



特集

在宅医療・介護連携

住み慣れた地域で 生き続ける

の義援金やボランティア活動がそうです。では、介護の苦しみはどうでしょうか。例えば、働き盛りの50代の方が80代の両親の介護のために仕事を辞めてしまう。同僚に迷惑をかけたくないから、その苦しみを誰にも言わないままです。年間10万人以上の人が家族の介護のために離職する時代といわれています。この苦しみはまさに「目に見えない」苦しみですね。「私の気持ち、誰にも分かってくれなくてもいい」。そんな思いを抱えている方が、皆さんの地域にも大勢いらっしゃるかもしれません。

「分かってくれる」と人はうれしい

人はいつか必ず最期の時を迎えます。死ぬということの苦しみを抱え

ながら、それでもなお人は心穏やかに過ごせる可能性があると思います。そして、そのための援助を行えるのは医師や看護師といった一部の専門職だけではありません。家族やご近所の方、小さなお子さんにもできることがあるのです。

死を前にした方が抱える苦しみというのは、時間を巻き戻すことができないのと同じように、多くは解決することのできない苦しみです。その苦しみを前に、皆さんならどのような援助ができますか。それは励ましてはいかがでしょうか。それとも、例えば介護保険制度についてのアドバイスでしょうか。ふつう私たちは、誰かが困っているときは励ましやアドバイスの言葉をかけたと思うんですが、それは決して間違いではないと思います。ですが、解決のできない苦しみというものは、先ほどご紹介した「私の気持ち、誰にも分かってくれなくてもいい」という苦しみに比べて、励ましやアドバイスが通用するとは限らない苦しみで



小澤 竹俊さん

めぐみ在宅クリニック 院長
一般社団法人エンドオブライフ・ケア協会理事
救命救急センター、農村医療、内科・ホスピス勤務を経て、平成18年にめぐみ在宅クリニックを開院。「ホスピスで学んだことを伝えたい」との思いから、全国で数多くの講演を行っている。

い苦しみで

阿南市では、平成29年8月から「在宅医療・介護連携推進事業」を実施しています。本事業は、介護保険事業の一環として、医療と介護の両方を必要とする高齢者の方が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、地域の医療・介護の関係機関が連携して、在宅での医療と介護を一体的に提供できる体制づくりを目標としています。

本事業の取組を市民の皆さまにお伝えすることを目的に、横浜市にある「めぐみ在宅クリニック」院長の小澤竹俊さんを講師にお招きし、「在宅医療・介護 市民公開講座」を10月7日に開催しましたので、講演の内容の一部をご紹介します。

住み慣れた地域で 人生の最期まで過ごせる 社会をめざして

私が全国各地で講演をしながら思うことは、たった1度の出会いで人生は変わるかもしれない、ということだと思います。私の講演のテーマは、なにも医療と介護に関わることでいいわけではありません。それは皆さんが暮らすこの町全体についてのお話であって、これから社会に出ていく子どもたちにもぜひ伝えたいテーマでもあります。

す。そのような苦しみを抱えた方が、どうすれば心穏やかな気持ちになれるのか。私はシンプルにこう考えます。「自分の気持ちを分かってくれる人、理解してくれる人がいるとうれしい」。この言葉に尽きると思います。

「病气じゃないあなたに私の気持ちなんて分からない」。この言葉を、私は「看取り」という現場で何度も目の当たりにしてきました。医師としてだけでなく経験者さんにとつては、苦しんでいる患者さんにとつては、私も所詮は他人です。苦しむ人の力になりたいとどんなに願ったとしても、その人の苦しみを本当の意味で理解することは絶対にできないと私は考えました。

さて、ここで国語の授業をしましょう。「私は、苦しんでいる人の力になりたい」。気持ちを理解したい」。この文章の主語は「私」です。先ほど言いましたように、私は、これは不可能なことと考えています。では、同じ状況について、相手の立場から見るとどうなるでしょうか。主語を「苦しんでいる人」に変えてみるとこうなります。「苦しんでいる人が、目の前の私を『理解者』だと思う」。こちらであれば、実現の可能性があると私は考えています。大切なことは「私が相手を理解することではなく、「相手が私を『理解してくれる人』と思う」ことなんです。自分の苦しみを理解してくれる人がいると思えたとき、人は穏やかな気持ちになれるのです。



「在宅医療・介護 市民公開講座」のようす

「目に見えない苦しみ」がある

これからの日本は、若い人の人口が減って、65歳以上の高齢者の割合がどんどん増えていきます。亡くなる人の数も今は年間134万人ほどですが、それが160万人以上にまで増えるといわれています。阿南市でも、今は人生の最期を病院で迎えられる方がほとんどだと思いますが、病院のベッド数も今後減っていくでしょうから、だんだんとそれが当たり前ではなくなっていくと思います。医療や介護の受け皿がなくなると、地域で苦しむ人が増えるかもしれないということなんです。そしてその苦しみは周囲の人の目に見えませんが、人は助け合える苦しみに対しては、人は助け合えるんです。大きな災害が起きたとき

苦しんでいる人には誰かに伝えたいメッセージがあります。相手の言葉をよく聴き、そして伝えたいメッセージをキヤッチできたら、それを言葉にして反復してみましよう。「自分の気持ちを分かってくれた」と思っていたんだけど、相手からは「そうなんです」という言葉を返してもらえないことですよ。誰にも分かってくれない苦しみを、たった1人でも分かってくれる人がいるということ。それは死を目前にした医療の現場においても、最後まで残り続ける「支え」の可能性であると私は考えています。

未来の子どもたちに 伝えたいこと

このようなお話を、私は「いのちの授業」として子どもたちにも伝えていきます。子どもたちが地域の高齢者のために優しくなれるように、そして彼らがこれから困難な時代を歩んでいくとしたとしても折れずにたおやかに、地域で苦しむ人の力になろうと行動できるように。そんな人づくり、まちづくりができればとの思いから、私は全国各地で講演をしています。本日の講演はたった1回の出会いかもしれませんが、この阿南市が、人生の最期まで「この町で暮らしてよかった」と思える町になりますことを願っています。

(以上、小澤さんの講演を基に再構成しました)



原田 晃さん
阿南市医師会地域包括ケア委員会委員長
医療法人医正会原田病院 院長

地域の医療・介護の 関係機関が連携

高齢者の方が病気になるっても、住み慣れた自宅で療養しながら、自分らしい生活を続けられるためには、地域における医療・介護の関係機関が連携して、包括的かつ継続的な在宅医療・介護の提供を行うことが必要です。

在宅医療・介護を支えるため、医療機関である在宅療養支援病院や診療所は、病状の急変時における一時的な入院の受け入れや定期的な訪問診療を、訪問看護事業所は、医療機関と連携し、服薬管理や点眼、じょくそう（床ずれ）の予防、看護ケアを行います。在宅で生活されるということなので、医療サービスだけでは当然ながら不十分であり、適切な介護サービスも必要となります。介護サービス事業所は入浴、排せつ、

食事等の介護を実施していく必要があります。このため、地域の関係機関が連携し、多職種協働により在宅医療・介護を一体的に提供できる体制の構築を、市町村が中心となり、地域の医師会等と緊密に連携しながら推進することとされています。

在宅医療に関しては、常日頃から近くにかかりつけ医を持ち、定期的な健康診断を受けるなど、病気に關してはなんでも相談できるようにするのが良いと考えます。かかりつけ医に普段の健康状態を診てもらっていただければ、少しの変化であっても病気がこじれる前に対応できるようにになります。より専門的な治療が必要な場合は、紹介状を求められることも多くなっています。かかりつけ医を持つことはスムーズな診療を受けるためにも有用です。

医療機関によっては訪問診療を積極的に行っているところもありますし、訪問看護、訪問リハビリ、訪問介護、通所リハビリ、通所介護、ショートステイなどの介護サービスをライフスタイルにあわせて利用することも在宅生活の助けとなります。これらの詳細は市役所（介護・ながいき課）、お近くの医療機関、地域包括支援センターおよびケアマネジャーにご相談いただければ良いと思います。

歯科医師会の役割と 今後の課題

超高齢社会が目前に迫る中で、阿南市における地域包括ケアシステムでの歯科医師会の役割として、住民の方々が医療・介護が必要となった際、自宅や介護施設等のような環境においても必要とされる歯科医療が受けられる体制の構築が最も重要であると考えています。

この体制構築には、次の3点が重要であり、取り組んでいくべき課題であると思います。まず、「医科歯科連携」を主とした医療面での連携構築です。在宅、介護施設での訪問歯科診療だけでなく、外来歯科診療においても糖尿病、心臓病、脳血管疾患、骨粗鬆症など全身状態の把握は、歯科治療の必要項目です。課題の2つ目が「医療介護連携」で、在



岡本 好史さん
阿南市那賀郡歯科医師会 会長
岡本歯科 院長

宅・介護施設等での日常生活を支える介護職の方々との連携をより密にすることにより、それぞれの生活にあった歯科治療や口腔管理を提供・助言できると考えています。3つ目は、「歯科治療（情報）が途切れない体制」です。体調の変化等により、療養生活の環境が病院から病院、または在宅や介護施設等へ退院・移動した際、以前受けられていた歯科治療、口腔管理が途切れるとほとんどケースにおいて口腔状態は悪くなります。これを防ぐため、退院（退所）時において医科・薬科・介護情報と同じように歯科情報もシステムに流れる体制整備が必要と考えています。これらの事項に取り組むことにより、あらゆる環境においても市民の方々に最善の歯科治療、口腔管理を提供することをめざしていきたいと考えています。

今年の8月から阿南市のご理解をいただき、ケアハウス健祥会アンダルシア内に阿南市在宅医療・介護連携支援センターと併設する形で徳島県歯科医師会南部連携室を設置しました。阿南市在宅医療・介護連携支援センターとも協力し歯科医療・介護連携を進めるとともに、南部連携室が住民の方々や他職種にとつての歯科分野の窓口となり、地域包括ケアシステム構築の役割を担えるよう努めていきたいと考えています。

阿南市在宅医療・介護連携支援センターの取組

社会福祉法人健祥会 仁木康統さん

社会福祉法人健祥会は、阿南市からの委託により、平成29年8月

から在宅医療・介護連携推進事業を実施しています。羽ノ浦町にあるケアハウス健祥会アンダルシア内に「阿南市在宅医療・介護連携支援センター」を設置し、事業の拠点としての役割を担っています。センターのこれまでの取組として、まず「阿南市在宅医療・介護連携会議」として、医師、歯科医師、地域包括支援センター、ケアマネジャー等の医療・介護関係者がそれぞれの職域を超えて意見交換できる場を設けました。会議は定期的開催され、「2025年を見据えた地域づくり」をテーマに、阿南市が今後めざすべき将来像について活発に意見が交わ



社会福祉法人健祥会の仁木康統さん(左)と鶴羽 恵さん(右)

されています。次に、在宅医療・介護に關わる多職種の連携を目的とした研修会を継続的に開催しています。「かかりつけ薬剤師」や「地域包括ケアシステムとリハビリテーション」といったテーマについて共に学ぶことにより、お互いの顔が見える関係づくりにも繋げることができたと考えています。

さらに、市民の皆さまに向けた取組として「在宅医療・介護市民公開講座」を年1回開催し、在宅での医療や看取り等に関する知識の普及を進めています。10月に開催された公開講座の内容は先の記事のとおりですが、130人を超える多数の方々にご参加いただくことができました。

センターの今後としましては、市内各地域における在宅医療・介護連携の現状と課題を把握し、阿南市医師会ならびに阿南市那賀郡歯科医師会をはじめとする関係機関との連携をさらに強化しながら課題の解決を図り、その成果を「医療介護情報マップ」といった形で市民の皆さまへご提供することを目標に事業を進めてまいります。

在宅医療・介護連携 推進事業の具体的な取組

次の8つの取組を、地域の医療・介護の関係機関と連携しながら推進しています。

- (1) 地域の医療・介護資源の把握
- (2) 在宅医療・介護連携の課題の抽出と対応策の検討
- (3) 切れ目のない在宅医療と介護の提供体制の構築推進
- (4) 医療・介護関係者の情報共有の支援
- (5) 在宅医療・介護連携に関する相談支援
- (6) 医療・介護関係者の研修
- (7) 地域住民への普及・啓発
- (8) 在宅医療・介護連携に関する関係市区町村の連携

在宅医療・介護連携の相談窓口

阿南市在宅医療・介護連携支援センター

羽ノ浦町中庄大知淵8番地1(ケアハウス健祥会アンダルシア内)

☎44-6866

(医療・介護関係者からの相談窓口となっています。一般の方からのご相談はお近くの高齢者お世話センターで受け付けています。)