

2014 年度(後期)指定公募②

地域づくりを目的とした「在宅看取りを伴う在宅医療推進」のための研究会、研修会への助成

# つるカフェ 3 重スパイラル

～地域で自律して生きるための在宅医療推進～

申請者 鶴岡優子

〒329-0433 栃木県下野市緑 3-18-16

つるかめ診療所

2016 年 7 月 31 日 提出

## 背景と目的

下野市は栃木県南部に位置し、人口約6万人、新興住宅街と農村地帯を併せ持つ地域である。自治医大を有し、周辺には診療所や病院が多く、医療機関は比較的充足している。つるかめ診療所は2007年12月に開設された在宅療養支援診療所で、診療圏は約10km以内、地域としては下野市、上三川町、小山市の一部で、訪問看護などはすべて外部のステーションと連携している。

つるカフェ勉強会は2011年6月につるかめ診療所が始めた仮設移動型カフェで、多職種・多機関の連携・協働のための勉強会である。公共施設を利用し、訪問看護師、ケアマネジャー、地域包括支援センターを含む行政職員、地域連携室の病院職員、学生、マスコミ関係者が集まる学びの場である。カフェではお互い敬称をつけず愛称などで呼び合い、職種を意識せず、同じコミュニティーに住む市民として、楽しく交流しながら勉強を続けてきた。

「つるカフェ」の目的は、地域で学び合う文化を育み、成長し続けることである。住み慣れた地域で自律して生き、最期まで地域で自律して生きるためにはどうしたらよいか問い続け勉強をしている。

### 1. 「つるカフェ」の開催

専門職を対象としたつるカフェを昨年度も多く開催し、専門職の知恵を共有した。実際2015年5月～2016年7月までの間に12回つるカフェを開催した。以下にそれぞれの開催日時とテーマ、開催場所、講師、参加者人数などを示す。

#### 第13回つるカフェ

2015年5月25日(月)19時から

「どこでも連絡帳、地域のために始めよう！」

下野市生涯学習情報センター

長島公之先氏(栃木県医師会常任理事)

参加者 48名

#### 第14回つるカフェ

2015年6月24日(水)12時から

「地域包括ケアのまちづくり～オランダのビュートゾルフから学ぶ」

上三川いきいきプラザ大会議室

堀田聡子氏(国際医療福祉大学大学院教授)

参加者 26名

### 第 15 回つるカフェ

2015 年 7 月 21 日(火)19 時から

「どこでも連絡帳、こんな使い方もできます」初級編

下野市生涯学習情報センター

長島公之氏(栃木県医師会常任理事)

参加者 51 名

### 第 16 回つるカフェ

2015 年 9 月 28 日(月)19 時から

「どこでも連絡帳、災害の時にも使えます」中級編

下野市生涯学習情報センター

長島公之氏(栃木県医師会常任理事)

参加者 18 名

### 第 17 回つるカフェ

2015 年 11 月 30 日(月)19 時から

「どこでも連絡帳、つるカフェ的トリセツ発表！」上級編

下野市生涯学習情報センター

長島公之氏(栃木県医師会常任理事)

参加者 26 名

### 第 18 回つるカフェ

2015 年 12 月 20 日(日)18 時から

「認知症～いまの私にできること」

上三川町 & 下野市の行政職員

認知症パスと認知症サポーター養成講座の概要

上三川いきいきプラザ大会議室

参加者 39 名

参加者の感想。

○いい勉強会 & いい機会であった(大学病院勤務・医師)

○制度ばかり追いかけてきたが、となり町の住民への啓発活動を聞いて人を育て  
いかなくはないと思った(行政職員)

○認知症のからが家庭の中で穏やかに過ごすことが大事(診療所・医師)

○認知症に関わる専門家として、役割重大だと思い頑張ります。(ケアマネジャー)

### 第 19 回つるカフェ

2016 年 2 月 6 日(土)13時から

「救急車にのるとのこと」

上三川いきいきプラザ大会議室

参加者 5 名

市民講座の直前の開催であり、市民講座の準備ミーティングも兼ねての開催となった。

### 第 20 回つるカフェ

2016 年 4 月 10 日(日)15時半から

「最期まで私らしく、を実現させるための条件とは？」

上三川いきいきプラザ大会議室

参加者 10 名

最期まで私らしく、を実現させるために大切なことは？のグループワークをおこなった。

- ① 最期を考える前に今を自分らしく生きること
- ② 自分の希望をあらかじめ表現すること
- ③ 家族がその希望をうけてたつと覚悟すること(腹をくくこと)
- ④ 専門職は常に患者や家族の不安に寄り添うこと
- ⑤ 死の経験をタブー視しないで共有することが重要であるという意見がだされた。

### 第 21 回つるカフェ

2016 年 5 月 2 日(月)17 時から

「食べる、の基本～食事の基本のキ」

下野市薬師寺コミュニティセンター

大沼スミエ氏(管理栄養士)

参加者 28 名

調理実習をメインの研修としたが、実習の合間に大沼氏に「食事の基本のキ」の講演をいただいた。食べる量に関しては、数字ではなく、指や手を使ってイメージし、実際ひとり分を一皿にとりわけて具体化させ、食べて感想を発表した。

### 第 22 回つるカフェ

2016 年 5 月 24 日(日)17 時から

「社会資源ってなんだろう？～おらが町の場合」

下野市薬師寺コミュニティセンター

鶴岡浩樹氏(つるかめ診療所医師・日本社会事業大学大学院教授)

参加者 44 名

参加費 100 円(有志の食事つき 500 円)

17時に有志だけ集まりカレーライスを作り10名程度で軽く食事し19時につるカフェを開始した。実は医療機関も社会資源なのではないか？つるカフェ勉強会もインフォーマルな社会資源ではないか？実は下野市には社会資源が豊富なのではないか？下野市の登録されているボランティア団体だけでも70もある？グループワークを進めていくにつれ、いくつも気づきを蓄積させていった。市民講座以外では、初めてつるカフェで専門職以外の市民にも門戸を広げたが、実際の市民の参加は5名であり、広報のやり方に課題があると考えた。

### 第23回つるカフェ

2016年6月28日(火)18時半から

テーマ:「どこでも連絡帳」を極める!

上三川いきいきプラザ

長島公之先生(栃木県医師会・常任理事)

参加者 49名

参加費:100円

### 第24回つるカフェ

2016年7月28日(木)19時~

「認知症サポーター養成講座」

下野市薬師寺コミュニティセンター

下野市地域包括支援センターみなみかわち

参加費:無料

参加者:38名

地域包括支援センターみなみかわちのスタッフを中心に、キャラバンメイトと自治医大学生2名が手伝い、認知症サポーター養成講座をおこなった。一番多い専門職は看護師13名、市民も10名で、夏休み中だったこともあり、年齢は12歳から80歳までという幅広い年齢層の参加者であった。

参加者の感想。

○みんなであたたかい地域作りをしていきたいと思いました(40代・女性)

○認知症が重度になる前に地域に誘い出して予防していくことができるのでは?と考えます(30代、男性)

○認知症の方に優しい口調で対応することが大切なことがわかりました(70代・女性)

○本人・家族だけで困っている方が多く、介護保険サービスでは補えないことがあり外出や買い物支援など、小さな困りごとを補う必要があると感じている(50代・女性)

つるカフェの参加者は、それぞれ 5 名～51 名で、のべ 382 名であった。参加者が少ない時はグループ討論を中心に、人数の多い時は講義形式で、臨機応変に勉強会スタイルを変化させた。多職種協働を考える時、「顔のみえる関係」がよく強調されるが、顔がみえるくらいでは実際の臨床での協働は難しい。専門職に限定していえば、どんな仕事をしているのか、できるのか、専門職としての価値観まで踏むこんだ本音でのコミュニケーションが必要である。つるカフェでは、せめて「顔のみえる以上のお茶する関係」を合言葉にしているが、本当は「腹まで見える関係」になっておくことが理想的である。

専門職だけが集まっておこなう勉強会では、最期まで自律して生きるための地域づくりは不可能で、患者(当事者)不在の議論の危うさに気づき、2016 年度になってからは専門職以外の市民の参加を促す方向性を模索した。しかし一部の専門職からは「わからないことをわからないと言いにくくなった」「いつも以上に市民に気をつけてしまう」などの意見もあって、現在はつるカフェを月 1 回の開催とし、偶数月は専門職のみ、奇数月は市民参加可能という方針にした。

## 2. 少人数の関係者だけでおこなう「振り返りカフェ」

「振り返りカフェ」は、関わった専門職だけで、ひとりの患者中心に、ケースごとに深くリフレクションをおこなうことを目的に集まっている。具体的には在宅看取りの事例、困難事例、家族の支援が必要な事例、虐待が疑われる事例のカンファレンスであり、担当患者が亡くなった後のデス・カンファレンスとなることが多い。

在宅医療では患者ごとに多職種が集まりチーム形成をおこなうが、看取りなどでチームが解散した後は、後日再会してリフレクションを行う時間をつくることは難しい。違う事業所に所属する忙しい専門職の会合は、スケジュールを合わせるだけでも大変である。受けた教育や専門用語が違う専門職同志のディスカッションには、会議そのものにも時間がかかる傾向があり、さまざまな工夫が必要であった。

介護職、特に施設系介護職を巻き込むのに時間を要し、事例の振り返りと同時につるカフェ前後の反省会や打ち合わせを一緒に行うなどしながら、学びの場づくりをおこなった。振り返りカフェの参加人数は 3 人から多くても 10 人以下で、開催場所はつるかめ診療所であったが、打ち合わせなどにはさまざまな場所を活用した。

参加者を関係者に限定したことで、信頼関係のもと、専門職のメンタルモデルに触れることもでき、これらを共有することは、将来のチームケアの質の向上につながった。また、看護・介護の専門職のメンタルヘルスにも関与でき、信頼できるチームの中でプロフェッショナルとして終い込んだ「自分の(人間としての)気持ち」を吐露することもでき、燃え尽き予防につながるのではないかと期待している。

### 3. 栃木県統一「どこでも連絡帳」の活用

栃木県では県医師会が中心となって、完全非公開型 SNS「メディカルケアステーション」を採用し、栃木県統一の医介連携ネットワーク「どこでも連絡帳」と命名し地域連携をすすめている。実際ICT (Information and Communication Technology) の活用は、在宅医療という臨床現場でのみならず、つるカフェの運営そのものを助けている。

#### ○患者ひとりに関わるチームのタイムライン

つるかめ診療所では、2014 年より同意を得られた患者でどこでも連絡帳を運用している。患者ひとりに数人から 20 人の専門職がつながり、導入期、ターミナル期など、病状や環境の変化、治療方針の変化の時に書き込みが多くなる。看護師の書き込みが多く、文書だけでなく、モバイル端末で撮った画像やファイルも共有でき、安全で迅速かつ正確な情報共有ができる。臨床の質の維持するための透明性を確保することもできる。また書き込みを読むことで、学習効果も期待できる。

#### ○つるカフェグループのタイムライン

「つるカフェ」の情報共有、会合のスケジューリングやイベント告知、会合の出欠など、勉強会の運営もどこでも連絡帳を使うようになっている。現在つるカフェグループには約 100 名の登録があり、皆が使いやすいようにルール作りをおこなった。第 17 回つるカフェで、実際の運用ルールについて話し合い、10 つの暫定的なルールをつくり、それをトリセツ(取り扱い説明書)と呼ぶようになった。

#### ○当地域における「どこでも連絡帳」の課題

実際の在宅チームの編成と比べると、どこでも連絡帳に加入する専門職は、ケアマネジャーや介護職の登録が少ない傾向がある。もともと介護職と医療職はメールやファックスでのやりとりも少なく、当地域では介護職のICTの利用が浸透していない。

また、所属する組織が大きい程(例えば、大学病院)どこでも連絡帳を導入率が低いという現状がある。個人情報漏えいに関する安全性など、組織内でのルールが不確定という背景もある。

専門職間の多職種協働に関連して、ICT の活用で効率化が進む一方で、より個別性の高い患者や住民の意思を反映させるためには、信頼関係の構築や当事者の参加がより重要である。栃木県では、患者や家族のどこでも連絡帳の参加がまだ始まっていないが、実際顔を合わせるコミュニケーションを大事にしながら、前向きに取り組むべき課題と考えている。

#### 4. 市民向け「つるカフェ市民講座」を開催

2015年6月に行ったつるカフェで、国際医療福祉大学大学院の堀田聰子氏からオランダの在宅ケア組織ビュートゾルフと玉ねぎモデルの紹介があった。ビュートゾルフは①医療と介護が統合された形で質の高いケアを提供し②地域と利用者本人の力を最大限に引き出し③管理者をもたない自律した専門職のチームである、などの特徴があり、当地域の地域包括ケアを考えるうえで、大いに参考になると考えた。そこでヨス・デ・ブロック氏の来日にあわせ、市民講座への招聘を企画した。自治医大の職員の参加を期待して、市民講座でありながら平日夜の開催を計画したが、直前にヨス氏の来日がキャンセルとなり、急遽プログラムを組みたてなおした。

#### 第4回つるカフェ市民講座

2015年2月22日(月)午後6時～8時

「最期まで私らしく」を支えあう地域づくり

～オランダ在宅ケア組織ビュートゾルフに学ぶ

会場：自治医大大学地域医療情報研修センター大会議室

講師：堀田聰子氏(国際医療福祉大学大学院教授)

後援：自治医科大学、日本社会事業大学、下野市、栃木県医師会、小山地区医師会

参加者名 174名(うち43名はボランティア)

一番多い職種は看護師50名以上(約半数は訪問看護ステーション所属)

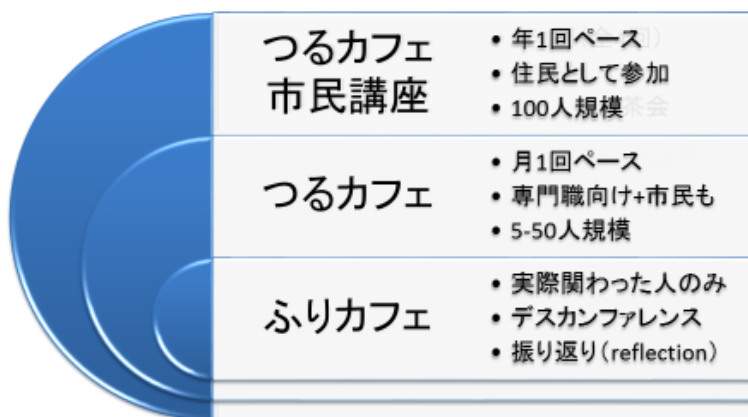
在宅医療に関わる専門職でない市民は35名

実際、大学病院関係者を中心に、仕事帰りに講座に参加した専門職も多く、ビュートゾルフや地域包括ケアの話は初めて聞く、という参加者が多かった。下野市副市長の板橋昭二氏挨拶の後、これまでの市民講座の軌跡を前座でふれながら、基調講演に移った。堀田聰子氏は地域包括ケアをめぐる世界的な潮流からビュートゾルフの紹介にとどまらず、玉ねぎモデルに象徴される患者・利用者の尊厳を大事にしながら自律することは、住民すべてが参加する地域づくりのムーブメントになると講演した。休憩をはさみ吉江悟氏から、開設されたばかりのビュートゾルフ柏のミッションやビジョンを紹介があった。後半はフロアとの質疑応答で、自治医大附属病院の佐田病院長をはじめ、この地域のオピニオンリーダーからの質問やコメントがあり堀田聰子氏が答えるなどしながらフロアとの対話をつづけ、最後に栃木県医師会前原操氏の挨拶で終了となった。

つるカフェ市民講座はすべてボランティアで運営された。開演1時間前に約20人のボランティアが集合し、会場設営から、マイク、プロジェクターの準備、お茶会の準備をおこなった。開演直前となると、仕事帰りのスタッフとお客さんが同時に集まり、ボランティアは舞台裏でスタッフ用の青いTシャツに着替える一幕もあった。



## 3つの輪から3重スパイラルへ



### まとめと感想

これまで、つるカフェは3つの輪になって活動をしてきた。一番小さな輪は、患者に関わった専門職でつくるチームの「ふりカフェ」で、専門職の個人の価値観にまで踏み込んだ振り返りの場である。2つ目の輪は、月1回開催するようになった「つるカフェ」であり、専門職だけでなく市民も参加できるようになった。集団の特性やテーマなどによって、大きく雰囲気を変えながら、それぞれのチーム・スピリットが育ち、実際の地域ケアに活かされている。一番外側の大きな輪は「つるカフェ市民講座」であり、これらの3つの輪はお互いに影響し合っている。「自律的に生きるということ」はどうか、を繰り返し考えることで重なり合い、スパイラルのようになってきている。

スパイラルとは、らせんのことであり、「負のスパイラル」などネガティブな印象をもつことが少なくないが、日々の臨床に向き合い、真摯な態度で患者や住民に向き合っ  
て診療や対話を続けることで、3つの輪は重なり、「正のスパイラル」に進化させることができる  
と確信した。「どこでも連絡帳」などのICTの活用は、このらせんをたどる時の潤滑油になるが、  
スピードが出過ぎて空回りすることには注意が必要で、あくまで患者や住民中心のスパイラル  
であることを忘れてはならない。小さい輪で患者中心に深く掘り下げ、地域を見渡しなが  
ら大きな輪になる「3重スパイラル」は、地域で共有できる「知の創出」に高めていくこと  
ができるにちがいない。それは結果として地域を耕すこと、地域づくりにつながるのでは  
ないかと考えている。

### 謝辞

公益財団法人在宅医療助成勇美記念財団には研究助成のみならず、有形無形の支援をいただきました。心から感謝を申し上げます。