

練馬区における高齢者を取りまく健康課題を探るための
カフェ型ヘルスコミュニケーションおよび地域診断活動

申請者 孫 大輔
所属機関 東京大学大学院医学系研究科医学教育国際研究センター
助成年度 2013 年度前期
提出年月日 2014 年 8 月 29 日

練馬区における高齢者をとりまく健康課題を探るためのカフェ型ヘルスコミュニケーションおよび地域診断活動

東京大学大学院医学系研究科医学教育国際研究センター 孫大輔

1. 背景および目的

わが国における急速な高齢化に伴い、終末期医療や在宅医療・在宅介護の重要性が認識されるようになったものの、地域における在宅医療・介護に関する資源やサービスの普及はまだ十分に進んでいない。また、人口の多い都市部においても地域住民の在宅医療・介護に関するニーズは高まってきており、今後高齢者をとりまく課題を明らかにし、ニーズに対応していくことが急務である。特に、高度経済成長期に東京都市部に多く建設された大規模集合住宅（団地）において、住民の高齢化および単身者の増加を背景に、認知症や孤独死の増加などが懸念されている。

今回、東京都練馬区の約3万人が居住する大規模集合住宅のある光が丘地区を対象として、カフェ型ヘルスコミュニケーション活動を通じた地域住民の在宅医療などに関するニーズ把握を行い、その上で、地域住民や民生委員とともに、地域診断（地域看護診断）の枠組みを用いて、地域の高齢者を取り巻く医療や介護に関する包括的な課題の抽出および分析を行った。カフェ型ヘルスコミュニケーションとは、ワールドカフェのような小グループの対話を通して、市民・患者と医療専門職が互いに学び合う活動を指す。地域診断とは、地区活動を通して地域の健康課題を明らかにし、集団あるいは地域を対象に課題を解決していく一連のプロセスのことである。

本活動によって、首都圏の典型的な大規模集合住宅における高齢者の医療・介護ニーズが明らかとなり、行政および住民・民間による今後の対策の立案などに役立つと考えられる。

2. 方法

地域診断活動に先立ち、練馬区光が丘地区の団地に居住する高齢者やその家族を対象に「高齢者医療と在宅医療」をテーマにカフェ型ヘルスコミュニケーションを開催し、この地区の高齢者の医療・介護ニーズを探った。参加者の募集は、団地に配付されている練馬区報や地域情報誌の掲載によって行い、15名程度の参加者を募った。主催者側のスタッフ

として医師、看護師がいる他、練馬区の保健師が参加した。最初の 30 分で、保健師が練馬区の在宅医療・介護に関する情報提供と基礎知識の講演を行い、その後、ワールドカフェのスタイルに準じて、スタッフと参加者が数名ずつテーブルに別れ、模造紙にキーワードを書き込みながら、テーマをめぐる対話を行った。データの収集は模造紙のキーワードと、参加者アンケートの自由記載から行った。

地域診断活動については、約 10 名の医療系学生（医学部、看護学部、歯学部など）が参加し、2013 年 8 月より 2014 年 3 月にかけて、ほぼ月 1 回の勉強会あるいはフィールドワーク（ヒアリングおよび地区踏査）を実施した。この活動には東京大学の看護学教員 2 名がアドバイザーとして活動全体の指導・助言を行い、また地元の民生委員および介護施設職員がコーディネーターとなり、地域のキーパーソンの紹介および地区踏査における案内や説明などを行った。データ収集のプロセスとしては、(1) 既存資料の収集：各種統計・調査資料をネットおよび保健師などから入手、(2) 社会調査の実施：キーパーソンへのヒアリング（保健師、医師、介護施設職員、民生委員、NPO 職員、住民など）、(3) 地区踏査の実施：高齢者が関係する場所や建物の地区視診（団地、集会場、公園、医療機関、介護施設など）を、段階的に実施した。収集したデータは、コミュニティ・アズ・パートナーモデルにそって整理し、当該地域における健康課題の抽出と分析を行った。

3. 結果

練馬区光が丘地区の団地内で実施したカフェ型ヘルスコミュニケーションに、地元の高齢者とその家族や医療介護専門職が約 20 名参加し、高齢者医療や在宅医療・介護に関する意見交換を行った。対話において住民からは、「将来的に単身になる不安」「老後の病気や孤独死に関する不安」「かかりつけ医や在宅医に関する情報不足」「介護に関して相談できる機会の不足」「地域で交流する場所や機会の不足」「介護に関するネガティブなイメージ」などの意見やニーズが聞かれた。以上より、この地域における高齢者において、将来的な孤立や介護に対する不安があり、在宅医療や介護に関するニーズも比較的高いことが推察された。

上記を踏まえて、この地域の高齢者の医療や介護に関する課題を包括的に把握するため、約 10 名の医療系学生と研究者らは、地元の民生委員などの協力を得て、約半年間にわたり地域診断活動を実施した。対象地域は、光が丘地区の約 1 万世帯（約 3 万人）が居住する公営団地のエリアとした。光が丘地区の高齢化率は 24.0%（平成 25 年）と全国平均並み（25.1%）であるが、練馬区全体の人口が増加傾向にあるのに比べ、光が丘地区は少子

高齢化が急速に進んでおり、人口が減少傾向となっている。また入居時期の古い一部の団地は高齢化率が35.7%に達している。ヒアリング調査などからは、比較的元気で自立している高齢者が多いものの、団地内でも交流が比較的少なく、孤独死が増えている、との情報が聞かれた。地区踏査では、高齢化率が30%を超えている団地の周辺では、他に比べ明らかに人通りが少なく人々の交流があまり見られないこと、団地内の集会場などがあまり使用されていない現状などを目にする事ができた。

コミュニティ・アズ・パートナーモデルにそって各種情報を整理した後、高齢者をつとりまく健康課題を分析した結果、以下のような課題が抽出された。実在する健康課題としては、「高齢化の急速な進行」「独居高齢者の多さ」「少ない地域交流」「地域活動参加の低さ」など、リスクのある健康課題として、「認知症高齢者の増加」「要介護高齢者の増加」「孤独死の増加」など、また背景要因として「団地ごとのコミュニティの分断」「住民の介護予防・介護サービスに対する知識不足」「『見守りされたくない』という思い」などの課題が挙げられた。従って、東京都市部の団地居住高齢者における健康課題として、コミュニティの分断や孤立を背景とした、要介護高齢者や認知症高齢者の増加、また孤独死の増加などが課題として挙げられ、これらに対する対策や保健政策の立案が急務と考えられた。

4. 考察

カフェ型ヘルスコミュニケーションは、小グループでの対話を基本として、専門家と非専門家が比較的対等な立場で自由にコミュニケーションできる活動である。本活動を団地に居住する高齢者もまじえ、専門職とともに行うことで、医療や介護に関して高齢者や住民から自由に意見を述べてもらうことが可能であった。例えば、今回のように住民のニーズ把握のための活動としても利用できるが、住民と専門家が協働して課題解決のためのアクションプランを計画する際にも利用できると考えられる。

また、今回の地域診断活動によって、急速に高齢化が進行する首都圏の大規模団地地区の高齢者をつとりまく健康課題が明らかになった。高齢化の急速な進行と、高齢者に関する医療・介護サービスの充足は全国的な課題であるが、比較的医療機関の多い東京都市部においても高齢者に関するさまざまなリスクが存在し、地域における包括的対策の必要性が浮き彫りになった。地域診断は、通常は行政の保健師が保健政策を立案するための地域アセスメントとして実施することが多いが、今回は情報収集と分析の多くは医療系学生に実践してもらった。学生の感想として「膨大な情報をまとめていく作業がとても難しかった」（看護学生）、「分析に必要な情報を偏りなく集めるのが難しかった」（医学生）といった意

見が聞かれた。しかしながら、「実際にインタビューをしたり目で見て確かめたり、フィールドワークを体験できて良かった。地区ごとの課題の違いや、当事者とおちらの認識のずれを知ることができた」(看護学生)といったポジティブな意見も聞かれ、医療系学生にとって一定の教育効果があると考えられた。また、保健師のような専門職でなくても、ある程度の学習の枠組みやインストラクションを与えることで、地域診断活動が実行可能であることが分かった。今後、住民や学生が参加できる地域診断活動をさらに発展・普及させることで、住民参加型の地域アセスメント活動や、健康政策立案につながることを考えられた。

謝辞

今回の活動・調査に対し、公益財団法人在宅医療助成勇美記念財団より助成を頂いたことに深謝いたします。

[感想]

本活動を通じて、練馬区の保健師、民生委員、NPO 職員の方々などに大変お世話になった。特に民生委員であり介護施設経営の A 氏には、カフェ型ヘルスコミュニケーションの参加のみならず、地域診断活動全般にわたるコーディネート、また地区踏査における丁寧なガイド役を引き受けて頂き、深く御礼申し上げたい。

本活動が可能となった背景には、まずカフェ型コミュニケーションにおける対話活動などによって、地域住民やキーパーソンの方々と研究者の信頼関係が構築されたことが大きい。しかしながら研究者にとっても初めての経験が多く、決して平坦な道のりではなかったが、非常に学びの多いプロジェクトであった。多くの方々の協力とサポートのもとに、今回のプロジェクトを完遂できたことに改めて感謝申し上げたい。