

地域経済をリードする 産業栽培メディア

創刊号より毎月1000部発行
〒429-8501 静岡県静岡市清水区大田町1-1-1
TEL:054-253-1111 FAX:054-253-1112

フロンティア

MONTHLY COLUMNES

ビジネスの新大陸を発見!!

2017
JUNE
700円

里山を守る ジビエ ビジネス

特別編集顧問・浅野純次の
グローバル人間図鑑
待ったなしの有害鳥獣対策を
いかにして
ジビエ産業につなげるか

田中健一

農林水産省 農村振興局長 農村政策部
農村環境課 鳥獣対策室 室長



好評連載

【特産品】

自然豊かな地方の特産物ジビエを
いずれば全国各地の家庭の食卓に!

熊本県産—砂田産加工人 沼津市加工産物協会の 沼津産

【死なぬる地域振興】

神湯の歴史・文化を生かして
観光スポットや新商品を開発

五島漁業(株) 佐藤 浩二

地域医療と地域づくり



通称「少子高齢化が急激に進むニッポン列島」地方やへき地、離島だけでなく、都市部においてもその傾向は顕著に。しかも政府は財源不足から「かかりつけ医」や「在宅医療」にシフト、それにとりもいかなる医師の要請が急務になってきた。はたして医師、医療施設はどうなっていくのか。まっそく、地域医療や介護にかかわる、時の人々にインタビューし、地域医療（介護）による地域振興の今後をまっそく見てみた。

介護予防を通して 相互扶助の地域社会づくりを

東京目黒区で独自の介護予防のサービスを提供する小宮山寿美子氏。東京で事業をはじめてから約10年間、地域に根づく介護のあり方を模索し続けている。都市部での地域医療や介護にはどのような課題があるのか。そのあたりについて聞いてみた。



実際にマシントレーニングを体験してみた

古川猛・本誌編集長 小宮山さんにはサルークの代表として、都内目黒区でTRY倶楽部という介護予防重視のデイサービス事業を展開しています。まずはこうした事業をはじめた経緯についてお聞かせください。

小宮山寿美子・サルーク代表
私は22年間、病院で看護師として働き、その後、移植外科での肝臓移植プロジェクトチーム、腎センター、一般外科、乳腺外来、内科外来、救急外来など、さまざまな経験を積んでいくなかで「予防」の重要性を強く感じるようになり、そして、地元長崎に帰省したとき、足腰が弱ってきて近所の人たちに支えられ、会話しながらいつもおしゃべりを楽しみながら笑って過ごす両親の姿をみて「これこそ

小宮山寿美子

株式会社サルーク・代表取締役

【こみやますみこ】1981年に看護師資格取得後、腎センター（人工透析・腎臓移植・肝臓移植のための海外研修）や外科内科、外産での救急・慢性期患者の看護・指導にかかわった後、2003年に退職。同年、ボランティアグループ「サルーク」代表として、介護予防活動を開始。介護支援専門員・健康運動指導士・認知症医学指導士等も取得。04年、目黒区の介護予防事業に看護師としてかかわるなどした後に、07年6月に「サルーク」を設立。同年8月、TRY（トライ）倶楽部 目黒を開設。現在は、デイサービスや目黒区介護予防事業（委託）の指導者として活動しながら、早稲田大学人間科学部 健康福祉科学科eスクール学生4年生「応用健康科学ゼミ」、事業構想大学院大学 事業構想研究所ヘルスケア事業構想プロジェクト研究員でもある。

が介護予防」と強く感じるようになり、2003年に病院を退職した翌年、目黒区のモデル事業「包括的高齢者能力向上トレーニング」に参加することにしました。そこでは適切なプログラムに沿った介護予防が、よい結果をもたらすことを体験しました。そのような経験を踏んで、07年6月に資本金100万円で「サルーク」を立ち上げ、同年8月に通所介護・介護予防通所介護事業所として「TRY倶楽部」を開設しました。

編纂長 どのような方が対象なのですか。
小宮山 2FのTRY倶楽部目黒では要支援Ⅰ・Ⅱ、要介護Ⅰ・Ⅳの介護保険適用者に、4Fのおしゃれ倶楽部では、介護認定を受けていない人に自費によるサービスを提供しています。

米られる方は、50代の方もいますが、80代の方が一番多いです。全体では現在、130人ほどがここに通っています。
編纂長 具体的にどのようなトレーニングを実施しているのですか。
小宮山 マシントレーニングや歩行練習、バランスボール、柔軟などの運動、「食べる」「飲みこむ」ための口腔トレーニングをやり、ほかには脳トレやリラクゼーション呼吸法といったことをやっています。マシントレーニングは週2回、開設時から続いていました。要支援から自立になり、7年継続している方もいます。また、太極拳、ノルディックウォーキング、麻雀、裁縫なども行っています。なお、7Fでは整骨院を運営し、一般の方を対象に、主に夜間や土曜日に施術しています。

地域に根づくデイサービスとはどんなサービスか
編纂長 これまでのデイサービスにはどういった課題があると感じましたか。
小宮山 06年の介護保険の改正を受け、介護予防重視型デイサービスがブームになった時期がありました。フランチャイズなどで、大手がドンドン介護ビジネスに参入し、街は介護サービスであふれていました。しかし、それらに予防という視点がどこまであったのかは不明です。私の実家は長崎ですが、帰ったときに気づいたことのひとつに、煩わしかった田舎の人間関係が、そこでは「相互扶助」として機能しているということがあります。鍵を握っておくとフラットと誰かが入ってきて「元気ですか」と声をかけてくれたり、食べ



を持ってきてくれたりと、そこには助け合いの精神がいきづいています。そうしたセーフティネット社会にあつてこそ、初めて介護が機能するのではないかと、ということに気づきました。しかし東京では、残念ながらそういった地域のセーフティネットを感じたことはありません。今では忘れられてしまった。おたがいさまの精神が、介護予防という観点からみても役に立つと思いません。

編集長 人間性の回復というところが介護予防に役立っているというところですか。
小宮山 その通りです。もちろん、個人の自主的な努力も必要になってきますが、地域一体となるのが肝心です。包括的なケアというのはそういうことだと思います。最近では保健外サービスが流行していますが、そうしたサービスを利用したり、行政の公的な支援だけで本当に介護したということになるのでは

しょうか。実際、行政の公的な支援だけでは間に合わないと思います。認知症の80代の女性が毎日ここに通いデイサービスを受けていますが、さまざまな人と話すことで日に日に顔の表情がよくなくなっていきます。また、私の母は私が帰省した際に、ファンデーションを塗り、口紅を少し濃くつけてあげると「はずかしさ」といいながらもとても嬉しそうにしています。いつまでもおしやれに出かける場所があることが、歳をとっても人を元気にさせてくれます。両親をみていて、つくづくそれが介護予防なのだと実感しました。

介護の現場が抱える課題とは何か

編集長 ところで、今後はホームヘルパーによる在宅医療・介護がメインになってくると思いますが、そうなるか、どうしても24時間体制でのサービスも出てくるかと思いますが、そのあたりはいかがでしょうか。
小宮山 もちろん24時間対応が理想ですが、ふさわしい人材や人手があるかどうかです。それと経営面の問題もあり、そうしたサービスを提供するところは少ないようです。また、助け合いの風土がなくなった東京では、

時間外のケアはなかなか難しいと思います。その場合はどうしても事業者によるサービスに頼ることになります。が、そうしたサービスを継続して受けられる人は少ないと思います。また、利用料金が高くなると諦めてしまいう利用者も多いのではないのでしょうか。介護予防を私たちの年代から意識し、介護認定が本来に必要な人たちが、十分な公的サービスを受けられるようにするべきではないでしょうか。

編集長 認定のルールにもあらためるべきところがあるかもしれませんね。いずれにせよ、これからは介護予防が重要になってきますね。ところで、現在の介護予防の制度やシステムには課題はあるのでしょうか。
小宮山 介護予防の効果や必要性はまだまだ広く知られていません。行政が問いている介護予防教室は、ほとんどが参加費無料で、どこもリピーターが多いと聞きます。が、民間の事業者は無料ではできません。私は目黒区から委託されて、出張の介護予防教室も聞いていますが、一般の民間施設より安い値段設定でも高いイメージを持たれてしまっています。介護予防のために継続することが何よりも大切です。講習を終了した人が自主的に継続できるような民間と行政の連携、システムづくりが課題だと思えます。また、介護予防をおしゃれなイメージにすることも必要ではないでしょうか。

編集長 今後はどのような活動を展開していくのですか。
小宮山 地域のことを考え、地域とつながる介護サービスを展開していきたいです。私は田舎に育ち、地域の優れた点とそうでない点を見てきました。また、また地域にはおたがいさまという精神が根づいています。それをここでも実践したいと思っています。また、介護認定を受けている方の自己実現の場の提供や中高年期からの介護予防の充実・普及に向けて活動していきたいと思っています。地域住民や病院、行政との連携ももっとスムーズにできるようにしたいです。

編集長 地域のため、真に包括的なケアの実践のため、これからはがんばってください。
 ◎



本誌編集長