが得られる。

## 2. コミュニティ形成のプロセスからの実り

市民が自らの生活や健康を生成する道のりにおいて、新しい市民のコミュニティが生成される。そのプロセスは、community-based participatory research（地域を基盤にした参加型研究）を行っている Chrisman（2004）の示す process evaluation model（プロセス評価モデル）に合致していた。まず、個々人が参与（participation）し、コミュニティのニーズに合致した活動を起す。相互の権利と責任のもとにかかわりあい（relationships）、結びつきをもつ。その個々人がグループとなって、問題を解決するような技術と能力をもち（capacity building）、能動的に活動する集団グループへと成長していく。その結果、エンパワーメント（empowerment）され、グループに実りのある成果（products）を導く。さらに、成熟すると政策的な変化（policy/procedure change）をもたらし、他のグループへも影響を及ぼす。そして、継続した地域の自律した活動（community work）へと広がっていく。

この Chrisman の指摘は、本シンポジストの小黑氏の育成したミャンマーの女性たちの変化と同じ歩みであり、ほかの3名のシンポジストの語る女性たちの変化にもつながっている。

これまでわれわれは、People-Centered Care 概念を抽出しようと試みてきた。山田（2004）は、People-Centered Care を概念分析した結果、属性として、①人々が主体であること、②健康増進を目標としていること、③コミュニティとの協働をあげ、帰結として、①エンパワーメントの高まりと、コミュニティにもたらされる利益を含むコミュニティの発展、②ヘルスケアの向上・健康増進であると指摘している。

また、COE 中間報告（小松，2005b）では、11 プロジェクトの活動成果から、〈意思決定〉〈信頼〉〈協働〉〈分かちあい〉〈パワーバランス〉が共通項としてあげられていた。今回、4名のシンポジストの経験もこの共通項を内包していた。市民主導のケアが、「支えあい、分かちあい、健やかに生きる」ことを具現化できる可能性が確認された。

つまり、People-Centered Care は、地域に生活する人々が自律して、自らの健康生成へと導く活動を支援できることが示唆された。

## V. おわりに

シンポジストの語った経験は、それぞれのコミュニティにおける立場やその特徴により多様であったが、共通していたのは、活動を通して経験される女性たちのエンパワーメントであった。各シンポジストの活動においては、市民と医療職という二極分化でなく、支援される者から支援する者、そして支援しあう者へと成長していく、なだらかな連合帯としての構造が示唆された。これまでの COE 活動から得られた People-Centered Care の要素、「おもいやり」「生きてきた経験からの学び」「わかりあう言葉」「役立つ健康情報の生成」「異なる視線でのつながり」「意思決定」を、再び支持し確認できた時間であった。

謝辞：最後になりましたが、キルトリーダーズ東京の方々にこの場を借りて、お礼申し上げます。今回も、キルトリーダーズ東京の方々のご発案とご協力により、地域に根ざした活動をイメージしたシンボルキルトを準備していただきました（図5）。1枚、1枚のリーフには、本シンポジウムに参加したすべての方からのサインやメッセージが記されています。大地に根をはって枝を伸ばしたツリーには、多くの葉がつけました。

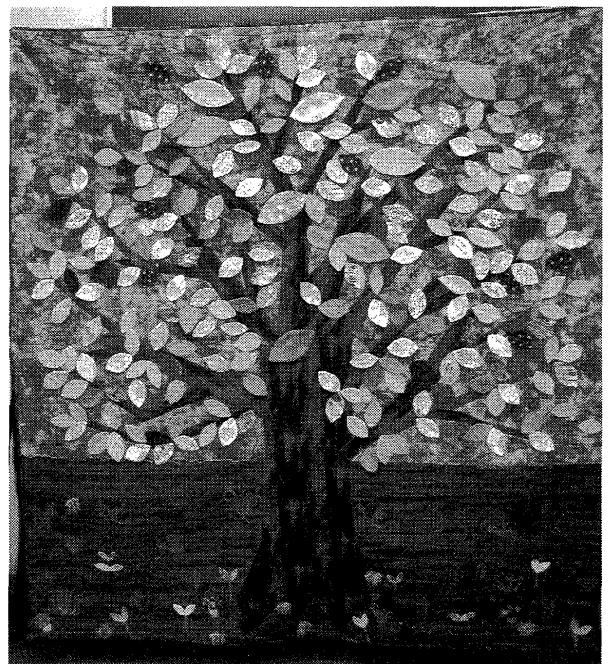


図5 シンボルキルト：大地に根をはって枝を伸ばしたツリー

## 引用文献

- 有森直子, 小松浩子, 長江弘子, 他 (2005). 聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム国際駅伝シンポジウム第 2 報: シンポジウム企画・運営を通して明らかになった People-Centered Care. 聖路加看護学会誌, 9(1), 84-89.
- 梶井文子, 山崎好美, 田代順子, 他 (2005). 「開発途上国における看護技術移転教育プログラムの開発に関する研究」国際ワークショップ報告. 聖路加看護大学紀要 31 号, 17-25.
- 小松浩子, 長江弘子, 太田加代, 他 (2005a). 聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム国際駅伝シンポジウム第 1 報: 聖路加看護大学 21 世紀 COE 国際駅伝シンポジウムを貫く People-Centered Care の要素. 聖路加看護学会誌, 9(1), 76-83.
- 小松浩子, 他 (2005b). 聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム. 平成 17 年度中間報告会資料.
- 久保紘章 (1988). 自立のための援助論. 3-14. 川島書店.
- 宮本なぎさ, 太田尚子, 堀内成子, 他 (2005). 死産を経験した母親を支えるケア—セルフヘルプミーティングがもたらす人間的成長—. 聖路加看護学会誌, 9(1), 45-54.
- 中山和弘 (2005). 「看護ネット」の目的, 活動状況, 評価ならびに今後の課題. 聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム—平成 17 年度評価会資料, 17-18.
- 田代順子, 酒井昌子, 佐居由美, 他 (2005). 英国と日本における国際保健・看護関連教育プログラム: 調査報告. 聖路加看護大学紀要 31 号, 56-61.
- 山田緑 (2004). People-Centered Care; 概念分析. 聖路加看護学会誌, 8(1), 22-28.
- Noel J. Chrisman, Kirsten Senturia & Gary Tang, *et al.* (2002). Qualitative process evaluation of urban community work: A preliminary view. *Health Education & Behavior*, 29(2), 232-248.
- WHO (2003). “En-gendering” the Millennium Development Goals (MDGs) in Health Retrieved December, 9, 2005. from <http://www.who.int/gender/mainstreaming/en/MDG.pdf>.

# Synchronizing the Essence of People-Centered Care and Experiences of Women with Wisdom and Courage

: St. Luke's College of Nursing 21st Century COE Program  
5th International Relay Symposium

Hiromi Eto, Shigeko Horiuchi, Yumi Sakyo  
Wakako Ichikawa, Fumiko Kajii, Yoshimi Yamazaki  
Akiko Hayashi, Maki Umeda, Junko Tashiro  
(St. Luke's College of Nursing)

This paper summarizes the St. Luke's College of Nursing 21st Century COE Program, 5th International Relay Symposium titled "Sharing Wisdom, Courage and Experiences: Women Supporting Each Other in Society" and serves to compare the constructive concept of People-Centered Care, with the commonality of activities shared by the symposium panelists.

This relay symposium was planned and carried out by the members of two projects, "Women-Centered Care" and "Development of a Practical Model for International Collaboration that Contributes to Everyone's Health", both of which are part of the research project, "Nursing for People-Centered Initiatives in Health Care and Health Promotion".

Four symposium panelists presented their experience. They spoke about difficult issues and unforeseen events facing women, and how they have been giving women courage amidst difficulties through mutual support, wisdom, and experience.

Ms. Oguro has been involved as a midwife in activities that aid women's groups in Myanmar aiming to improve maternal and child health.

Ms. Ishii has conducted self-help groups for people who have experienced a miscarriage, stillbirth, or neonatal death and she has developed mutual-support activities to help people deal with the sadness of losing a child.

Ms. Chonan has founded an NPO that supports non-Japanese women living in Japan who share similar problems concerning marriage, birth, and child-rearing in Japan.

Dr. Puffet, as a specialist on international and family nursing, shared her experiences with capacity building with women in the Central Asia.

Each panelist's experience was essentially different yet had in common the resulting empowerment of women. Their activities implied the significance of collaboration between medical professionals and citizens, which indicated the changes and growth towards the structure of a smoother alliance. This symposium gave us a chance to reconfirm the elements of People-Centered Care that we realized from our COE activities. They are: compassion, learning from life experiences, words of mutual understanding, creation of useful health information, connections from different points of view, and decision-making.

**Key Words** : empowerment, People-Centered Care, capacity building, self-help group, community