

ISBN978-4-8180-1808-2 C3347 ¥1200E



9784818018082



1923347012002

 COMMUNITY CARE

定価 (本体 1,200円+税)

コミュニティケア 7月号

第16巻第8号 通巻200号 平成26年7月1日発行・発売 (毎月1回1日発行・発売) 平成12年3月10日第三種郵便物承認

発行所  (株)日本看護協会出版会 〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-8-2 JNAビル4F 発行人: 日村重明

在宅ケア・在宅ケアに携わる人のための

第16巻第8号 通巻200号 平成26年7月1日発行・発売 (毎月1回1日発行・発売) 平成12年3月10日第三種郵便物承認

コミュニティケア

7

 COMMUNITY CARE

Jul. 2014 Vol.16/No.08 200号

第2特集

コミュニティケア
200号記念

今、求められる！
在宅・施設・病院の〃看看連携〃

特集

在宅医療への期待さらに高まる
平成26年度診療報酬改定



新連載 ワンポイント講座 認知症高齢者への口腔ケアと食支援

今、高齢者、難病の小児、そして障害を持つ人を“地域”で支える取り組みが、さまざまところで根付きはじめています。医療ジャーナリストの村上紀美子さんは、そんな各地の動きを精力的に取材しています。本シリーズでは村上さんが訪れた“コミュニティケア”のある風景を報告していただきます。

高齢者の持てる力を生かし “支えられる人”から“支え合う人”へ

那須塩原市の「街中サロンなじみ庵」—— 飯島恵子さん

街中サロンなじみ庵

2005年に「NPO 法人ゆいの里」が立ち上げた“地域の人々の自由な集い場”。

NPO 法人ゆいの里は、1996年、制度の枠を越えて地域を支える活動を那須塩原市で開始。1998年には“地域の居場所”「デイホーム ホットスペースゆい」を18坪の民家で開設。2000年の介護保険開始に当たって、デイホーム ホットスペースゆいは通所介護（定員6人）に移行し、同時に「在宅介護支援サービスゆいの里」（居宅介護支援事業所）を開設。2001年、2階建て50坪の民家に移転（通所介護定員10人）。2002年には“街の中の縁側、時に駆け込み寺”の「ホームヘルパーステーションあったかいごや」を開設（2006年閉鎖）。2005年「街中サロンなじみ庵」をオープン。

飯島 恵子さん（NPO 法人ゆいの里 代表）

コミュニティケアマネジャー、コミュニティソーシャルワーカーとして、時代に先駆けて活動続ける。保育所・知的障害者施設などでの勤務を経て、制度にとらわれず、制度の隙間で困っている人の居場所づくりに長年尽力してきた。1998年よりNPO 法人ゆいの里代表。義父母・実父の介護の経験も長い。保育士、社会福祉士、認定ケアマネジャー（日本ケアマネジメント学会）の資格を持つ。

今回紹介する地域の人々の自由な集い場「街中サロンなじみ庵」を開設した。



医療ジャーナリスト
村上 紀美子
Murakami Kimiko

今年の前半は「患者の目線——医療関係者が患者・家族になってわかったこと」（医学書院）の編集で大変でした。でも、19人の執筆者の皆さんの実体験ドキュメンタリーレポートが大好評でホッとしています。
mkimiko@mbf.nifty.com

今日行ける場があって、今日すべき用事がある、見守ってくれる仲間がいれば、たとえ高齢でも認知症があっても、“支えられるだけの人”ではなく、“互いに支え合う人”になれる——そんな居場所「街中サロンなじみ庵」を実現した飯島恵子さんを訪ねました。

栃木県那須塩原市。西那須野駅にほど近いマンションの1階に、食堂と自由な集い場「街中サロンなじみ庵」（以下：なじみ庵）があります（写真1）。ここは高齢者、認知症の人、主婦、子どもなど、誰もが安心して気軽に立ち寄れる場所。並びで借りた2つの空き店舗を使い、月～金曜の9～17時に開いています。祝日でも休みません。

なじみ庵を開設したのは、NPO 法人ゆいの里代表の飯島さんです。なじみ庵は平均年齢78歳の会員と地域のボランティアが、“お互いさま”で老いを支えていく「“支えられる人”から“支え合う人”へ」をめざしています。那須塩原市に住む65歳以上のなじみ庵の会員が、互いに支え合っているのです。

なじみ庵の常勤スタッフは、主任コーディネーターの堀内陽子さんだけ。そして、母体であるNPO 法人ゆいの里の看護師、社会福祉士、介護支援専門員がなじみ庵を助けています。

“きょういく”と “きょうよう”が大事

会員の皆さんは「年をとると、きょういくときょうようが大事」と言います。教育・教養ではありません。「今日、行く所がある」の“きょういく”と、「今日、用事がある」の“きょうよう”です。

会員の方たちにとっては“きょういく”のが、なじみ庵。ここにくれば“きょうよう”がたくさんある、ということなのです。

火曜日と金曜日に開かれる「転ばぬ先の知恵教室」「物忘れ知らず教室」は、80代、90代の会員のリードで、みんなで作った「なじみ庵の歌」を歌い、「なじみ庵体操」で体を動かしてから始まります。

会員の自主グループ活動は、「歌声喫茶」「踊りを楽しむ会」「折り紙の会」「切り絵の会」「ハーモニカの会」など、さまざまです。

なじみ庵で提供するランチのために、野菜をつくって毎日運んでくる会員もいます。車の送り迎えがないと来ることができない会員のために、送迎車の運転を65歳から始めた男性会員たちは、皆、70代になりました。

送迎車でなじみ庵に着いた90代の会員たちは、朝からネギや芋の皮むきをしたり、ここから手押し車や杖を頼りに、自分の足で買い物や用足しに出かけたりしています。ランチ時の配膳や食器洗いも声をかけ合って、協力しながら会員たちでしています。

午後1時を過ぎると、のんびり、ほちほち、ゆるゆるのいつものなじみ庵。男性を中心に人気の健康麻雀は、参加者の最高齢が98歳です（写真2）。

昨年度のなじみ庵会員は125人。うち後期高齢者が66%、男性会員が約40%。年間の“来庵者”は延べ約1万4000人、そのうち高齢者が1万人を超えました。

気にかけて見守ってくれる仲間がいる。そんな環境で、1人ひとりが自分のできることを自分の



写真1 飯島恵子さん。なじみ庵の前で
（撮影：神保康子）



写真2 “賭けない、吸わない”の健康麻雀の様子

ペースで行うことで、自助の力が高まるのです。こうして、みんなが「“支えられる人”から“支え合う人”へ」の確実な一歩を踏み出しています。

昔とったきねづかの “もったいない力”を生かして

なじみ庵の食堂で1日に40食ほど提供する「おふくろの味ランチ（日替り定食）」は、会員300円、非会員は500円で大人気です（写真3、4）。

なじみ庵は保健所に登録済みのれっきとした食堂です。保健所の検便検査を受けている厨房スタ

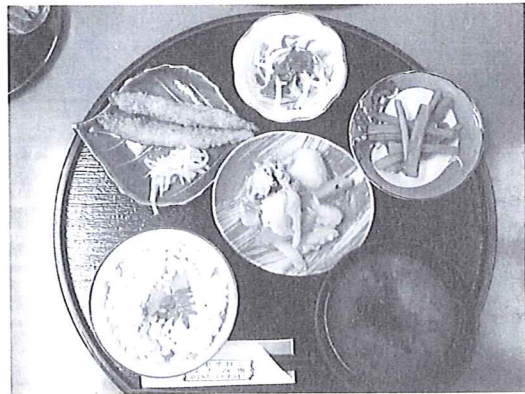


写真3 おふくろの味ランチ。食後にコーヒーがきます

ップ（70代・80代の会員、およびボランティア）だけで20数人おり、3～4人が交代で調理をします。若いころに食堂を経営していた2人の調理師（ともに80代）の力でこの食堂が始まり、2人が亡くなった後もしっかりと引き継がれています。

やはり、人生の達人たちの“昔とったきねづか”は素晴らしいものです。その力を使わないのは、非常にもったいない。そこで、人生の達人たちの力——“もったいない力”を生かして支え合うと、暮らしに張りが出て、ご自身もまわりの人も元気になります。

なじみ庵が休みの日や夜も、この場所を休ませるのはもったいない。そこで、なじみ庵では「認知症の人と家族の会 県北のつどい」をはじめ、次のような活動が行われています。

「しもつかれいど・カフェ」は、多職種・多業種の人たちが、「～わくわく・楽・学～介護・福祉・医療・ソーシャルケアサービスの現場から学ぶ」をモットーに、気軽に集まって交流します。

「あったかいごカフェ」は、年末年始など、なじみ庵が休みの日でも、あったかいごはんが食べられるカフェ。NPO法人ゆいの里のスタッフがボランティアで開いています。

認知症の人に 自然に声をかける街に

なじみ庵での活動を、大勢の地域の方を前にし



写真4 なじみ庵のランチ風景。とってもにぎやかです

た舞台で紹介するチャンスが来ました。今年3月、NPO法人ゆいの里18周年記念に開催した、市民公開講座です（写真5）。

その中の第Ⅲ部「家族介護者の物語」で、コーディネーターを務めていた飯島さんが話し始めたとき、Aさんが、舞台上上がって自由に動き回るといふハプニングがありました。Aさんは、デイホーム ホットスペースゆいの利用者で、前頭側頭型認知症です。顔馴染みで大好きな飯島さんと一緒にいたかったのでしょう。そのとき、舞台上での飯島さんのとっさの対応は見事でした。

まず、認知症サポーターの印である手首にはめたオレンジリングを軽く合わせました。これはAさんと飯島さんとの間のいつものあいさつです。そして、これも演出のうちといった風情で、会場の皆さんにAさんを紹介しました（飯島さんは、その場でAさんの奥さんに、Aさんを舞台上で紹介する了解をとりました）。

飯島さんは「皆さん、Aさんは目的を持って歩いているうちに迷って困ることがあります。徘徊とも言いますが、これからそのような姿をどこかで見かけたら、声をかけていただけるのではないかと……という期待を持って紹介します。彼は自ら舞台上上がって、皆さんとの新しい出会いのきっかけをつくろうとしたのかもしれませんが」と落ち着いてユーモアも交えながら呼びかけたのです。

「街の中で、認知症の人が困っている様子だったら、誰かが自然に声をかけて手伝うような地域になってほしい」と飯島さんはずっと願っています。

「NPO法人ゆいの里の市民公開講座はいつも、“認知症でもだいじょうぶ”を合言葉に催していますが、まだまだ、認知症でも大丈夫と言える状態には至っていないのが、現実なんです！」と嘆きながらも、「なかなか難しいことだけど、少しずつ、大丈夫！と言えるようになったらいいな」と、飯島さんはへこたれません。

行政から補助を受けながら

なじみ庵の土台となっているのが、「那須塩原市街中サロン事業補助金」です。これは、高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を営めるよう支援するため、高齢者の能力を活用し、地域住民との連携により運営する、街中サロン事業の活動に要する経費を補助するものです。開設時の建物改修等に要する経費と、1団体につき、年間上限700万円の運営費補助によって、現在、3団体が活動しています。税金の賢い使い方、先見の明があったと思います。

とはいえ、なじみ庵は食事提供や送迎をしているので、補助金だけではとても十分とは言えません。運営母体のNPO法人ゆいの里では、費用や活動継続の悩みは尽きないようです。

飯島さんは言います。「この街で私たちは年をとっていくんですね。高齢者となった自分が、この地域でどうやったら生きていけるだろうかと考えると“やるっきゃないかな！”と。一同、無理やり心を奮い立たせているところです」

“自助”と“互助”を持続する “共助”と“公助”のドッキングは？

「地域包括ケアの時代は、自助・互助・共助・公助のバランスと協働が大切です。要支援・要介護になって、介護保険の通所介護や訪問介護（共助）を利用する前に、地域の市民・高齢者による



写真5 市民公開講座。舞台上で転ばぬ先の知恵教室、物忘れ知らず教室で行う“なじみ庵体操”をしています

サロン（自助・互助）などが老いを緩やかに受け止めて、制度の隙間をつないでいます。この自助と互助のインフォーマルサービスをケアプランに取り入れた上で、介護保険や医療保険による共助といかに連携できるか。経済面・生活面においても持続可能な仕組みをつくるのが、なじみ庵の課題です」と飯島さんは提起しています。

なじみ庵は、「行きたい場所」「会いたい人がいる場所」。地域に住む人たちの居場所です。こうした場に出かけず、家に閉じこもって孤独になると、介護保険や医療保険のサービスをたくさん利用する“支えられる人”になりがちです。

昨日までデイサービスに行っていた人でも、なじみ庵に行って仲間たちに支えられ、自分の力を発揮すれば“支え合う人”になれることもあります。病気があっても、病人という“支えられる人”にはならず。超高齢社会における課題に対するなんと現実的な打開策でしょう。

自助・互助・共助・公助のうち、このような自助と互助を生かす活動が、介護保険の共助や行政サービスの公助とドッキングして、持続可能な採算ベースに乗せる仕組みができれば、日本全体のコストパフォーマンスが格段に改善することは明らかです。

こんなドッキングの仕組みづくりに、ぜひ、読者の皆さまの知恵を募りたいと思います。