

地域特性に応じた「暮らしの保健室」の在り方を考える 荻窪家族プロジェクトを事例として

はじめに

「住み慣れた地域で自分らしく年を重ねていく」。このためには、病院や地域包括支援センターなどの専門機関の存在が重要なことはいままでもない。しかし、地域で暮らす中で大切な事は、重篤化・深刻化する前の段階。子どもから高齢者までが抱える日常生活におけるちょっとした不安を、気軽に近所で解決できる場が求められている。本レポートでは、孤独死・孤立死が問題視されていた東京都新宿区戸山ハイツで始まった「暮らしの保健室」¹⁾をモデルに、東京都杉並区荻窪で開設準備の進む「荻窪暮らしの保健室」について紹介する。

「暮らしの保健室」とは

高齢化率が45%を超え、一人暮らしの多く住む新宿区戸山ハイツ。この地で2011年9月に開設された地域の高齢者の集う「暮らしの保健室」が、全国から注目を集めている。保健室を開設したのは、20年間にわたって都内で訪問看護を続けていた秋山正子氏。保健室には、看護師や薬剤師、ボランティアなどが常駐し、薬の飲み方、介護相談、健康や生活にかかわる多様な相談に乗っている。この保健室の特徴は、医療機関のように、来訪者の全てが最初から困りごとや悩み事の明確な人ばかりではないことである。お茶が飲める、お喋りができるという噂を聞いてふらっと立ち寄る人が、世間話をしていくうちに、不安を打ち明けてくれることも少なくないという。

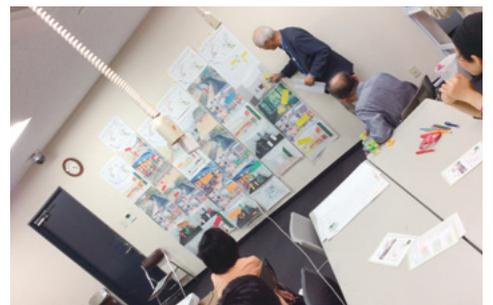
日常生活の不安を聞き出し、公的機関と連携して、地域で住み続けられるための手助けをすることを目指す暮らしの保健室には月に延べ200名を超える住民が訪れている。現代版の井戸端会議や銭湯のように気軽に寄り合えるオープンな地域の居場所づくりを目指す「暮らしの保健室」のミッションに賛同し、同様の取り組みを展開しようという動きが各地域で広がりつつある。

地域とつながる住まい方「荻窪家族プロジェクト」

2010年10月、地域でゆるやかにつながり、障がいの有無や年齢に関係なく、誰もがより元気に暮らすことを可能にする住まい方を実現させるべく「荻窪家族プロジェクト」²⁾がスタートした。このプロジェクトを立ち上げたのは、両親の看取りを通じ、既存の介護や医療の仕組み、家族頼みになりがちな介護の在り方に限界を感じた瑠璃川正子氏。

福祉、まちづくり、地域の団体、公的機関などとの意見交換を繰り返した結果、自宅を建て替え、地域の人が集い、地域と住民がつながれるコミュニティスペースと、住人同士が家族の様に触れ合える共用空間を併せ持つ賃貸住宅「荻窪家族レジデンス」の建設を決意する(2015年3月竣工)。

このプロジェクトでは、そこに住まう、そこに集う誰もが、自分らしく暮らせるためのつながり、「百人力」が得られることをミッションに掲げている。現在、このミッションに賛同する地域の住民、建築・まちづくり、地域メディア、福祉職、介護職、医療職、行政書士、学生など、多様な人々が立場を超えた「荻窪家族」の一員として、これを実現



(写真1) 住まい方を考えるワークショップするための仕組みづくりを模索している。(写真1)

荻窪の地域特性に応じた「荻窪暮らしの保健室」

この仕組みの一つが、先にあげた暮らしの保健室をモデルとした「荻窪暮らしの保健室」である。瑠璃川氏は、これまで新宿の暮らしの保健室や勉強会に通い、開設に向けた方向性を検討してきた。この過程の中で、地域医療に対する理

解のある看護師などの専門家が加わり、2014年には看護師、社会福祉士、理学療法士らが発起人となり準備会が設立され、



(写真2) 2013年7月に実施した「隣人祭り」

荻窪の地域特性に適した保健室の開設にむけて準備を進めている。

これまでの活動は、大きく4つに分けられる。

□隣人祭りの開催

「荻窪暮らしの保健室」の母体となる荻窪家族プロジェクト立ち上げに際し、レジデンスの建設地を、地域の誰もが行き交う居場所としていくこと、プロジェクトに関わる地域内外の人を増やしていくことを目的に、2012年から、敷地の駐車場で、隣人祭りを開催してきた。プロジェクトへの理解を得る為に、隣人祭りに訪れた人々に、概要を説明する瑠璃川代表。(写真2)

具体的には、一人暮らしや高齢者のみ世帯、近隣とのつながりに消極的な住民の多い荻窪地域の特性を受け、自宅に余っているモノ、自分の得意な何かを持ち寄り、物々交換を行うことで、人と人がゆるやかにつながれることを目指した。物々交換で顔見知りも増えるという「わらしべ長者」式の隣人祭りは、多くの注目を集め、雑誌「ソトコト」などからの取材もあった。

□「ふらっとお茶会」と「チョコつと塾」の開催

荻窪暮らしの保健室を具体化していく為の準備として、2014年から、ふらっとお茶会、チョコつと塾を開催してきた。

「ふらっとお茶会」：ふらっと気軽に、お茶を飲みながら、日ごろの想いや考えを意見交換できる場創りを目的に、月2回開催。これまで、地域内外から、多様な背景をもつ人々に参加を頂き、荻窪家族プロジェクトを共に考え、「荻窪家族レジデンスでどんな住まい方が可能か?」「どんな地域の拠点としての使い方が可能か?」を話してきた。

「チョコつと塾」：地域で自分らしく生き、年を重ねていく

為に必要な知識を学び、自己決定の知恵を身につけることを目的に、月1回開催。これまで、健康、経済、地域を知ることテーマに、専門家からのレクチャーの後は、質疑応答を通じて、参加者同士が知り合う場ともなっている。講師となる専門家は、「荻窪暮らしの保健室」でも、専門家として相談や講座の講師として活動する予定。

□荻窪暮らしの保健室の開設に向けた勉強会の開催

隣人祭り、ふらっとお茶会・チョコつと塾から考え方に賛同した人々と、新宿区戸山ハイツの暮らしの保健室の見学や、暮らしの保健室代表の秋山氏の講演会への参加、地域包括支援センターの職員などからの荻窪地域で開設するうえでの課題について情報収集を行っている。このメンバーの中から、事業の主要な運営者が生まれつつあり、著者も老年社会学の専門家として参画している。

今後は、秋頃まで、レジデンスの1階にある交流スペースで、「ふらっとお茶会」をベースにした保健室を週1回ペースで開催していく。この間には、地域の人々への認知度を高めること、ニーズの把握、専門家や地域のボランティアを増やすこと、地域包括ケアセンターなどとの連携の仕組みの構築を重点的に行い、9月からの本格始動を目指していく。

「暮らしの保健室」の可能性

介護保険制度の改定、地域包括ケアシステムの再構築、在宅での生活を最後まで続けるための地域づくりなどが課題視されるなかで、重篤化・深刻化する前の段階を想定した暮らしの保健室への期待は高まっていくことが考えられる。しかし、これを具体化していくのは容易なことではない。

専門家やボランティアが揃い、公的な認知度も高い戸山ハイツでの取り組みを、そのまま各地域で真似するのではなく、保健室を利用する住民や運営に関わる人材など、地域の特性に応じた在り方を模索することが求められる。荻窪での挑戦はその一つの先駆けと位置づけられ、今後も継続して参画することで、課題と可能性を明らかにしていきたい。

(研究部 主任研究員 澤岡 詩野)

<参考文献>

- 1) (株) ケアーズ 白十字訪問看護ステーション
(<http://www.cares-hakujuji.com/services/kurashi/>)
- 2) 荻窪家族プロジェクト
(<http://www.ogikubokazoku.org/>)