

つなぐケア —多様な「かたち」からの探究—

パネリスト：吉 江 悟（ビュートゾルフ柏 看護師／保健師）
 岩 崎 寛（千葉大学大学院園芸学研究科）
 大 武 美保子（理化学研究所革新知能統合研究センター）
 座 長：木 暮 みどり（千葉大学医学部附属病院）
 小宮山 日登美（訪問看護ステーションひとみ）

パネラー発表内容

(1) ビュートゾルフ柏が取り組む地域看護

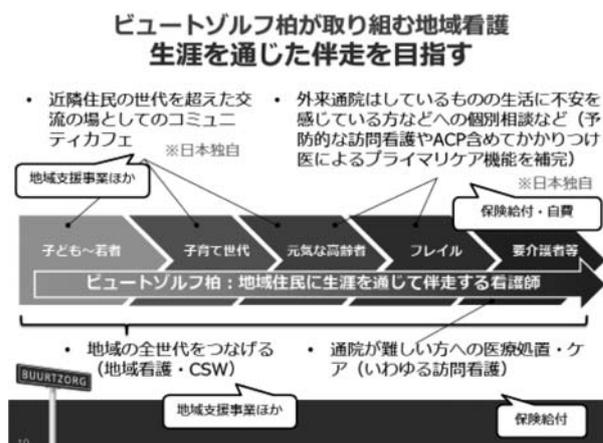
吉江 悟 ビュートゾルフ柏 看護師／保健師

“圏域ごとのケアを進化させる制度ツールの代表には地域ケア会議があげられるが、圏域の機能統合を図る鍵としては、地域看護（Social Community Nursing）を担う人材の確保が不可欠である”（田中滋. 生活福祉研究, 通巻88号, 2014）

地域包括ケア研究会の座長である田中滋先生は、上記のように述べています。ビュートゾルフ柏（BUURTZORG = 「地域看護」, 「ご近所ケア」といった意味のオランダ語）は、まさにこの考えに基づいて、「訪問」という形式にとられない地域における看護のあり方を模索しています。具体的には、訪問看護を基盤に、生活支援コーディネーターの受任、住民主体の通いの場の運営を並行することで、通常の訪問看護ステーションだと中重度の要介護者への看護が中心となるところを、要支援や自立の状態にある住民とも日常的な接点を保てるように工夫しています。

中でも、実際に通いの場を運営してみて、住民や看護師が自由に使える「場」をもつことはとても有効だと感じています。ビュートゾルフ柏では、空き家だった一軒家を事務所として活用しており、居間・台所・客間は住民が自由に使えるようにしています。住民はそれぞれ強みを持っており、看護師が直接的に支援せずとも、住民同士の強みと弱みの組み合わせを工夫するだけで、かなりの部分は支え合うことができていると感じています。このプロセスは、住民個人々人への支援でもあり、ソーシャルキャピタルを高める地域への支援でもあり、医療っばい表現をするならば、看護師の裁量でできる「社会的処方」と言えるでしょう。

さらには、看護師が逆に住民から支えられる場面さえ生じています。看護師が忙しく働き回っていると、心配した住民がお昼ご飯を作るようになり、今や毎日彼女らの作る昼食を食べています。子どもが熱を出して休んだときには、客間に寝かせておきながら、ちょっと様子を見ておいてもらうこともあります。病院における看護師・患者関係＝支える側・支えられる側が明確に区別されている関係とは違い、同じ地域に暮らす住民として、あるときは支え、あるときは支えられ、日々を過ごしています。この積み重ねを通じ、互いの価値観を共有することで、住民の中には気付いていない人もいそうですが、実は我々看護師は「アドバンス・ケア・プランニング」のプロセスを紡いでいます。今は元気な方であっても、将来健康を害したり、最終的には天命を全うする時期がやってきます。できるだけそれを遅らせる予防的視点を持ちながら、しかし誰しも避けられない最期の時に向けて、自然な形で看護師が「伴走」できるように心がけています。



(2) 植物の療法的効果によるケア

岩崎 寛 千葉大学大学院園芸学研究所

現在、緑地や植物に求められている機能は多様化しており、特にストレス負荷の高い都市域においては緑による癒しの効果が求められている。近年、これらの効果が医科学的に検証され始めたことや、医療福祉分野における高度医療から予防医学へとといった流れから、ますます植物が人に与える健康効果に対する期待が高まっている。

我々の研究室では、植物の療法的効果に着目し、これまで様々な対象者にプログラムの提案、実践をしてきた。今回は、その中から実践例をいくつか紹介する。

①高齢者施設の屋上庭園における園芸プログラム

東京都内の有料老人ホームにおいて、屋上庭園を利用した園芸アクティビティを実施した。その結果、屋上庭園でのアクティビティは普段自由に外出できない入居者にとって外の環境に触れ、花や野菜などを楽しむ貴重な機会であり、入居者の発話や行動に対して有効であることがわかった。特に、植物を介することで、それぞれの会話から個人の回想や、知識に関する積極的な会話が引き出されることがわかった。

②「訪問看護」と「園芸療法」を融合した「訪問園芸」の提案と実施

地域住民によるケアの可能性を検討するために、訪問看護と園芸療法を融合した訪問園芸を提案し、実践した。具体的には千葉県松戸市において、地域の次世代を担う若者が高齢者と関わるツールとして庭の手入れ等の「園芸作業」を取り入れ、保健師と連携し高齢者の健康状態のチェックを行なうものである。その結果、訪問園芸は植物の管理に合わせて継続的に学生と高齢者が関わることから、コミュニケーションが密になり、高齢者の健康状態把握にも有用であること等が示唆された。

③特別支援学校における植物プログラム

植物を用いたプログラムは感情表出などの心理的効果が高いと考えられることから、特別支援学校において、花苗を植える園芸プログラムを実施した。その結果、実施当初は園芸活動の意味を理解できていない行動が見られたが、植物の生長と主に生徒の行動や発話に変化が見られ、園芸活動は生徒の感情表出に有用であると考えられた。

④被災地における園芸と看護の連携支援

陸前高田市において、園芸学部による園芸療法プログラムと看護学部による母子健康相談会の連携プログラムを計画し、実施した。その結果、それぞれ単独での支援

活動における課題が、連携して実施することで補完できることなどが明らかになり、被災地支援という分野でも学際連携の重要性が示唆された。

学際連携によるケア 学際:異なる専門分野を複合すること

私が所属する「環境健康学」という領域が正に学際分野

- ・ 緑を扱う研究分野
自然、都市公園、農作業、園芸など
- +
- ・ 人の健康を扱う研究分野
看護、地域ケア、作業療法、予防医学など

社会で起こっている問題は複雑であり、
1つの専門分野だけで解決できるような単純な問題は無い。

よって、今後は「つなぐケア」の一つである
「学際連携によるケア」がより重要になってくると思われる。

(3) 認知症を予防する『ふれあい共想法』

大武美保子

理化学研究所 革新知能統合研究センター

人との交流が少ない人が認知症を発症する確率は、多い人の8倍という観察研究があります。人とつながることは、特に高齢者において、認知機能を維持するという、健康面により効果が期待されます。しかし、人とつながることは、副作用がある場合もあります。人を傷つけることがあります。また、相手に悪意がなくても、人と自分を比較して劣等感を感じ、傷つく場合もあります。このようなことを避けるため、人とつながることを拒否する人もいます。これは、高齢者によらず、人との交流を避ける人の多くに見られることです。

人とつながることによる副作用をできるだけ抑えて、人とつながり、人とつながることによって期待される認知機能を維持する効果を最大化する手法として、会話支援手法、共想法を考案し、研究を行っています。共想法は、二つのルールで定義されます。一つ目は、テーマに沿って、参加者が写真と話題を用意することです。二つ目は、持ち時間と順序を決めて、参加者が聞くことと話すことのバランスが取れるようにすることです。

副作用を抑える工夫として、テーマを好きな食べ物など、前向きなものに設定することによって、テーマを決めない雑談の中で、結果として後味が悪いことになりがち、悪口や噂話などの話題になることを防ぎます。また、持ち時間を決めることによって、話したい人だけがたくさん話し、聞いてばかりの人が圧倒され、参加できなくなることを防ぎます。人との交流には、一般に人と

の関係性が影響を与えますが、共想法形式で会話することにより、参加者同士の関係性が親密でなく、初対面であっても、会話という活動自体を楽しむことができます。

認知機能の維持には、加齢により低下しやすい認知機能を積極的に活用することが有効と考えられています。加齢により低下しやすい認知機能には、体験記憶、注意分割、計画力を含む実行機能が挙げられます。テーマに沿って写真と話題を用意することによって、体験記憶機能の活用を支援します。また、持ち時間を決めて会話が稠密かつ双方向になるようにすることにより、話すことと聞くことの複数のことに同時に注意を向ける注意分割機能と、時間内にまとまるよう組み立てて話す計画力を含む実行機能の活用を支援します。

防ぎうる認知症にかからない社会の実現に向けて、高齢者を中心に、研究機関、大学、企業、自治体、病院、介護施設、福祉活動NPOと連携する、多世代での協働事業を実践しています。世代や立場によらず、フラットな協働が可能となるのは、共想法を通じて、人としての思いを共有しているためと実感しています。

社会的交流と認知症

- 人とつながることは、高齢者において、認知機能を維持するという、健康面により効果が期待できる
 - 観察研究あり、介入研究ほぼなし
 - 確実に介入する手法ほぼなし
 - 社会的交流のどの要素が効いているか不明
- ↓
- 社会的交流の基礎となる会話を分量と強度を共に設定し、確実に発生させる介入手法としての共想法の開発

本プログラムは、公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団 2016年度在宅医療助成（後期）在宅医療推進のための学会等への共催を受けて実施した。なお、本報告は、勇美記念財団に提出した完了報告書の一部を抜粋したものである。

<http://www.zaitakuiryo-yuumizaidan.com/main/result.php?year=2016&type=2#3837>