特集第3回

高齢化率34%でも安心して暮らせるまち

永源寺の地域まるごとケアの担い手に聞く「つながり」の大切さ

目に見えるサービスと目に見えないつながりをうまく共有させている永源寺の地域まるごとケア

連載2回にわたる特集の中で、高齢者の生活を支えるためには、医療・看護・介護といった「目に見えるサービス」を提供する一方、ご近所の顔見知りが訪ねてきてくれることや、地域の行事に参加することなどで精神的な孤立を防ぐなど、「目に見えないつながり」が欠かせないということを永源寺診療所の花戸さんに伺ってきました。

言い換えれば「目に見えるサービス」とインフォーマルな「目に見えないつながり」をうまく共有しているのが永源寺の地域まるごとケアではないでしょうか。

特集の最終回は、花戸さんとともに永源寺をはじめ地域で活動するみなさんに今の活動のことや、想いなど様々なお話をお伺いしました。

退職を機に、地域への感謝を込めて奉仕

この方にお聞きしました！
九里 重義さん
高野町在住

65歳の退職をきっかけに、地域とのつながりを持ち始めた九里さん。自治会副会長を引き受けたことで、心境も大きく変わったといいます。

「ここを終の棲家とするなら、より楽しく生活しやすい環境にしたいと感じました。そこでまず一番は、病気になったときのことを考えました。診療所は？ホームドクターは？と色々と思いましたが、妻が看護師出身で民生委員も務めていることから、花戸さんともつながりを持てるようになりました。」

また、「チーム永源寺という専門職と情報を共有できる場があり、絆が密なご近所さんの存在を改めて心強く感じた」といいます。

10年後も20年後も安心して暮らすことができる環境をつくるために

10年後も20年後も安心して暮らせる環境にしたいと考えた九里さんが最初に取り組んだのは、行政も巻き込んでの認知症徘徊者の捜索訓練でした。成果はチーム永源寺で発表を行いました。

他にも、高野町の人口は400人、そのうち高齢者は120人。認知症社会が拡大すると医療や介護、福祉の人材だけでは対応できなくなる、という思いから認知症サポーターキャラバンに参加しました。現在はその指導的立場となるキャラバンメイトも取得しています。

その後も、地域の有志でつくった会「おいでえな高野」を母体として、様々な取り組みを続けています。他にも人気が衰退して草が伸び放題になっていたグラウンドゴルフ場の整備や管理をはじめ、彦根藩井伊家に由来する彦根から永源寺までの高野道を検証するツアーの計画。また、大本山永源寺の精進料理を学ぶ会、地域の高齢者が歩いて参加できる歌声喫茶も地域に根付いてきました。

お話を伺った九里 重義さん

「自分が楽しいと思うことをやれば、賛同者も増えます。この活動はサラリーマン時代は顧みることのできなかった地域への恩返しでもあります」と語る九里さん。最後に「自分自身も認知症にならないで100歳を迎えることができる元気な高齢者を目指します」と語ってもらいました。

お互いさんの気持ちで助け合えるまちに

この方にお聞きしました！
生活支援サポーター 絆
代表 川嶋 冨夫さんとメンバーのみなさん

永源寺地区では、花戸さんを中心とした医療・介護の専門職による『チーム永源寺』の頑張りがありますが、制度やサービスだけで支え切れないニーズも増えています。そんな中、見守りも兼ねたお話し相手やゴミ出しをはじめ、買い物や金融機関などちょっとした先への送迎など、日常の何気ない「助けて！」に応えているのが、住民有志による「生活支援サポーター絆」の皆さんです。

「絆」が誕生したのは2012年1月。市社協が実施した生活支援サポーター養成講座」を川嶋さんはじめメンバーが受講。支え切れていない困りごとが永源寺にもあること、その中には住民でもできることがあるなど、多くの気づきを元に「永源寺のために自分たちに何ができるか」を話し合い、およそ1年かけて結成しました。また、依頼者の気持ちに寄り添うといったサポートの心構えをはじめ、依頼者の気持ちの負担を軽減するということで、1時間に100円の協力金をいただくこと、地区ごとに活動の調整役を配置するなど、話し合ってきたことを「活動の手引き」としてまとめています。

お話を伺った川嶋 冨夫さん

月に一度の例会で課題を持ち寄り、みんなで検討

「本人さんの持っているつながりを切らず、絆としてどこまで関わるか」など、活動には悩みも多くあります。しかし、例会でメンバー同士が、想いも悩みも共有することで、サポーター自身がムリなく楽しく活動ができる、と例会の必要性を語る声も多くありました。メンバーの方からは、「感謝されるだけでなく、人生経験の豊富な人から、色んなことを教えてもらえる」といった想いもお聞きしました。

お話を伺った「絆」のみなさんの例会の様子

絆の結成前から市社協も関わっています。「専門職とのつながり方や役割分担や本人さんの体調面など、絆だけではわからないこともあります。一方、専門職側にも規定のサービスでは対応できないことへの悩みがあります。それをつなぐのが私たち社協の役割です。」と話していただきました。

最後に代表の川嶋さんは「無理してやるのはやめよう、やる側も楽しくやれることが当初からのモットー。これからもサポーター同士が協力しながら続けていきたい」と語っていただきました。

連携や協働は仕事ではなく生き方

この方にお聞きしました！

有限会社 丸山薬局
大石 和美さん
（プライマリ・ケア認定薬剤師）

大石さんは薬科大学を経て、研究施設で10年にわたって創薬に携わり、ご結婚を機に名古屋の大学病院へ。そこで、身近にあって何でも相談にのってくれる総合的な医療「プライマリ・ケア」を学びました。

永源寺に帰ってきたのは先代の薬局店主である父親が脳塞栓に倒れたことがきっかけで、看取るまでの10年間、専門職やご近所の方に支えてもらったことが、専門職それぞれの仕事や地域の皆さんによるインフォーマルなサポートの重要性を実感することに繋がりました。大石さんは「この経験がなければ、内外のつながりもできず、ここにとどまって働き続けることもなかった。まさに父が私に残してくれたもの」と語ります。

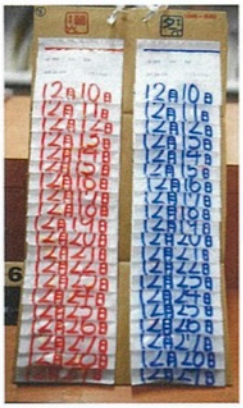
お話を伺った大石 和美さん

介護保険が施行された2000年に、永源寺診療所へ赴任した花戸さんと出会い、それまでの医療でも福祉でもない「介護」について、共に勉強を重ねる中、参加者は地域の民生委員や生活支援サポーターへと拡大。大石さんは医療と介護の結び目、あるいは専門職と地域の皆さんとの橋渡し役として活動を続けてきました。

ここで生きていくと決めたらできることをやっていくだけ

連携する上で大切なことは、それぞれの職種や立場で、できること、できないことを明確に認識しあうことだと大石さんは語ります。「ヘルパーさんに痰の吸引はできませんし、薬剤師は注射を打てません。しかし『ある患者さんのお宅には汚れたリハビリパンツがいつも放置されている』と聞けば、訪問の際に汚物入れに片づけて、その数などをヘルパーさんに伝えます。逆に、薬の飲み残しなどを知らせてもらえることもあります」

大石さんが考案した服薬カレンダーを患者さんのお宅におくと、配食さんが一枚ちぎってお弁当の上に載せてくれるなど「役割を分担しただけの連携では届かない思いが伝わっている。それが、ここで生きていこうと覚悟を決めた人と人とのつながりの力」であると語ります。


手作りの服薬カレンダー

最後に「永源寺へ帰ると決心をしたとき、プライマリ・ケアの先生に『地域に育てられたのだから、地域に返しなさい。それは一生かかっても返しきれないほど大きなものであることを心にとどめて帰りなさい』と言われたことが、今もテーマになっていると語る大石さん。現在も高齢者のサポート以外に、小中学校での薬に関する授業をはじめ職種や立場を超えた「地域まるごとケア」に日々取り組まれています。

「絆貯金」は都会でも蓄えられる まず自ら行動してみてください

この方にお聞きしました！

永源寺診療所
所長 花戸 貴司さん

「永源寺の発展基盤は地縁的結びつきであり、住民同士の関係も深い。しかし田舎だから上手くいくわけではない」と花戸さんは語ります。「ここで暮らしていれば、都会の感覚でいう『煩わしい』ことも多くあります。しかしその積み重ねが将来、地域から返ってくる。私たちはそれを『絆貯金』と呼んでいます。この貯金のおかげで医療や介護が十分でなくても暮らしていける。また、『絆貯金』は都会でも蓄えられるはず。どんな人にも長く付き合ってきた友人や同僚、趣味などを新たに始めれば同好の仲間が。例えば入院をしても、患者さんのコミュニティに属することで安心した生活を送ることができます」と語る花戸さん。

最後に「絆貯金は若く健康で経済的にも自立できている内は必要性が感じにくいもの。定年退職や病気など節目に立つことでその意義が見えてくるはず。早い段階で様々なコミュニティに積極的に参加してみてください。老後を笑顔で過ごすためには、人とのつながりが一番」と語っていただきました。

お話を伺った花戸 貴司さん