

高齢者が安心して暮らせる地域のあり方を考える

高齢者分野 中田 純平

1. はじめに

私は、社会福祉法人真誠会で介護福祉士として働き 16 年目を迎える。

現在、通所介護及び認知症対応型通所介護事業所の管理者として、利用者に介護サービスを提供するとともに、居宅介護支援事業所からの相談窓口となり連携を図っている。

通所介護サービス事業者は、在宅で可能な限り自立した生活を営めるように、在宅生活が継続できるように本人の望む生活を叶えるための機能訓練や心身機能の維持・向上を目指す役割がある。

また、たとえ障害があっても利用者が地域の中で近隣者と支え合いながら生活できるように支援する役割も担っている。

本法人が運営する通所介護サービス事業所には、独居高齢者や日中独居の方が多く利用されている。介護保険制度では、介護度に応じ利用する回数に制限があるために利用日以外、自宅で過ごすことになり引きこもりのような状態を招いている。

また、地域の自治会長や社会福祉協議会会長、民生児童委員、公民館長、地域住民等を交え運営推進会議を開催している中で、身内や親戚のことならともかく、他人のことまで面倒は見られないとの発言が聞かれる。

このような互助の機能が希薄になっている現状の改善を図るには、日頃から高齢者を孤立させないコミュニティの構築が必要ではないかと考えるようになった。

そのため、高齢者が社会から日常的に孤立せず、地域と関わりを持ち続け、社会参加できる地域社会を目指していくには、「互助」と「自助」の役割を一層高めていかなければならない。それに向けて高齢者施設という社会資源を活かしつつ、地域住民と連携を図っていく必要がある。

この課題の解決を目的に、個人テーマを「オランダにおける高齢者が安心してケアを受けられる体制や、孤立を防ぐための施設環境、ネットワーク作りなどを学び、日本の制度や公的なサービスだけでは支援できない高齢者が、地域で自立した生活を送れ、社会から孤立させない地域（環境）を作る」として、オランダでの高齢者制度や取り組みを学び高齢者施設で働く私が今後実践していくべき事項についての示唆を得たので以下に報告する。

2. 日本の現状と課題

日本の総人口は、2018 年 10 月 1 日現在、1 億 2,644 万となっている。その中で、65 歳以上の人口は、3,558 万人となり、総人口に占める割合（高齢化率）は、28.1%に達し、超高齢化社会になっている。

また、超高齢化社会であることから人口減少が進み、地域・家庭・職場という人々の生活領域における支え合いの基盤が弱まってきている。

かつて日本では、地域の相互扶助や家族同士の助け合いなど、地域・家庭・職場といった人々の生活の様々な場面において、支え合いの機能が存在していた。

暮らしにおける人と人とのつながりが弱まる中、これを再構築することで、人生における様々な困難に直面した場合でも、誰もが役割を持ち、お互いが配慮し存在を認め合い、そして時に支え合うことで、孤立せずにその人らしい生活を送ることができるような社会としていくことが求められている。

また、人口減少の波は、多くの地域社会で社会経済の担い手の減少を招き、それを背景に、耕作放棄地や、空き家、商店街の空き店舗など、様々な課題が顕在化している。地域社会の存続への危機感が生まれる中、人口減少を乗り越えていく上で、社会保障や産業などの領域を超えてつながり、地域社会全体を支えていくことが、これまでも増して重要となってくる。

このような社会構造の変化や人々の暮らしの変化を踏まえ、制度・分野ごとの『縦割り』や「支え手」「受け手」という関係を超えて、人と人、人と資源が世代を超えてつながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会を目指していく必要がある。

3. オランダでの学び

オランダでは家庭医や各専門職、地域住民によるケアが一体となり、一人の高齢者を支えるシステムが構築されていた。

(1) オランダの市民参加型福祉への転換

オランダの高齢化率は、日本に比べると低い近い将来日本と同じ「超高齢化社会」を迎える。

これまでオランダは、高齢者・障害者・子育て支援の全般にわたって国家による社会保障制度が充実していた。

しかし 2014 年度の国家予算で財政赤字のため社会保障分野の支出が大幅に削減された。

その為に 2015 年、新法「社会支援法 2015 (WMO2015)」が施行され、「国家による福祉」から、家族や地域住民の主体的な参加を引き出すことで高齢者の自立を支援するという、「市民参加型の福祉」の社会へと転換した。

(2) オランダにおける家庭医制度やマントルケアについて

オランダでは、住民は全て地域内の診療所で家庭医を決定しその診療所でしか受診ができないという家庭医制度を導入している。家庭医は医科大学で3年間の家庭医療専門医研修を受け子供から婦人、高齢者を対象に診療をする。入院加療や手術が必要と判断されたときに第二次医療機関の大病院へ紹介するシステムである。

家庭医は、1つの家族全員を担当していることが多く、家族の歴史や価値観、食生活ついて把握しており家庭医や地域看護師が地域医療の土台になっていることを知る事ができ

た。

オランダでは、高齢者がケアを必要とするときは、以下の段階でケアを受ける仕組みになっていた。

- ① 0-line care : 家族、近所の方、ボランティアなど（非専門職；無報酬）マントルケア＝地域の人々の力（共生社会）で支援をみつけていく。
- ② 1st-line care : 自由にアクセス可能な地域の中のケア（家庭医、栄養士、ホームヘルプ、地域・訪問リハなど）のニーズに合わせたサービスを提供していく。
- ③ 2nd-line care : 家庭医の紹介で専門医療が受けられる受診・日帰りの専門医治療（<24時間）に繋げる。
- ④ 3rd-line care : 在宅での生活が困難になると 24 時間以上の入院・入所のケアが受けられる体制

マントルケアとは、家族や友人、近所の住民が長期的にケアをするものである。背景としては高齢化が進み、介護サービスのニーズが高まり、介護給付費の増大、財政赤字に伴い、給付費を抑えて、なるべく地域で支えていくことを目的に「国家による福祉」から本格的な「市民参加型の福祉」へ転換した政策である。

2007年には自治体のサポートセンター機能を強化し展開している。センターが相談者の人間関係や近所づきあいを調査し、近隣に適任者が見つければ、相談者の支援をしてもらえないかとの働きかける役割を担っている。現在ではオランダ人の4人に1人が支援者として活動しているとのことであった。

オランダではケアが必要になると、まずは地域でケアができないかを考えられていた。オランダにあるボランティアやマントルケアの存在が高齢者が一人でも生活していける大きな要因になっていることを知った。

(3) パレート・ウェルズイン (Palet Welzijn) の取り組み

オランダ西部の南ホラント州のズーテルメールで活動しているパレート・ウェルズイン (Palet Welzijn) というインフォーマル介護を展開している施設を視察した。家族や友人、町内会や民生委員、地域住民、ボランティア等が行う援助活動を行っており提供者に対する能力開発や、地域住民の孤立を解消するために取り組んでいる団体であった。

主に①自身で社会に参加するための活動支援、②高齢者、ボランティア、労働市場から離れた人と密に連携③地域のレストラン・アクティビティーセンターとしても機能していた。

高齢者が地域から孤立しないように移動が困難な高齢者に対しては移動の支援を行い、他者と触れ合う機会を提供、定期的な連絡が必要な高齢者には「電話サークル」というリレー電話形式で連絡を取り合う取り組みがなされているとのことだった。

視察当日は、地域のレストランに様々な住民が集い、笑顔で沢山のひとと会話されている活気ある姿が印象的であった。

パレート・ウェルズインは団体職員だけで運営するのではなく、多くの地域ボランティアの活動も用意されており、高齢者のみならず、地域の住民も一体となり社会に参加し集える

居場所となっていた。

その中で活動する職員は具体的な講義では、団体職員はマントルケアに従事する人への助言や、グループを対象としたアドバイスまたはコーチング、交流会や食事会、休暇を取るためのボランティアの派遣等を行っている。ボランティアは1700人が登録されており一部の人には他の団体でも活動を行っているとのことであった。

この団体のマネージャーのザビーネ・ウェンドリングさん (Sabine Wendling) は「活動する事で生き生きした老後を送れている。生きがいにも繋がっている。ボランティアに対してプレゼントやパーティなどを開催し慰労する取り組みをしている」と話されていた。

日本には各地に、公民館、コミュニティセンター等の様々な施設がある。そして、社会福祉協議会、シルバー人材センター、ボランティアセンター等、全国各地に人材登録センターが存在している。日本も各地域の特色や環境面を活かし住民が集える居場所を、官民一体となり構築していくことが求められていると感じた。

(5) 地域性を活かした取り組み

ユトレヒト州のヘケンドルペ地区でケアファームを運営している「ケアファーム ヘットボーアエルフ」(Care farm 'Het Boere Erf') という団体を視察した。

オランダのケアファームは現在、約14,000か所で運営されていると聞かされた。

ケアファームとは、「ケア(介護)」+「ファーム(農場)」。認知症や精神疾患を抱える人、発達障がいのある子どもたちなどにデイサービスを提供する農場である。様々な利用者が緑豊かな環境の中で一緒に1日を過ごし野菜や果物の収穫、除草等の農作業、飼育されている動物の世話、餌やり、畜舎の掃除といった仕事を基本的に利用者が行う。ただ単に良い環境の中で寛ぐだけでなく、太陽のもとで活発に身体を動かして「農業に勤しむ」ということが重要なポイントになっている。

それも一緒に組む仲間たちと会話をしながら仕事をする事で、コミュニケーションも深まり、孤独感・疎外感からも解放されるといわれている。このファームで過ごすことによりストレスの緩和や症状の進行を遅延される効果が期待されると言われている。

利用者の1人から「ここでは障がいを持っていることが「普通」であり居心地がよい。自由に外に散歩に行くことができる、農場の仕事をするのが好きだ。」とファームに対する気持ちを話してくれた。

また、支援者側は利用者がお互いに助け合うことや、利用者自身がケアファーム内で活動することで「自己肯定感」に繋がるような支援を意識して行っているとのことだった。

また、認知症高齢者だけではなく、障がいがある子供の受け入れもあり、支援が必要な人に対して地域が多様なニーズを把握しマッチングして対応していた。

4. 学びから活動分野にどう活かすか

オランダの視察を通し、どの団体にも多くのボランティアの登録があり、ボランティアの

存在がオランダの高齢者福祉を充実するために必要な土台になっていることが確認できた。また、オランダ国民にもボランティアをすることが、自分の生きがいに繋がっているという人生の価値観ができあがっている。

日本においても、ボランティアを通じて、人と人が触れ合い互いのことを理解し合うことや、それぞれの自己肯定感を強めていくことが、希薄になりつつある関係性や、物事を他人事としてとらえない為には必要なことだと考え、取組んでいきたい。

私が勤務する法人内には、地域住民向けのフィットネスクラブを会員制で運営している。そこに来られる方は大半が定年退職され元気高齢者である。法人内の祭等のイベントにはボランティアとして協力くださっている。しかし、オランダのように日常的なボランティア活動とは言い難い状況である。

現在、私の事業所ではパラリンピックの公式種目になっている「ボッチャ」を導入し職員中心で利用者のリハビリを兼ねて練習し地区の大会に出場をしている。この活動をフィットネスクラブの方達を交えボランティアとして活動していただくことを提案してみたい。健常者が要介護者と「ボッチャ」を通して交流することでコミュニケーションが図れる、ボランティアとしてのやりがいが見出せる、要介護者は孤立することのない環境になりオランダの市民参加型福祉に類似した取り組みにつながっていくのではないかと考える。

また、本法人が運営している「オレンジカフェ」も職員主体で運営し地域の方はお客さんのような気持ちで利用されている。このカフェの運営にも地域の方をボランティアとして参加を集い、地域住民主体で運営できるような形式に変換していきたい。

事業所の利用者も提供されるばかりではなく近所の公園の清掃活動や、小学生の下校時の見守り、地域運営推進会議へ参加し地域の中の一住民としての役割を遂行する支援をしていきたい。

自分自身も地域でボランティアとして積極的に参加し人と人を繋げる努力をしていきたい。そこから自分のためだけという概念を拭い去った社会ができる。そして、独居高齢者、日中独居の方が介護保険制度にたよることなく地域住民の支えにより最期まで住み慣れた地で説且つできる日本国になっていくと考える。

この度、高齢者分野として「地域コアリーダープログラム」に参加した。研修の中で今の日本に必要なことは、障がい者分野、青少年分野とともに各分野が一体になって全て人々に総合的に目を向けた取り組みをしていかなければならないことを学ぶことができた。

この度の「地域コアリーダープログラム」は意図的に各分野の青年が集まる場であったが、これを私の働く地域に置き換えて、各分野の繋がりを作っていかなければならないと考えている。

今後、地域で開催されている各分野のイベントに参加し様々な企業との繋がりを構築し、ボランティアが支える地域社会の実現を目指して行きたいと考える。

5. おわりに

今回の派遣プログラムではオランダでの高齢者に関する考え方、専門職の役割、政策、地域での取り組みや、住民一人ひとりの地域での役割について学ぶことができた。また、オランダ人の多様な考え方や働き方も派遣を通じて様々な人と触れ合い感じることもできた。

現在、オランダにおいても高齢化率が高まり、高齢者はなるべく地域で生活するという日本同様の取り組みがなされ、共通する課題もあった。そのなかで、制度や文化的背景の違いはあるが、日本の医療・介護保険制度や日本人の特性など良い面にも気づくことができた。

今後、高齢者分野で働く上で、今あるネットワーク、今後繋がり合うネットワークを大切にし、人や人が繋がる連携で生まれるさまざまな可能性を地域に寄与していきたい。また、「地域共生社会」の実現に向け、地域の中でリーダーシップをとれるよう、IYEOでの活動にも積極的な参加をしていきたい。

今回、事前研修から長期間にわたりサポートを頂いた、内閣府及び青少年国際交流センターの方々、在オランダ大使館の山鹿允寛二等書記官、通訳の桑原真理子氏、桑原果林氏、そして、オランダのフンディスホールディングス (FundisFoldings) の皆様に感謝申し上げます。

最後に、2019年度地域課題対応人材育成事業「地域コアリーダープログラム」に参加し、分野を横断して対話をする中で、多くの学びがあり、今後の共生社会に向けて取り組む、新たな仲間ができたとは、私の介護人生に大きく活かしていきたいと考える。また、この繋がりを活かし、共有し合った目標に向けて継続的に活動していきたい。

オランダ団、イタリア団、フィンランド団の団長を含めた団員 27 名に「Dank u wel」と伝え、また共に活動できることを心から願っている。