

# 地域包括支援センターからの“呼び水”

竹中英泰

地域包括支援センターは、介護保険制度の発足後の数年を経て二〇〇六年から地域住民の保健・福祉・医療等の「総合相談窓口」として活動を始めている。団塊世代が七〇歳代に入りつつある今日、地域社会にとつてセンターの役割は益々大きくなってきている。センター職員は、担当地域の高齢者に対して、町内会館等を利用する「ふれあいランチ」とか、健康体操等々、いわゆる健康づくりに関わっているいろいろな支援策を企画し実施している。センターの運営にあつては、ケアマネジャー・保健師・社会福祉士などの専門職員が行政と協働して進められている。

旭川市には現在一か所にセンターがある。一昨年、私の住む町内会に対して、地域担当のセンターから半年間の健康体操講習会の申し出があつた。町内会館を借りて週一回一時間半、住民を対象に実施したいとのことである。受講者の募集からインストラクター配置まですべてやっていただき、町内会には会館使用料まで払うという。インストラクターはセンター所属の保健師さんが務め、毎週水曜日午後二時から一時間半、三〇名の受講者が集まって始まつた。

町内会側としては、会館使用料という予期せぬ臨時収入が入つて万々歳で、その上集まつてくる三〇名前後の会員たちは、インストラクターを務める保健師さんから健康にまつわる色々な情報を聞きながら身体を動かす。文字通り心身のリフレッシュとなる。高齢者が多いことから休憩回数も多く、その都度受講者たちの会話も弾む。適度な汗を流しながらのおしゃべりは健康づくりに効果大であろう。受講者はすべて町内会会員なわけで、新たな交流機会を得て懇親も深まることになる。

半年間の講習が終わつた後、センターの方から「もし町内会の皆さんが望むなら、そして皆さんで受講者募集など自主運営されるなら、これまでと同じようにインストラクターを派遣します」との申し出があつた。町内会執行部の過半が参加していたこともあり、さっそく町内会公認の自主サークルが発足し、「健康体操」は装いを新たに今も続いている。行政主導で始まつた講習会は、町内会行事として「自主運営」に引き継がれた。インストラクターの保健師さんの都合がつかない場合においては、受講者内部から臨時のインストラクターを立ててやる。行政による「呼び水」は

小規模ながら地域のコミュニティを成長させている。

旭川市の「地域包括支援センター運営方針」を開くと、「団塊の世代が後期高齢者となる平成三七年（二〇二五年）までに地域包括ケアシステムを段階的に構築するとし：市民が共に支えあい、高齢者が生きがいと尊厳を持ち、可能な限り住み慣れた地域で自分らしく活き活きと暮らすことのできるまちづくり」が目標に掲げられている。町内会は地域活動の基礎団体のひとつであるが、加入率が低下し高齢を理由にする脱退も多くなる昨今、私の所属する町内会も例外ではない。そうしたなかで、健康体操講習会の「自主運営」と会員間の新たな交流機会の創出は、地域を「活き活き」させている。地域包括ケアシステムの「段階的な構築」は、こうした自主活動の積み重ねから生まれることを期待しているのだろう。数年後に後期高齢者となる団塊世代の人たちにとつて、介護予防は切実な課題なのだ。わがセンターの担当地域には、健康づくりにかわるこれらの支援策をきっかけに三〇を超える自主運営サークルが生まれ活動を続けている。地域包括ケアシステムの軸をなす在宅介護や在宅医療への「段階的な構築」とつては、こうした地域コミュニティの成長も欠かせないものとなるだろう。

へたけなか ひでやす・旭川大学名誉教授／旭川医科大学特別補佐（社会貢献・地域連携担当）／（二社）旭川ウェルビーイング・コンソーシアム理事