

連載
第7回

地域連携を力に「社会的処方」で誰でも健康で安心して暮らせるまちづくり

私たちは「働く者の医療機関を」という地域住民の強い願いのもと、1975年に生協立の診療所として宇都宮市郊外のマンモス市営住宅の一角で産声を上げました。24時間365日いつでも親切に診てくれる診療所として地域からの支持は厚く、外来診療だけでなく入院施設も持ち、訪問診療にも積極的に取り組んできました。

経営体としては弱点も多く、46年間の歴史をとおしてみると大半が赤字の時期でした。しかし、医師1人で始まった私たちの事業はゆっくりとではありますが拡大成長を遂げました。2021年度は常勤医師12人（うち2人は後期研修医）を擁し、診療所法人としては大きな規模に達しました（経営危機に陥った時期もあり、病院化のチャンス逃したという見方も……）。コロナ禍の中、在宅医療の拡大で医療も介護も収益を伸ばすことができました。2020年度の黒字に続き、2021年度上期も好調に推移しています。栃木県全体も緊急事態宣言地域となり、病床のひっ迫は深刻でしたが、在宅療養をしている陽性患者を往診し、コロナ受け入れ病院や保健所との連携を強めてきました。

また、診療所を飛び出し、健康で住み続けられるまちづくりにも力を入れてきました。「栃木保健医療生活協同組合」という名前には、良い医療を提供することと地域の保健予防活動にも力を入れるという想いが込められており、設立にかかわった先輩たちの想いを受け止めています。

地域まるごと健康づくり

地域での活動の主体者は、地域住民である組合員です。生活協同組合（以下、生協）とは、出資をした組合員が自分たちの事業

を利用し、直接運営に参加するという特徴があります。ここでいう事業の利用とは、診療所や介護事業所の利用者になるということにとどまりません。組合員が地域で実施している活動そのものが生協の事業です。ここでは、組合員が行っている事業の一つである「居場所づくり」について紹介します。

1. 健康づくり班会とセルフ健康チェック

健康づくり班会とは、ご近所の組合員数人が誰かの家に集まっての「お茶の間班会」や、公共の施設を借りて、手芸や俳句の会、健康マージャン、お抹茶班会等、趣味を楽しむ班会など、多彩に行われています。

病院概要

名称	栃木保健医療生活協同組合
所在地	栃木県宇都宮市宝木町2-2554-14
事業所群	宇都宮協立診療所（19床）、生協ふたば診療所（無床）、診療所併設デイケア、訪問看護ステーション、居宅介護支援2、デイサービス、ヘルパーステーション、包括支援センター
創立	1975年、組合員12,544人（2021年期首）、出資金：337,000千円、事業高：1,205,000千円（2020年度）
HP	https://www.tochigihoken.or.jp/



写真1 脳トレ・筋トレ体操



写真2 笑いヨガリーダー講座参加者



写真3 「デイサービスからさわ」に集う組合員。右中央は医師、参加者は医師の訪問を心待ちにしています。



また、健康体操にも力を入れ、脳トレ・筋トレ、笑いヨガ(写真1、2)などの班会が人気で、年に数回だった「お茶の間班会」は毎月または月2回開催され、中には毎週欠かさず集まって体操するグループも多くなりました。そして、1人で多くの班会に掛け持ちで参加する方も多く、「毎日忙しいけど楽しくてしょうがない」という、医療生協大好きな組合員も多く誕生しました。

さらに、班会では血圧チェックを基本にしています。コロナ禍では検温や体調チェックなども取り入れ、セルフ健康チェックを参加者同士で行っています。

2. サロンは生きがい創出の場

こうしてできた多数の班を取りまとめるのが支部です。宇都宮市内には4つ、その

他の市町に4つ、計8つの支部が役員会を定期的に行き、その地域で医療生協の顔としてまちづくりに取り組んでいます。

班会のほかに力を入れているのが、サロン活動です。そのうちのひとつ、佐野市田沼で開かれているのが「デイサービスからさわ」です(写真3)。

このサロンは、佐野市独自の事業である「いきいき通所事業」の認定を受け佐野市の事業として行われています。月に4回、市の公民館を借りて、地域の高齢者を送迎し、レクリエーションや食事の提供をしています。

介護保険事業のデイサービスと違うのは、利用者のほとんどが介護認定を受けていない高齢者という点と、送迎や食事作り、フロアで過ごす参加者をコーディネートする

のはすべてボランティアで参加している地域の組合員であるという点です。この活動はもう20年続いています。

当初、佐野市内に通所介護を実施する事業所は一つもありませんでした。農村地域の特徴で、大きな家に3世代で住み、日中家で一人きり、隣近所は離れていて交流がしにくいという方たちにとって、毎週1回の外出はとても楽しく、大切な交流の場になっています。

ボランティアにとっても、料理を作る人、フロアでのレクリエーションを盛り上げる人など、役割を発揮する場があることが生きがいを実感する大切な居場所になっています。このようなサロンは、他の地域でも活発に行われています。

私たちは、こうした班会やサロンのような活動の場を大切な「居場所」と考えています。「参加して楽しいと思える」、「自分の役割がある」、「自分が必要とされている実感が持てる」、そういう場面が多ければ多いほど人は健康になれるという研究結果も示されています。ですから、私たちはこのような「居場所」を広げるために、地域の支部と相談しながら空き家を借り上げた常設の居場所を宇都宮市内に3カ所、佐野市に1カ所設けています。

3. 地域まるごと健康づくり

こうした活動の中心はもちろん組合員ですが、活動に参加する対象は組合員に限ってはいません。組合員もその周りにいる人たちも、みんなが健康で役割を持って生き生きと暮らしていけるまち。「地域まるごと健康づくり」が私たちの目標です。

地域活動への職員のかかわりは、地域の組合員活動をコーディネートする地域活動部というセクションがあり、地域の組合員活動をサポートしています。診療所の医師や看護師なども時間の許す限り組合員と接する時間を大切にしています。特に、診療所へ実習に来る研修医にはサロンを案内し、そこに集う人たちと積極的にかかわる時間を作っています。参加した医師たちは、「診察室で診た時より元気に見える」と感想を語り、地域での人と人との交流が健康を保つうえで大切なことを学んでいます。

SDHと社会的処方

さて、私たちが創立以来、良い医療サービスを提供することと同じくらい地域で健康に関するさまざまな活動、保健予防活動に取り組んできたことを紹介しました。そのことが今、学術的にも注目されるようになってきました。それが、SDH（健康の社会的決定要因）と社会的処方という考え方です。

実は、当法人の理事長も参加していた数人の医師のSDHに関する勉強会が、宇都宮市医師会として社会的処方に取り組む「社会支援部」の発足（2019年7月）につながりました。社会支援部を発案した片山辰郎医師会長（当時）は、「医師は川下で病気になって溺れそうな人を必死で助けようとするが、病気になる人は一向に減らない。問題は川上にあるからだ。貧困や格差、教育の問題など、病気を生んでいる原因を治すことこそが重要だ」と語りました。

宇都宮市医師会社会支援部の活動は、地

資料 「子ども☆無料塾&わいわい食堂」のポスター

宝木地区で子どもの支援が
始動しています！

子どものみらい
応援隊

★お知らせです★

【子ども☆無料塾&わいわい食堂】
毎月第2,4木曜日午後16:45~18:00頃に開催しています

地域全体で子どもたちやそのご家庭を見守りたいと考えています。
ボランティアや職員が勉強を教えたり、お喋りをしたり、遊んだり、
食事をしたりします。新しい居場所になることを目指しています。

★ボランティア募集中★
学生さん、地域住民の方、気になる方、
どなたでもご参加OKです!!!

お問い合わせ
会場：ホームタウン宝木
住所：栃木県宇都宮市宝木町2丁目2563-31
TEL 1：028-623-1485 (長谷川宛)
TEL 2：028-678-3025 (栃木民区連宮本宛)

元紙「下野新聞」の「なぜ君は病に一社会的処方—医師たちの挑戦」(<https://www.shimotsuke.co.jp/feature/social-prescription/>2019年11月~2021年7月)で詳しく知ることができます。そこでは医師だけでなく医療・福祉の関係者、障がい者団体や若者支援団体、社会的弱者を支援するNPO、教育関係者や行政など、さまざまな人たちが連携して人々が健康になるための取り組みを模索していることが紹介されました。

子どもが輝くまちへの挑戦

社会的処方の連携を通じたひとつの成果

が「子どものみらい応援隊」です。私たちの法人では、経済的な理由で医療にアクセスできない人を減らすために無料低額診療事業を行っています。しかし、本当に困っている人は自分から「困っています」とは言えないのが現実です。そこで、診療所の職員はカンファレンス（「気になる患者カンファレンス」、通称「気にカン」）を行い、気になる患者の言動やさまざまな社会の問題についての学習を行ってきました。

その中で、子どもの貧困が話題になりました。「小児の患者さんが増えてきたが、子どもたちや子育て中の親

を支援したい」と、診療所で年に数回、子どもの学習支援を始めました。手探りで行っていた時、近隣の社会福祉法人から、「子ども食堂を始めたいがノウハウを教えてください」と声がかかりました。相談を受けながら、「どうせなら一緒にやりましょう」と、もう一人、医師会の理事をしている開業医の医師にも呼びかけ、3者で「子どものみらい応援隊」を結成しました。

そして、社会福祉法人が所有するデイサービスの空きスペースで「子ども☆無料塾&わいわい食堂」を月2回開催しています(資料)。来てくれる子どもは5人から多い時で20人くらいです。小学校5年生だった子が

中学生になりましたが、「一番落ち着く場所」と言って、今でも来てくれています。

貧困対策になっているかは分からないというのが正直なところですが、家庭と学校以外に子どもたちが安心して足を運べる「居場所」があることで、子どもたちにとっては社会を広げ体験の場になり、子育て中の親にとっては少し肩の荷を下ろす癒やしにつながるのではないかと思います。

現在、「子どものみらい応援隊」は新しい取り組みを開始しました。「だれでもベンチプロジェクト」です。子どもが安心して過ごせるまちは、誰にでも優しいまちであるべきです。宇都宮市内の宇都宮協立診療所の前にバス停があるのですが、座る場所がなく、患者さんから「ベンチがあると助かる」という声がありました。そのため、「子どものみらい応援隊」で相談し、「誰でも座れるベンチを置こう」とバス会社に設置を要望しました。

バス会社からは、「管理ができないので自社では置けないが、寄付なら受け取れる」という返答がありました。そこで、「ベンチを寄付するが、バス待ちの人だけでなく誰でも座っていいベンチにしたい」と申し出て了解をいただきました。バス待ちの人はもちろん、散歩中の人、買い物中の人など、誰でも座れるベンチ（写真4）。今後もっと



写真4 子どものみらい応援隊で設置した「だれでもベンチ」

増やしていく計画です。

誰も取り残されない社会を目指して

私たちが目指す誰でも健康で安心して暮らせるまちづくりは、地域のさまざまな人たちと連携し、協同で事業を行うことで、安心のネットワークを広げることです。連携が広がればネットワークは大きくなり、ネットワークが強まれば編み目も細くなり、こぼれ落ちる人も減らせるはずです。その結果、誰も取り残されない社会が実現されることを願っています。

そのためには、地域で選ばれる医療と介護事業をしっかりと行うことが私たち栃木保健医療生協の、とりわけ専務理事である私の使命だと自覚しています。