「寺」を基盤とした「暮らしの談話室」開設による地域包括ケアシステムの具現化
あかんのんカフェ（認知症カフェ）に学生とともに参加して

堀　智子[1]，松本七十子[1]，三浦紀夫[2]，村川由美[2]

[1] 藍野大学医療保健学部看護学科，　[2] NPO 法人ビハーラ 21

報告概要　３～５行程度でプロジェクト報告の概要を記載してください

地域包括ケアシステムの具現化に向け、「寺」を基盤とした地域共生施設を運営する NPO 団体と協働連携して、医療系学生とともに、まちを元気にする看護のおっせかい活動、コミュニティナース活動を 1 年間にわたり行なった。計 13 回のプログラムにて、累計 89 名の市民、藍野大学関係者 26 名を巻き込みながら、活動を行なうことができた。この活動を通じて、地域共生施設を運営する NPO 団体「安住荘」のある大阪府平野区界隈での社会福祉協議会などの関連機関との連携も強化も図れ、また、コロナ禍で多様な人との接触の機会の減った医療系学生のコミュニケーションの場ともなった。

１．はじめに

まもなく訪れる 2025 年には、団塊の世代が約 800 万人が 75 歳以上となり、75 歳以上人口における要介護認定者は 23.5%を占め、65 歳以上の高齢者の約５人に１人は認知症に罹患すると言われている[1]。我が国はこのような社会状況に対して、地域包括ケアシステムの構築を目指している。地域包括ケアシステムとは医療介護総合確保推進法第２条において「地域の実情に応じて，高齢者が可能な限り，住み慣れた地域でその有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう，医療介護，介護予防住まい 及び自立した日常生活の支援が包括的に確保される体制」と定義されている[2]。地域包括ケアシステム内での「地域」とは、日常生活圏域を指し、おおむね 30 分以内に駆けつけられる場所が想定されている。このような地域の中で、我々は施設内で病気や障がいを持った人のみに関わるのではなく、病気や障がいを持つ前の未病の段階から健康に寄与していくことが今後の地域包括ケアシステム内の医療者の責務でもあると考えた。そのよう病気を発症する前から看護師の関わりとしてコミュニティナースがある。コミュニティナースとは島根県の保健師、看護師である矢田明子氏が自身の父親の病気の体験をきっかけにはじめた社会実験であり、看護師の活動を「まち全体を元気にするおせっかい」運動として各地でムーブメントを起こしている[2]。今回我々はコミュニティナース活動の拠点として、看仏連携の視点を取り入れ、寺という活用を考えた。令和４年度の宗教統計調査[4]によると全国の仏教系寺院は全国 76,455 あり、全国のコンビニストアよりも多いと言われている。古来、寺は現在で言うところの地方公共団体の役割を果たしており、その意味でも地域包括ケアシステムでの中核になり得ると考えた。そこで、この度、大阪府平野区にある浄土宗系寺院が開設したばかりの地域共生の場でコミュニティナースの活動、医療系学生と地域住民の交流の場を行なうこととした。

２．プロジェクト目的

地域包括ケアシステムの拠点として「寺」を中心に、地域に住まう人々の共生の場づくりに医療系学生とともに参画し、地域包括ケアシステムの具現化を目指す。

３．実施内容

この度の地域包括ケアシステムの活動拠点である大阪府平野区にある安住荘は浄土真宗の信者よって建立された聞法会館がもととなっている。約 50 年間にわたり毎月欠かさず法話会が開かれていたが、高齢となった信者の後継となったのが、仏教を基軸とした社会福祉事業を営んでいた NPO 法人ビハー21 である。この安住荘の２階部分を改装し「障がい福祉事業所（就労継続支援 B 型作業所)」を開設し、1 階部分は従来の法話会など行なっていた（図 1)。そして、さらに 2022 年度より「地域共生とグリーフケア」をコンセプトに、地域に開放された場として、地域共生の拠点としてスタートした[5]。我々はこの開設まもない安住荘の場を看仏連携の視点を持ち、コミュニティナース活動拠点とすることとした。今年度の活動は母体であるビハーラ 21 が行なっていたあかんのんカフェ（認知症カフェ）をベースに徐々に活動内容を広げていく方針とした。以下、今年度安住荘で行なったコミュニティナース活動計 13 回を経時的に述べる（表 1)。

図１　安住荘

＜第 1 回目：2022 年 4 月 22 日＞

安住荘でのコミュニティナース活動の第 1 回目はコミュニティーコーピングの体験会を企画した。この企画は本活動の主催である筆者がファシリテーターの資格を持つコミュニティーコーピングの対面版であるボードゲームを用いてワークショップを行う予定であった。コミュニティーコーピングとは超高齢社会を体感しつつ、高齢社会から来る地域住民の問題に対して、ゲームを通じてわが事として思考できるものである。今回は宣伝不足もあり、最少催人数である 4 名に達せず､軽い体験会となった。

＜第 2 回目：2022 年 4 月 23 日＞

第 2 回目は認知症カフェであるあかんのんカフェを行なった。「コロナ禍の今こそ口腔体操をしよう！」というテーマで、本活動の共同運営者でもある NPO 法人ビハーラ 21 の看護師村川由美氏が講義と口腔体操を参加者とともに行なった。コロナ 2019 の影響下、平野区の他の認知症カフェはまだ閉鎖を余技なくされていた中での開催であったために、認知症カフェを再開したい支援者の参加もあった。その支援者からは「このように感染症対策をきちんとすることで認知症カフェは開けられるのですね」という感想もあった。参加者は市民 7 名で、別の場所であかんのんカフェを実施していた時からの利用者 4 名を含め、ご夫婦での参加者、安住荘の 2 階にある就労継続支援 B 型作業所の利用者 1 名を含む計 7 名の利用者の参加となった。また、藍野大学からは看護学科の学生 3 年生 5 名、2 年生 1 名と理学療法学科の学生 1 名を含む 7 名の参加があった(図 2)。あかんのんカフェでは学生たちとともに、利用者を迎え、感染予防を対策をしつつ、利用者へのお茶出しをきっかけに個々の学生が利用者とコミュニケーションを行なった。その中でも、希望者には血圧測定を行い、コミュニティナース活動も合せて行なった(図 3)。参加した理学療法学科の学生からは「初めはとても緊張していましたが、来場者の方やカフェの運営者、看護学科の先輩など、色々な方々に話しかけて頂き、コミュニケーションを取ることができました。とても貴重な体験をさせていただきました。今後の活動に活かそうと思います。機会が有れば、次回も是非参加させて頂きたいと思います。引き続きよろしくお願い致します」という感想あった。

図 2　第 2 回目参加学生

図 3　コミュニティナース活動をする学生

＜第 3 回目：2022 年 5 月 27 日＞

第 3 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェ）で、この会のプログラムは「夏本番前の備え　脱水のお話」と題して、東住吉区薬剤師会 針中野コスモス薬局の薬剤師である石田琢磨氏が脱水の小冊子を用いた脱水の初期症状からの脱水の早期発見方法、日頃の脱水予防、経口補液の試飲などを利用者とともに行なった。利用者は前回に引き続き通常利用者を含めた市民 5 名と看護学科 3 年生 2 名の参加があった。この利用者 5 名のうち 2 名は前回に引き続きご夫婦での参加であったが、認知症である妻に夫が付き添う形で参加であった。このご夫婦へのコミュニケーションについては初学者である学生には難しかったようで、認知症カフェの主催者である看護師の後ろで、見学という形で寄り添わせて頂いた。

＜第 4 回目：2022 年 6 月 9 日＞

第 4 回目は市民公開講座として本活動の主催者である筆者が「看護教育ビジョンを語る！！」と称して、市民に看護教育の根幹とこれからの看護教育に必要な地域の中での教育について講義を行なった（図 4)。オンラインの参加者を含め市民 5 名の参加があった。少人数の会となったため、講義後は座談会形式となり、一般市民にはわかりにくい基礎看護教育について理解を促す機会となった。

図 4　第 4 回目活動　「看護教育ビジョンを語る！！」

＜第 5 回目：2022 年 6 月 25 日＞

第 5 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェ）で、ビハーラ 21 の代表理事で、僧侶の三浦紀夫氏による「回想法でいきいき」と称して、昭和の歌や映像などを参加者で鑑賞しつつ、その時代にまつわる会話を全員で行なう回想法を実施した（図 5)。参加者は市民 5 名と看護学生 2 名であった。参加者はクイズ形式で出される昭和の歌や映像について回答を思い思いに回答していた。その様子を見て、学生たちは「そうなんですね。私のお母さんも知らないかも」などと会話に入り、やりとりを行なっていた。1 名の利用者は元高校教師であったことも、学生たちにその時代背景なども含め会話され、当初は寡黙であった利用者が饒舌になる様を学生たちは目前にする結果となった。参加した看護学科の学生からは「私も利用者さんと話すことが楽しかった

です。また回想法や軽い運動を一緒に出来たのでいい経験になりました。またボランティアがあれば参加させてください。これからもよろしくお願いします。今回は本当にありがとうございました」という感想があった。

図 5　第 5 回目の活動の様子

＜第 6 回目：2022 年 7 月 23 日＞

第 6 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェ）で介護士セラピストによる自律神経を整えるハンドトリートメント&タッチケアを行なった。利用者は市民 5 名で高齢男性の会「男組」のメンバーがほとんどであった。男性であるが故に、タッチケアやハンドトリートメントには抵抗感を示される方もおられたが、実際に体験されると非常に心地よかったと感動されていた。この回の参加学生は 1 名であったが、始めて看護学科 1 年生の参加があった。コロナ禍で直接的な接触が避けられる今だからこそ、人と人のふれあいが重要であると参加者たちから感想が聞かれた。この会には平野区社会福祉協議会の職員の見学もあり、安住荘が地域の社会資源と認知されつつあることが理解されるとともに、社会福祉協議会の連携の可能生も示唆された。

＜第 7 回目：2022 年 9 月 24 日＞

第 7 回目の活動はコロナ 2019 蔓延のため休会となった。

＜第 8 回目：2022 年 10 月 22 日＞

第 8 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェ）で、藍野大学医療保健学部看護学科講師の米澤知恵による「オーラルフレイル予防」とテーマでコロナ禍であるからこそ、マスク下の表情筋などのトレーニングや嚥下、会話の重要性などの講話があり、さらに、参加者とともに簡単な体操も実施した。参加者は通常の「男組」のメンバーに加え、安住荘の近隣などの参加もあり盛会となった。

＜第 9 回目：2022 年 11 月 26 日＞

第 9 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェ）で　平野区社会福祉協議会職員と講師である特別養護老人ホームの管理者と薬剤師による「正しく知ろう！認知症サポーターキャラバン」の講義が行なわれた。参加者は市民 10 名で、学生の参加は前回に引き続き看護学科の 1 年生の参加があった。

＜第 10 回目：2022 年 12 月 24 日＞

第 6 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェ）であった。この回はこれまでの活動とは違い、外部から講師を呼ぶのではなく、1 年間に渡り参加し、カフェを盛り上げてくれた利用者自身による音楽会が開催された（図 6）。この度は女性 2 名を含む 8 名の市民参加があった（図 7）。また、この会も看護学科の学生 2 名の参加もあった。参加者から大正琴や尺八、ギターなどの演奏の上、学生からはギターの演奏とともに参加者と合唱する場面もあり、非常に和やかな会となった（図 8）。

図 6　第 10 回目クリスマス会

図 7　第 10 回目参加者

図 8　学生とともに合唱

＜第 11 回目：2023 年 1 月 28 日＞

2023 年の新年明けての第 11 回目の活動はコロナ 2019 蔓延のため休会となった。

＜第 12 回目：2023 年 2 月 25 日＞

第 12 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェ）あかんのんカフェ（認知症カフェ）は第 11 回のカフェが休会となったため新年初のカフェの開催となった。テーマは「みんなで笑って福を呼ぼう！」（図 9）ということで、笑いヨガ講師である津守美紀氏を招聘して、笑いヨガを参加者全員で行なった。笑いヨガというテーマが市民の興味を引き、13 名の市民参加となった。参加者の中には地域の訪問看護師もおり、「テーマが気になって参加したました」ということだった。さらに、参加者の中では 2 組のご夫婦での参加があった。1 組は妻が認知症、1 組は夫が認知症ということであった。認知症を持つ参加者は当初は落ち着かない様子で、周囲をきょろきょろ見渡す様子は再三見られたが、笑いヨガを行なっているうちに、徐々に落ち着かれる様子が見られた。また、いつも参加している参加者たちも講師の声かけで行なった笑いヨガで、「だんだん身体がほこほこしてきたわ」と笑顔で話されていた。（図 10、図 11、図 12）

図 9 第 12 回ポスター

図 10　笑いヨガの様子

図 11　笑いヨガの実際①

図 12 笑いヨガの実際②

＜第 13 回目：2023 年 3185 日＞

第 18 回目の活動はあかんのんカフェ（認知症カフェは当初の目標の 1 つであったまちの保健室を開設させる形の開催となった（図 13）。1 年間活動してきた認知症カフェとの合同開催として、大阪府看護協会後援によるまちの保健室として、訪れた地域住民の健康チェックと健康相談を合わせて行うことができた（図 14、図 15、図 16）。

まちの保健室は初回開催であり、訪れた市民ごとにファイルを作成し、継続的な健康チェックの動機づけを行った。また、併せて行った認知症カフェでは小グループになりおしゃべり回想法を行った。参加者の 80 歳代後半の男性の方からは「家にいても、家族と話すことが酸くなっているから、ここに来て、いろんな話をすることが本当に楽しいわ～」とおっしゃられていた。会は盛況に終わり、1 年間で最も多い 18 名の市民参加があった。

図 13　第 13 回ポスター

図 14　まちの保健室ののぼり旗

図 15　まちの保健室ブース

図 16　第 13 回目の活動の様子

表 1　安住荘でのコミュニティナース活動

NO	日時	活動内容	参加者
1	4月22日	ボードゲーム版コミュニティコーピング体験会 講師：堀智子　藍野大学医療保健学部看護学科講師　コミュニティーコーピング認定ファシリテーター	市民3名
2	4月23日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：コロナ禍の今こそ口腔体操をしよう！ 講師：村川由美氏　ビハーラ21　看護師	市民7名　学生ボランティア7名(看護学科学生6名理学療法学科学生1名)教員1名
3	5月27日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：夏本番前の備え　脱水のお話 講師：石田琢磨氏　東住吉区薬剤師会 針中野コスモス薬局 薬剤師	市民5名　学生2名(看護学科学生2名）教員1名
4	6月9日	市民公開講座 テーマ：看護教育ビジョンを語る！！ 講師：堀智子　藍野大学医療保健学部看護学科講師	市民5名（オンライン参加者を含む）教員1名
5	6月25日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：回想法でいきいき 講師：三浦紀夫氏　ビハーラ21　僧侶	市民5名　学生2名(看護学科学生3名）教員1名
6	7月23日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：タッチケア 講師：介護士セラピスト 自律神経を整えるハンドトリートメント&タッチケア	市民5名　学生1名(看護学科学生3名）教員1名
7	9月24日	コロナ2019の蔓延のため休会	
8	10月22日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：オーラルフレイル予防 講師：米澤知恵氏　藍野大学医療保健学部看護学科講師	市民8名　教員1名
9	11月26日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：正しく知ろう！認知症サポーターキャラバン 講師：平野区社会福祉協議会職員他	市民10名　学生1名(看護学科学生）教員1名
10	12月24日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：みんなで祝おう！クリスマス会　みんんで音楽会	市民8名　学生2名(看護学科学生2名）教員1名
11	1月28日	コロナ2019の蔓延のため休会	
12	2月25日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：みんなで笑って福を呼ぼう！笑いヨガ講師：津守美紀氏　合同会社ふっとスマイルハートケアサポート絆愛	市民13名　学生1名　教員1名
13	3月18日	あかんのんカフェ(認知症カフェ) テーマ：認知症と家族のためのカフェ WITH まちの保健室	市民18名 教員1名

4．　結果・今後の展望

2022 年度藍野大学医療保健学部地域連携プロジェクト助成にて活動を行なった寺を基盤とした地域包括ケアシステムの具現化として、大阪府平野区にある浄土宗系寺院が開設したばかりの地域共生施設である安住荘にて、医療系学生と地域住民の交流の場を行った。その結果、13 回の活動を行ない、累計 89 名の市民、藍野大学関係者 27 名を巻き込みながら、コミュニティナースの活動を行なうことができた。我々の 2022 年度の活動の主軸になったのはあかんのんカフェ（認知症カフェ）であった。こ

の活動を通じて、大阪府平野区界隈での藍野大学医療保健学部の啓蒙活動および、社会福祉協議会、薬剤師会、介護施設などの連携も強化されたのではないかと考える。

また、医療系学生の導入としては看護学科学生が主な参加者となった。学生ボランティアについては、筆者が主に関わっている看護学科 3 年生の学生が多く占めていたが、3 年生が後期領域実習となってからは 1 年生の参加もあり、4 年生以外の学年は網羅できた。一般的に医療系学生には臨地実習や、定期試験などもあり、ボランティアとして学外に出て行きやすい時期が各学年によって違ってきており、今後は、各年代の学修課程も考慮したボランティアの促しが必要となることが分かった。今回の活動については主に看護学科の 3 年生が主軸となっていたが、それは前期に集中していた。当該学生である 3 年生は 2020 年入学生にあたり、2019 年 12 月に世界で初めて中国で報告され、2020 年に入学した学生は対面での接触が極度に減らされ、オンライン生活が日常となった世代の学生たちであった。すなわち、3 年次の看護学科学生は後期に控える臨地実習の備えとして対面でのコミュニケーション場面を渇望していた可能性もある。佐藤ら[6]は新型コロナウイルス感染拡大によるオンラインで受講した学生の学修環境や状況について調査した研究にて、5 つのカテゴリーで生活中の不安やストレスを集約しているが、その中でも、【勉強のモチベーションを保持できない事やこの先の不安】を指摘しており、学生たちはコロナ禍での【変化した日常生活は悠々自適な生活であるが将来には悪影響】があることを報告している。このような結果から、今回の看護学科の 3 年生の前期に集中したボランティア活動は後期の臨地実習に対する学生の不安へのコーピングとも取れるのではないかと考える。新型コロナウイルスについては、5 月 8 日より感染法上の分類を季節性インフルエンザと同じ「5 類」に引き下げることが決定している。しかし、3 年間に及んだ対面を避けた教育の結果、教育格差への影響やは身体と精神への健康に影響なども指摘されており、学生たちにはキャンパス内外でのコミュニケーション場面の確保が重要となる。この度の安住荘は共生型福祉施設も併設されるため、高齢者をはじめ様々な年代が集える場でもあり、その点において、学外の安住荘での学生及び教員のコミュニティナース活動を確保することは重要であると考える。

本プロジェクトは地域包括ケアシステムの具現化をめざし、「寺」という場を活用し、「暮らしの談話室」開設を目指していた。2022 年度は前述のように認知症カフェでの活動が中心となっており、年度末に大阪府看護協会の後援のもと「まちの保健室」が開設されたが、「暮らしの談話室」の開設は今だ出来ていない状況である。しかしながら、次年度 2023 年は 2022 年での活動実績を元に以下、3 つの活動の軸としながら、「まちのたまり場」として、地域包括ケアの拠点として老若男女、病いがあってもなくでも様々な人がつどえる人と情報のプラットフォームを目指している。のダブルケアについても、すでに城東区で活動している団体の協力も得て、安住荘でのダブルケアカフェも開催予定である。このような活動に医療系学生の参加も促していきたいと考えてる。それにより、ますます地域包括ケア実践の「まちのたまり場」の輪郭が確実なものとなると思われる。今回頂いた 2022 年度藍野大学医療保健学部地域連携プロジェクト助成金を使って出来た基盤を元にさらに、次年度活動を広げていきたいと考えている。

引用・参考文献

[1] 内閣府：平成 29 年度高齢社会白書, (2017) https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2017/html/gaiyou/s1_2_3.html.2022.11.5 閲覧

[2] 厚生労働省：地域における医療及び介護の総合的な確保の促進に関する法律（2014）https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=401AC0000000064.2022.11.5 閲覧

[3] 矢田明子：コミュニティナース まちを元気にする“おせっかい”焼きの看護師,木楽舎,(2019)

[4] 文化庁：令和 4 年度宗教統計調査,(2022) https://www.bunka.go.jp/tokei_hakusho_shuppan/tokeichosa/shumu/index.html1.2022.11.5 閲覧

[5] あかんのん安住荘 HP https://www.anjuso.net/ 2022.11.5 閲覧

[6] 佐藤浩一郎,菊地真,佐藤修子他：コロナ禍での外出自粛生活中のジレンマ ～学生の本音をレポートから探る～, 日本伝統医療看護連携学会誌,3（2）,34-42（2022）