

認知症カフェの取組経験を活かした、さまざまな病気や障がい、生活上の困りごとの相談窓口 ふらっと相談 くらしの保健室 たま

”HURATTO SOUDAN KURASHI-NO-HOKENSHITU TAMA”
Counseling services for various illnesses, disabilities, and daily life problems
based on the experience of the "Dementia-cafe"

原田豪^{*1}, 米ヶ田里奈^{*2}, 村川真紀^{*3}
Gou HARADA, Rina MEKATA and Maki MURAKAWA

In this paper, we report "Huratto Soudan Kurashi-no-Hokenshitu Tama" by Yukiko Mabuchi, a nurse who has been active since the very beginning of the dementia cafe, where anyone can feel free to consult about health and life. It is an example of "Kurashi-no-hokenshitu", and while providing users with a place for daily living and social participation, it provides guidance to specialized institutions for medical care, long-term care, and living support as necessary. The base uses a part of the existing building, and also has a business trip type "Dementia-cafe".

*Keywords: The Community-based Integrated Care, Elderly people,
Daily life problems, Consultation Services, A safe place*
地域包括ケア, 高齢者, 困り事, 相談, 居場所

1. 施設概要

本稿では、日本初の認知症カフェの設立から活躍した看護師の間淵由紀子氏による、健康や生活について誰もが気軽に相談できる開かれた地域の居場所『ふらっと相談 くらしの保健室 たま』(以下、『たま』)の取り組みを報告する。本事例は「暮らしの保健室^{注1)}」の一例であり、地域住民に日々の居場所や社会参画の場を提供しつつ、必要に応じて医療や介護、生活支援の専門機関への案内を行う。既存建物の一部(2階部分)を利用した、相談・ランチ会等の実施や、フードパントリー「フードバンク TAMA」の拠点機能を持つ。さらに、出張型の認知症カフェである「だんちでカフェ」や常設型の認知症カフェ「カフェふらっと」(近隣団地での相談会。主に認知症の住民へのサポートや、体操のレクチャーを実施)、また登録制の安否確認サービスなど提供している。

■基本情報¹⁾

正式名称: ふらっと 相談くらしの保健室 たま
施設規模: 地上3階建てのうち、2階部分を利用

所在地: 〒196-0024 東京都昭島市宮沢町4-9-7-3
「宮沢の太陽」

運営事業者: 株式会社たまこうき

敷地面積: 約225 m²

延べ床面積: 約450 m²

構造: RC造

開所: 2020年7月

開館時間: 月・火・水・金 12:30~15:30 (16:00)

スタッフ: 1人(間淵氏), ほかボランティア

拠点機能:

- ・『ふらっと相談 くらしの保健室 たま』の相談窓口
- ・フードパントリー「フードバンク TAMA」のハブ機能
- 主な実施プログラム:
 - ・出張保健室による認知症カフェ「だんちでカフェ」
 - ・常設型の認知症カフェ「カフェふらっと」
 - ・ランチ会(毎週水曜日)
 - ・こども健康相談(毎月第2水曜日)
 - ・登録制で安否確認の実施

*1 東京電機大学 未来科学部 建築学科

*2 東京電機大学 未来科学研究科 建築学専攻 修士課程

*3 東京電機大学 未来科学部 建築学科 研究員

*1 Undergraduate Stud., Dept. of Arch., School of Sci. and Tech. for Future Life, Tokyo Denki Univ. *2 Graduate Stud., Dept. of Arch., Graduate School of Sci. and Tech. for Future Life, Tokyo Denki Univ., B.Eng *3 Research fellow, Dept. of Arch., School of Sci. and Tech. for Future Life, Tokyo Denki Univ., Dr.Eng.

る。拠点での主な活動プログラムは、高齢者や認知症の“おひとり様”同士が毎週水曜日に集まるランチ会、こども健康相談（毎月第2水曜日）、登録制での安否確認の実施である。さらに、近隣の「昭島つつじが丘団地」の高齢化率が40%超と高く、認知症などの支援が必要な住民をサポートしたいという思いから、近隣の「つつじが丘ハイツ」の集会所を借りて、を開催している。認知症・がん・整形外科などの様々な相談を受ける他、認知症に関するミニ講和、間瀬氏のママ友でもある、運営に協力してくれるボランティアスタッフによるリズム体操、ハーモニカ演奏や参加者同士によるお話をしている。

2.3 スタッフについて

拠点の運用は、間瀬氏と、ご子息の少年野球チームで繋がったママ友がボランティアで支えており、1日1～2人で運用している。さらに利用者らも食事準備等をサポートしスタッフや利用者という区分なく協力して活動している。間瀬氏は午前中に「宮沢の太陽」の訪問看護部門の責任者としての業務を行い、午後には本拠点運営をしている。また、一般医療機関等からの出張保健室の依頼や、その患者の家を訪問して様態を確認しに行くといった業務もある。

3. 利用者について

3.1 利用者人数

普段は1日に近隣住民3～4人がふらっと来て帰るといった利用があり、13時半～14時の時間帯が最も賑やかである。また、ランチ会開催時は8～12人ほどが利用している。

これまでの利用者数について、『暮らしの保健室 多摩』開設期間の2018年（平成30年）10月～2019年（令和1年）5月では、新規利用者が681人、継続利用者が874人である。また、オープン当時は新規利用者がひと月で56人、その後はひと月20～30人前後で、継続利用者は20人前後であった。継続利用者の固定メンバーは、『たま』に来られない日には電話等で連絡が来ると、間瀬氏は話す。

3.2 相談内容と件数

相談内容は、「どの医療機関を受診したら良いか」、「家族が認知症になり、どうすればよいかわからない」等が多い。特に初回の相談では、認知症の相談が最も多く、他は「腰が痛い」といった整形外科に関することや癌、精神疾患、脳卒中、糖尿病に関する内容である。新型コロナウイルス蔓延の影響では、病院の面会

謝絶への対応といった相談もあり、病院の一步手前で地域住民からの相談を受け付けている。間瀬氏がかつて国家公務員共済組合連合会立川病院（以下「立川病院」）の地域医療連携センターの設立に携わり、かつセンター長を務めており、近隣一帯の地域医療の中心にいた経験から「〇〇の症状なら△△病院の□□先生が良い」といったアドバイスをする一方で、二次医療圏^{注2)}の病院からの医療相談や「患者の様態を見に行ってほしい」といった訪問依頼を受ける。相談対応の方法は電話や無料の訪問等さまざまである。

過去に受けた相談内容で最も多いのは、「自身の症状に関する相談」で、次いで「認知症患者を持つ家族からの対応相談（937件）／介護保険等の金銭相談（472件）／入院に関する相談（350件）／退院に関する相談（351件）／在宅療養に関する相談（319件）」と続く。1日あたり1～2件の相談があり、内容によっては、すぐに訪問対応することもある。また出張保健室の認知症カフェ「だんちでカフェ」では、認知症の対策や薬について、そのほか治療方法の有無や老後のお金について等の相談を受けている。

3.3 利用者属性

利用者は男性に比べて女性が多い。また、高齢層だけでなく30代の住民も「仕事紹介をしてほしい」等の理由で来訪する。また、本拠点のポスターなどを見て来る利用者は少なく、民生委員や市役所の職員の紹介、また地域住人の口コミがきっかけで来る利用者が多い。時折若年の民生委員が、「困っている人がいた／道端で倒れている人がいた」等で、住民を連れて来るケースもある。また、3.2で述べた通り、間瀬氏のセンター長の経歴を頼り、医療機関から患者の相談を受ける場合もある。利用者圏域は、昭島市内、近隣の立川市、国立市で、時折都内や都外の遠方の利用者もいる。

4. 建築概要

4.1 設えについて

本拠点の平面図を図2に示す。元々、現在の活動場所（2階）は「宮沢の太陽」で働く看護師の休憩室であり、本事例の開設が決まってすぐに休憩室を3階に移動した（写真2）。開設に当たっては既存のつくりをそのまま利用しており、改修等の手は加えていない。家具は、間瀬氏が購入したものと元々「宮沢の太陽」にあったものを使用している。また冷蔵庫やソファは、社会福祉協議会からの寄付である。利用者は日常的に、

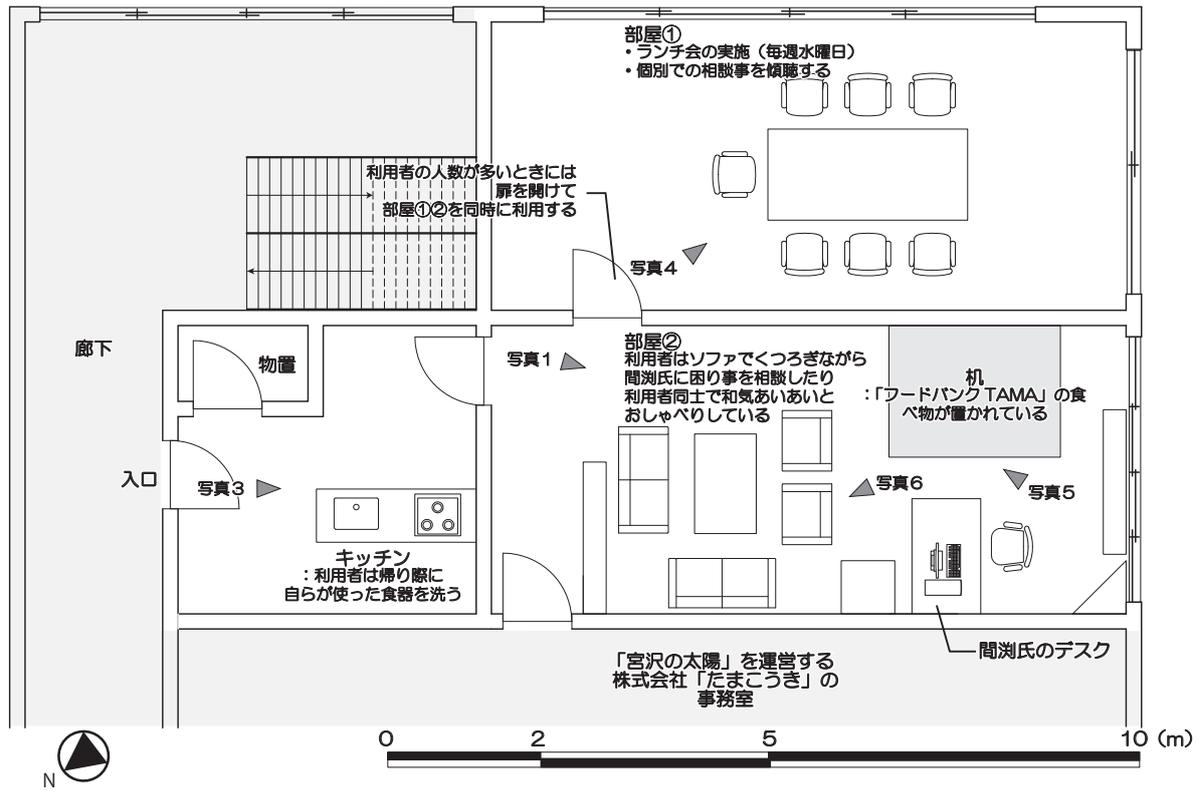


図2 『ふらっと 暮らしの保健室 たま』使用部分の平面図（建物内2階の一部）



写真1 部屋②の内観

部屋②で過ごし、ソファでくつろぎながらスタッフに困り事を相談する等して団らんする（写真1）。スタッフはコーヒーやお菓子を出してもてなすが、食器洗いは利用者自身でキッチンで行い帰宅する（写真3）。特段プライバシー等に配慮が必要、または深刻な相談事は、部屋①（写真4）で受けるといった配慮をしている。

以前の『暮らしの保健室 多摩』は狭く、長い時間

滞在するのが難しかったが、本拠点は空間にゆとりがあるため、長時間滞在できる。壁には、かつて和紙のちぎり絵の先生をしていた利用者が制作した作品等（写真5、6）を飾っており、家庭的な雰囲気に包まれている。ランチ会の開催時等、利用者の人数が多いときは、部屋①と②の間の扉を開け、同時に使用している。



写真2 「宮沢の太陽」の休憩室（3階）



写真3 キッチン空間



写真4 部屋①の内観

4.2 まとめ

先述の通り『たま』の利用人数は1日に3～4人だが、ランチ会実施時などは10人程度となるように、利用人数に幅がある。日常的な利用者は小人数のため、家庭的で落ち着く空間が望ましい。一方で、誰でも気軽に”ふらっと”利用できる場合は、実施プログラムによって利用人数が普段よりも大幅に増える可能性があり、広い活動場所が必要である。実施プログラムや利用人数によって、部屋の面積を操作し、大人数の受け皿にもなり得るような建築的工夫は、活動の活性化に寄与すると考える。

また出入口の脇にキッチンがあることで、帰り際の利用者へ自主的な食器の後片付けを誘発している。利用者が『たま』を”居場所”と感ずるためには、サービスを一方的に受けるだけでなく、主体的に場づくりへ関わる活動を誘発する仕掛けが重要だと考える。

さらに間渕氏によって、壁面装飾として利用者の作品が飾られており、家庭的な雰囲気を演出している。同時に利用者自身が空間づくりに携わることで、場への愛着形成やスタッフへの信頼感に繋がっていると考



写真5 壁に掛かる利用者のちぎり絵作品



写真6 利用者の作品らが額縁に飾られている様子

える。

5. 地域や他施設との連携について

間渕氏は『暮らしの保健室』（東京都新宿区）室長の秋山正子氏とは、運営について相談し合う等といった繋がりがある他、時折利用者の紹介を受けることもある。また、センター長としての経歴が、近隣医療機関とのスムーズな連携を可能にし、その圏域は東京都北多摩西部の二次医療圏域^{注2)}に属する立川、昭島、国立、東大和、武蔵村山、国分寺の6市に及ぶ。このように、本事例は間渕氏の持つ人脈や業務で培ったネットワークにより、昭島地域と近隣一帯の医療機関との繋がりに支えられながら、また往々にしてそれらを支えながら運営されており、特に病院への受け入れ支援をスムーズに行える点に強みがある。さらに間渕氏は、「暮らしの保健室を実践したい」という医療関係者のサポートも行っており、「身近にある相談の場」が持つ力をもっと広げていきたいと話す。

謝辞

見学・インタビューにご協力頂きました間渕様をはじめとする「ふらっと相談 暮らしの保健室 たま」の皆様、篤く御礼申し上げます。なお、本研究は、科学研究費補助金（基盤B）「持続的医療・介護提供に基づく地域社会処方箋と社会保障費のバランス評価指標の導出（研究代表者：佐藤栄治）」の一環として行われました。

注釈

注1) 暮らしの保健室とは、2011年に訪問看護師の秋山正子氏が東京・新宿の団地で開設した『暮らしの保健室』をきっかけに広まった、地域の保健室活動であり、現在約50カ所の拠点がある。全国各地で多数の保健室が、それぞれの地域特性や運営者の専門性に合わせて展開されている。1)

注2) 二次医療圏域とは健康増進・疾病予防から入院治療まで一般的な保健医療を提供する区域で、一般に複数の市区町村で構成されている。医療計画は、この二次医療圏を中心に立案されており、二次医療圏ごとに、医療体制（病床数、医師・看護師等の数、診療所施設数など）が計画される。2)

参考文献

- 1) 秋山正子、「暮らしの保健室」ガイドブック「相談／学び／安心／交流／連携／育成」の場、日本看護協会出版会、2021.02. pp.70-71.
- 2) ニッセイ基礎研究所、「二次医療圏思考 自分の二次医療圏を知っていますか?」、ニッセイ基礎研究所ウェブページ、<<https://www.nli-research.co.jp/report/detail/id=61615?pno=2&site=nli#anka1>>、(参照2022.03.01)