千刈狸の呟き

～『ものがたり』を紡ぐ 地域包括ケアとは？～

黄 昏 狸

自分の人生がまもなく最期を迎えると知ったとき、あなたはどこで死にたいか。どこで誰と生活したいか。その日が来るまで、どうやって生きていきたいか。秋田県出身でNHKの「プロフェッショナル　仕事の流儀」にも取り上げられた訪問看護師である秋山正子さんの言葉である。彼女は新宿区にある都営アパートである戸山ハイツに「暮らしの保健室」というコミュニティの場、憩いの場所を作った。そこにはアパートに住む高齢者、がん患者、認知症の患者さんたちが行き来し、安心とつながりを与えた。当地域にもこのような保健室があれば良いと思う。

さて、20世紀は治療医学中心の世紀であった。21世紀は地域包括ケアの世紀に変わりつつある。時代は病院モデルから生活モデル、治療からQOL、キュアからケア、長寿から天寿に代わってきている。今も医療の中心は病院でのがん治療、高度先進医療、救急医療が主体であることには間違いはないが、その治療が終わったら診療所や在宅および施設に役割や機能を移し地域で支えていくということだ。

人生の最期まで住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるために地域包括ケアシステムという支援体制がある。地域には住民が暮らす処から生まれてきた人と人のつながり、そこに一人一人に寄り添い、その人のものがたりを尊重し、生活者の視点に立って包括的に支えるという考えが大切である。

その支援には自助、互助、共助、公助があり、その中で一番大切であるのは国や保険に頼るのではない自助と互助である。つまり、住民には覚悟と意識改革が必要である。これを推進するためには住民自らが地域ケアに参加し、地域社会を強化し、地域住民同士の関係強化をしていくことが大切である。それが自分たちのまち作りや健康づくりにつながると考える。

私たち医療者の仕事は「病気を治す」だけではなくて、「その人が最期まで住み慣れた地域で幸せに自分らしく生きていくためには医療は何ができるか」を考え支えていくことである。日本はまさに少子高齢化時代、多死時代に突入した。私たちが最期まで住み慣れた地域で生きていくためには地域ごとに考え支えていかなければいけない時代になってきている。

地域包括ケアにおいて医療における『ものがたり』的な視点は大切である。ものがたりを英語でナラティヴと言う。最近では、医療現場でもナラティヴベースト・メディスンという言葉を耳にすることも増えてきた。患者さんの語る「ものがたり」に耳を傾け、病気にだけ焦点を当てるのではなく、病とともに生きる患者さんを全人的に捉える視点がそこにはある。そしてその人のものがたりは多種多様である。だからこそ、わたしたち医療者は病気を見る専門家である前に病気を持った人と関わることを大事にしていかなければならない。患者さんの語りには、強いメッセージがあり、聴く者に大きな気づきと発見を与えてくれる可能性がある。

ナラティヴとは物語＋語りであり、語り手と聞き手のあいだで返還と循環がなされる。哲学者アラスデア・マッキンタイヤは美徳なき時代という本の中で「私たちは物語る動物である」、「ものがたりへの向き方は、ものがたりを贈り物と考え、そこには患者さんのかけがえのない人生があることを認識しなければならない」と書いてある。今後、医療にはこの「ものがたり」という視点がとても重要になって来るであろう。人には色々な生き様や死に様がある。最期は「私にはもうやり残したことはない。言い残したことはない。そして食べ残したものはない。みんな、ありがとう」と言って微笑んで逝きたいものである。

地域包括ケアはみんなで作っていくものであり、それは仲間作り、自分たちのまち作り、そして地域作りである。問われるのは多職種連携でも顔の見える関係でもなく、専門職や行政が協力し合って住民主体で地域の課題を解決するしかない。地域包括ケアの一面は最期まで住み続けることのできるまち作りであり、他の地域の真似をしても恐らくうまくいかないであろう。土地、土地にはそれぞれの歴史やものがたりがある。自分たちのまちは自分たちで守る。その中には自助と互助（お互い様）という気持ちがなければうまくいかない。高齢者が自立して尊厳を持って、住みなれた環境で最期まで住み続けるためには、住民の覚悟と地域への愛着、そしてその人やその地域のものがたりを紡いで行く事がとても大切であると思う。Aging in Place（生まれ育った地域で生活してその場所で死んでいく）とは結局は死に場所づくりである。この地域で、ものがたりを紡ぐ地域包括ケアシステムがうまくいくことを心から願う。