



地域共同ケア のすすめ

多様な主体による協働・連携のヒント

監修: 藤井 博志 神戸学院大学 総合リハビリテーション学部 社会リハビリテーション学科 教授

仮設住宅の集会所を活用した「地域支え合いセンター」構想の概要:巻末資料



平成22年度厚生労働省老人保健健康増進等事業

一定の地域内で、多様な主体が協働・連携して、
生活支援サービスを提供するあり方や普及に関する調査研究事業

特定非営利活動法人
全国コミュニティライフサポートセンター



介護者のつどいの場から 共感を広げる

① つどい場さくらちゃん

大阪と神戸のちょうど中間にある阪神西宮駅近くの普通の民家が「つどい場さくらちゃん」である。ここは、介護者や介護職、医療従事者や行政・社協、学生や地域活動者、子どもも子育て中の母さんも誰もが集い、しゃべれる・泣ける・笑える・食べる・学べる・ともに出かける・生きる場である。

代表の丸尾多重子さんは、自らの祖母、両親、兄の介護経験から「人は一人では生きていけない。とくに障害を抱える人には、身近な家族、仕事としてかかわる人、地域の人のサポートが不可欠。そして、それは介護をする人にとっても同じ」と考え、2004(平成16)年3月、マンションの1室を借り、「つどい場さくらちゃん」をスタートした。名称は西宮市の花である桜と、「ちゃんと生きよう」という思いから「ちゃん」をつけて「さくらちゃん」とした。2007(平成17)年4月にはNPO法人格を取得、翌年11月から現在の一軒家を借りて活動している。

丸尾さんは、つどい場さくらちゃんを利用する人たちから人柄のやさしさとその癒される笑顔から「まるちゃん」と親しまれ、信頼されている。

介護をする人には、いつでも集える場所と温かい食事が欠かせないと昼食を提供。まるちゃんは調理師免許をもっていて、15年間、食に関する仕事をしていたこともあり、料理の腕は一流。日頃のストレスや不安の発散とまるちゃんの笑顔とおいしい料理を目あてに、人が集まる。集えば自然と話も弾み、一緒に食事をすることで本音が出ることもよくあるという。介護者だけが集まり、悩みをうちあけ合うだけではなく、介護職や学生、さまざまな立場の人がそれぞれの思いを口にすることで共感、理解が深まっていくのだ。

つどい場さくらちゃんの活動は広く地域に浸透し、その存在の重要性を認識した西宮市が西宮市社会福祉協議会に委託をし、2011(平成23)年には、西宮市武庫川団地内に新しい「つどい場」が生まれる。

〈活動内容〉

必要な支援を必要な人に提供できるように、あえて介護保険事業はしていない。独自のサービスを地域住民によるボランティア活動で行っている。ボランティア登録:約40人

●つどい場

利用に年齢等制限はなく、介護をしている家族、介護職、子育て中の母さんと子ども、一般のデイサービスになじめない人や介護保険対象外の人などが、友人の家に遊びに来た感覚で過ごす。

開催日:毎日(留守の時もあるので事前に連絡するとよい)

利用料:1回500円 昼食費別途500円

●おでかけタイ

障害のある人やその家族と一緒に出かけ、その行程を支援する。車いす使用になったので旅行をあきらめていたという人も介助者がいれば楽しむことができる。介護者にとっても楽しみになっている。費用:実費負担

●学びタイ

介護中の家族、介護職員を対象に定期的に介護講座を行っている。介護技術の向上を目的にして全国的から講師を招き、介護する人たちが元気になる講座を提供。西宮市の委託事業として傾聴講座も開催。講座やセミナー開催後は懇親会を行い、つながりを大切にしている。参加費:概ね3000円以内

●見守りタイ

認知症などで見守りが必要な高齢者を在宅で介護している家族の外出時やリフレッシュのために、代わって見守りをする。一人暮らしの高齢者の見守りも行う。日常の困りごとへの対応など、まずは気軽に相談してもらっている。

費用:1時間600円 (内訳:活動者400円、つどい場の活動費に200円) 交通費別途実費利用者負担

地域の概要

兵庫県西宮市

■人口:482,826人

■高齢化率:16.76% (2011年2月1日現在)

西宮市は大阪市と神戸市の間に位置する。南北に長い地形で、その中央部が山間部でありそれを境に気候や交通の便、社会資源の格差が大きい。大学や短大が多く、また都市部への交通の利便性から学生と転勤族が多い。

つどい場さくらちゃん

〒662-0972 兵庫県西宮市今在家町1-3

電話/0798-35-0251 FAX/0798-35-0251

代表者/丸尾多重子 法人格/特定非営利活動法人

担い手数/ボランティア登録約40人

事例
6

本音を言える場が支える在宅介護

薬をやめて元気を取り戻すことができたTさん

4年前、夫が66歳のときアルツハイマー型認知症と診断されたTさん。医師からの告知は家族に何の相談もなく、本人だけに行われてしまったのだという。2年後には徘徊が著しくなり、精神科に入院となる。徘徊の対応にひどく悩まされ、疲れ果てていたTさんは、これでもう安心、と思う一方で、入院させてしまつたこと、自宅で一緒に過ごせないことに後ろめたさと申し訳なさが生まれた。これで本当にいいのかと悩んでいた頃に、「つどい場さくらちゃん」の存在を知り、利用するようになつた。

その後、夫は病院併設の老人保健施設に入所が決まつたが、自宅に帰りたいために暴力的な行動が出るようになつたことから、精神科に再入院となつた。しかし、この再入院は家族に何の連絡もなく勝手に行われ、その後10日も家族は面会をさせてもらえなかつたといふ。10日後、面会に行くと夫は廃人のようになつた。

その1年後、特別養護老人ホームに入所が決まる。しかし、そこでも薬のために目もうつろでボーつとしていた。元氣も意欲もなくなり、医師から食事を口から摂ることが困難なので、胃ろうが必要であろうと告げられた。Tさんは不安や問題が起つたびに、つどい場さくらちゃんに相談してきた。つどい場さくらちゃんで同じような経験をもつ介護者から話を聞いたり、自分の思いをぶつけることで気持ちが軽くなつた。薬をやめたら元気になつたといふ話を聞いて、思い切つて夫の薬をやめもらつた。しばらくすると、夫の目が変わつた。力も出て、食欲も出つた。今では大きなハンバーガーにかぶりつくほどだといふ。

現在、夫は特別養護老人ホームに入所しているが、日中自宅に戻つたり、自宅に外泊したりして過ごすこともできている。地域の在宅サービスが充実すれば、在宅生活を復帰させたいとTさんは願う。つどい場さくらちゃんと出会い、利用できたことで自分自身が笑顔になつて、たいへんだとしか思えなかつた夫の存在がいとおしく感じられるようになったのだ。

さくらちゃんでリフレッシュすることで、介護を続けられる

11年間認知症の実母を在宅で介護しているAさんも、つどい場さくらちゃんの存在に助けられたといふ。1対1で介護していると煮詰まり、息苦しくなる。夜間、眠らない母を介護していると、自分自身も寝不足になり、ますますイライラがたまる。それでも、ケアに納得のいくショートステイに出会えず、利用することができない。そんなときに、つどい場さくらちゃんでたわいがない話をして大笑いをすることで、気分転換ができたといふ。「さくらちゃんがなかつたら、ここまで介護を続けてこられなかつたかもしれない」とAさんは言う。介護保険で利用しているデイサービスは年末年始はお休み。1週間1人で母を見守ることに不安を感じたAさんは、つどい場さくらちゃんに3泊4日し、まるちゃんとほかの利用者と新しい年を迎えた。往診に来てくれている医師にも、つどい場さくらちゃんに来てもらった。

これからどうなるのか、先の見えない介護だが、一人ではないといふことが本当に心強いとAさんは言う。

最期まで自宅で過ごせた

2011(平成23)年2月5日、つどい場さくらちゃんを利用してゐたOさん(男性)が自宅で、介護の中心であつた娘3人に見送られ、旅立つた。「最期まで父が望んだような生活をさせることができたのは、さくらちゃんのおかげ。自分たちだけでは看取りまで決してできなかつた」と娘は話す。遺影は、おでかけタイと北海道旅行をした際に撮つた写真にした。とてもいい笑顔で妻も気に入つてゐる。自宅で最期を迎えることは、家族にとってとても貴重な経験で、残すものがとても大きい。それを経験することができたのはつどい場さくらちゃんのおかげだと、とても感謝している。



地域福祉のコーディネーターの動き



まじくるから元気になれる

丸尾多重子さん

特定非営利活動法人つどい場さくらちゃん 代表

10歳代の頃より、脳軟化症の祖母を自宅で介護する母をサポート。4年間の商社勤務ののち、調理師の資格を取得し、東京で15年間「食」関係の仕事に従事。その後、兵庫県に戻って母、父、兄の介護を経験する。家族を見送ったのち、ヘルパー1級を取得。障害をもつ人が地域で暮らしていくためには介護する家族を支える場が必要であると痛感して一念発起、2004(平成16)年3月「つどい場さくらちゃん」を開設した。2007(平成19)年4月、NPO法人を立ち上げる。同年9月、NPO設立特別企画おむつはずし学会IN西宮開催。同年11月、会報「みんなのさくらちゃん」創刊号発行。2008(平成20)年11月、現在の活動場所である一軒家に引越して、さらに活発に活動している。



活動をするうえで心がけていること

- ✿ 決してしばらない
- ✿ イヤだったらやめる・無理だったら断る
- ✿ コツコツが大事
- ✿ ありがとうの言葉と笑顔を忘れない
- ✿ 理想論を上から説くのではなく、日々の協働作業から関係を生み、育てる
- ✿ 時代の変化をよむ。先の見通しを想像する

専門職とネットワークを組むときのコツ

- ✿ 堅苦しいかない(笑顔でへらへらと近づく)
- ✿ 本人が出て行くよりも、周囲の反応や評価で知ってもらう(「うるさいやつがまた来た」と思われるよりも、真実味もあり効果もある)

ある 1週間の動き

	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00			
(月)	掃除、昼食準備	事務局打ち合わせ (月1)	事務スタッフ と昼食								(~20:30) 来客 聞き役			
(火)	掃除	昼食食材 仕入れ	昼食づくり	昼食利用者とランチ 布ぞうりを編む(販売用)			新聞社支局へ イベント広報依頼		仕入れ 電話相談					
(水)	掃除、昼食仕込	シルバー人材センター 傾聴講座講師	昼食づくり	昼食利用者とランチ			片づけ	(~19:00) 講座準備 (~21:00) 市受託事業傾聴講座						
(木)	掃除、昼食準備	昼食食材 仕入れ	昼食づくり	昼食利用者とランチ		出版社ライターと本の校正			数件の 電話相談					
(金)	掃除、昼食準備	新聞編集 会議	昼食づくり	昼食利用者とランチ		みんなのさくらちゃん新聞7号の編集								
(土)	掃除	熊本県社協 から来客	バレンタイン用 チョコ買い出し	長尾クリニック前で つどい場相談室		仕入れ		介護職員との 飲み会						
(日)	掃除	さくらちゃん ボランティア月例会	取材対応	昼食づくり ランチ		活動者報告に来る								

ある日の動き

