

## 第15回地域医療現地研究会に参加して

— 日本一長寿で医療費の低い長野県の秘密 —

～ 「PPK」を地域から分析する～

<長野県・茅野市>

国診協地域医療・学術部会委員／京都府・久美浜町国保久美浜病院副院長

赤木重典

木曾谷を縫うように走るJR中央西線、特急「しなの」が、猛スピードで長野に向かって駆け上がっていく。山肌の木々が徐々に色合いを増し、雄大な木曾川の景観にしばし見とれる。いつもながら、先輩諸氏が手塩にかけてこられた先進地で開催される現地研究会への道中は心が弾む。「がんばらない」の諏訪中央病院へ心を馳せた。

蓼科高原のリゾートホテル「エクシブ蓼科」の一室に差し込む淡い陽光に目覚めた。昨夜は暗がりのなかに到着したため、あたりの様子はよくわからなかった。視界を埋め尽くす木々は、これ以上の紅さを表現できないほどに染まり、別世界で感動の1日を迎えた。鎌田實先生が研究会の開催日を「10月25、26日に決めたい」と、この日にこだわられた思いが伝わってきた。

バスで、標高1600mの蓼科高原から紅葉真っ盛りのつづら折れの坂を、遠くに八ヶ岳を拝しながら諏訪盆地へと下りた。盆地とはいえ平地は少なく、のどかな風景を上り下りしていると、突然、小高い丘に悠然として親しみを感じる諏訪中央病院の偉容が飛び込んできた。

「日本一長寿で医療費の低い長野県の秘密～

『PPK』を地域から分析する～」をメインテーマに、全国から約240名が参加して開催される平成13年度地域医療現地研究会の幕開けである。

### 研修第1日目—10月25日(木)

#### 〔開講式〕

病院に隣接する諏訪中央病院看護専門学校（平成5年4月開校）の講堂で開講式が行われた。

今井正信・国診協会長が主催者として「第1回現地研究会が長野県の波田総合病院を中心に開催されてからの15年間は激変の時代であったと思われる。その長野県の『がんばらない』で全国に知られるがんばった諏訪中央病院で研究会が開催される意義深さを感じている。この病院は住民のなかに深く入り込み、人々に愛され、美しい諏訪湖の周辺にヒューマンプランの理想郷を造っている。長野県民のレベルの高さと、保健・医療・福祉の連携がうまく構築された結果がここに表されている。21世紀の初頭はすべての面で厳しい対応が必要な時期にきている。この大事な時期に、全国の

国保直診が確かに元気づけられるであろう諏訪での現地研究会をみんなで有意義なものにし、国保直診の理念である地域包括ケアシステム構築をさらに躍進させていただきたい」と挨拶された。

諏訪中央病院組合長の矢崎和広・茅野市長が、「人口55,000人、19,500戸の茅野市には1万戸の別荘があり、標高801mに位置する市役所3階の市長室は日本一標高の高い市長室である。縄文時代は日本一の人口密集地域で、縄文中期の尖石遺跡から出土した『縄文のビーナス』だけは、茅野の歴史を理解してもらうためにもぜひ見たい。茅野市のまちづくりの重点3課題が『地域福祉、生活環境、教育問題』と設定されて以来、市民・民間主導、行政支援による『パートナーシップのまちづくり』に取り組んでいる」と、日本一をめざす歓迎の言葉を述べられた。

次いで、宮島俊彦・厚生労働省保険局国民健康保険課長(代理：渡邊富夫・保健事業推進専門官)、山極一雄・長野県社会部厚生課国民健康保険室長から来賓の挨拶をいただいた。山極室長は、「長野県は早期から保健事業に積極的な取り組みを行い、平成11年に『保健事業展開の手引き書』を作成し『健康長寿長野県』を標榜している」と、長寿の秘密の一端を披露された。

## 【概要説明】

午後からの施設見学に先立ち、4名の方から概要説明を受けた。

### ◆福祉21茅野ビーナスプラン◆

矢崎市長が、市長就任の目的、行政を預かる理念、福祉・環境・教育のまちづくり、「福祉21茅野」、「ビーナスプラン」の概要、今後の展望について語られた。

官尊民卑、上意下達には非常に強いアレルギーを持っていて、市長に就いている間に、まちづくりの主導権を役人の手から市民の手に移すことを



諏訪中央病院全景

大きな目標とした。前例主義や横並び主義、縦割り主義の3つを廃止、陳情を禁止(陳情をやめた町)して要望書に変えた。官民一体の城(官と民には上下関係がある)を通り越して、市民・民間に政策・立案を任せる(権限の移譲)ことによって“提言する行動集団”への変貌を期待し、公民共同のまちづくり「パートナーシップのまちづくり」をめざしてきた。市民と行政が一体になって、ハードよりもソフト面でのまちづくり、質の高いまちづくりを進めようと市民に呼びかけた。

このようにして「茅野市の21世紀の福祉を創る会」(通称：福祉21茅野)は平成8年3月にスタートした。このなかに12の専門部会・委員会を設定し、侃々諤々の議論をしてもらっている。ここでの議論のなかで、市民や職員の意識改革ができたことが貴重な財産になっている。プロジェクトに集まったみなさんの検討結果は責任を持って引き受け、施策にしていく(=住民主導、行政フォロー)と約束し実行している。

少し遅れて社会福祉協議会の「地域福祉活動計画策定委員会」や行政の「茅野市障害者計画策定委員会」も市民を巻き込んで発足し、それぞれの委員会活動が意志疎通を図り、共通の目的に向かって研究・検討活動が続けられた。茅野市における保健・医療・福祉・生涯学習に関する包括的プ

ランの策定準備と、国の「地域福祉計画」策定義務化検討の流れが合致し、長い取りまとめ期間を経て、平成11年春「茅野市地域福祉計画＝福祉21ビーンズプラン」がまとまった。

福祉のまちづくりで評価を得ている町村の人口は1万人前後までだという事実を参考に、茅野市を4つの区域に分け、それぞれに保健福祉の総合的な拠点施設「保健福祉サービスセンター」をオープンして介護保険のスタートを迎えた。フォーマル・サービスはほぼ整った状況で、子育て支援から高齢者介護まで、ノーマライゼーションの理念を追求し「ふれあい、学びあい、支えあいのあふれるまち」をめざして、インフォーマル・サービスをどのように構築するかが現在の課題である。

環境面では、平成8年4月に「美サイクル茅野」という市民団体が立ち上がり、9種類16分別による資源物質収集を始めた。八ヶ岳の山小屋で、太陽熱と風力でトイレの合併浄化槽を動かし、日本で初めての垂れ流しのない山小屋にした。平成10年には、市内に16か所のリサイクルセンターを稼働させた。

教育の立ち上げは少し遅れて、平成10年の「心を育てる読書運動」に始まった。大きなテーマは、1人の子どもを育てるのには地域みんなの力が必要だというコンセプトをきちんと認識することで、異年齢の子どもたちや親以外の大人との交流の重要性を再確認し、地域の教育力を復権させ強化することが今年と来年の重点方針である。子どもたちの積極参加のために、現在計画中の「子供会館」の設計と運営方針はすべて子どもたちの責任に任せている。市長の仕事はその実現に責任を持つことだ。要するに「市長の役割はコーディネーターに徹することだ」と締めくくられた。

「住民が主人公」の当たり前の住民自治や、地域が主体性を持って住民が自分たちのまちを創っていく「地域主権」が具現化されつつあるドラマ

チックな展開に圧倒され、21世紀へ船出した「茅野丸」の前途洋々たるを実感した。

#### ◆諏訪中央病院組合◆

鎌田實・諏訪中央病院組合保健医療福祉管理者が、昭和49年の着任から一貫して追い求めてこられた「病院のあるべき姿・地域医療のあるべき姿」への思いを述べられた。

今から27年前の昭和49年、生まれ故郷の東京を離れ、諏訪のお世話になった。当時の病院は地域から見放された、患者の来ない、多額の累積赤字を抱える、潰れかけたオンボロ病院だった。そのころ、青年医師だった私を驚かせたものは「手遅れの状態で運び込まれる患者の多さ」だった。

私たちの考える地域医療の原点には、「東京では助かるのに地方では助からない」という医療の不公平さを解消したいという思いがあった。新進気鋭のスタッフと最新の設備を導入し、24時間・365日、患者さんを断らない努力をして「生きるか死ぬかのか、最も信頼される病院」をめざしてレベルアップを図り、住民の要望に応じてきた。

しかし、活動を進めるうちに本当の地域医療とは医療技術を地域住民に提供するだけでなく、地域住民が「生きていてよかった」と言えるような地域づくりが大切なのだと気づいた。

脳卒中予防のために「減塩運動」、「一室暖房運動」、「歩け歩け運動」などを展開し、多い年には年間80回、健康学習会のために公民館を歩いて回った。会合では山盛りの「野沢菜」がテーブルの主役を演じていた。「野沢菜」に代えて「繊維を見直そう」と「寒天」を健康食品として推奨したことから、健康づくり運動が地場産業の寒天づくり（全国の寒天の80%を茅野市の業者が生産している）を応援する結果となった。病院の医療・介護機器研究室と地元の精密機器会社が共同で新しい人工心肺装置を開発するなど、地域産業とつながる地域医療を展開している。

「自分の家で最期を迎えたい」という高齢者の夢に応えられるように、24時間体制の訪問看護や訪問リハビリテーションを19年前から行い、老人保健施設によるネットワークづくり、130回以上の歴史ある健康教育活動「ほろ酔い勉強会」など、命を守り支える活動を重視してきた。また、病院コンサートなどを開催して地域住民とのつながりを深めている。

当院は「病院らしくない病院」をめざした。外来にはじゅうたんを敷き、各所にオープンカウンターを取り入れ、つねにBGMが流れている。また、市民が来やすい「開かれた病院」にしようと考えた。24時間患者を断らない「時間的」に開かれた病院、人と人とが触れ合える「空間的」に開かれた病院、検診活動、継続看護、種々の患者会活動を積極的に行う「内容的」に開かれた病院の構築に努めた。ここでのボランティアの活躍には目を見張るものがあった。

この地域は「ゴミ出し」などで近所の人たちの協力が自然にできる土壌が備わっていて、病院を数多くのボランティアグループのたくさんの市民が応援し「ボランティアの秘密」ともいえる大きな役割を演じてくれている。今日も、ボランティアの方々がみなさんをもてなそうと張り切って準備してくれている。庭園でハーブティーと寒天ケーキを楽しんでいただきたい。

事業を進めながら、地域にとって必要なものは何か、足りないものは何かを考え、それを補うためにメニューが増えて老人保健施設、療養型病棟、ドック検診センター、訪問看護ステーション、緩和ケア病棟などが誕生した。

「多才なメニューの有機的連携で『放り出さない』、『見放さない』温かみで、ていねいで、やさしい医療を実践している」と結ばれた。

諏訪中央病院が、一貫して地域に向かって継続的で粘り強い、住民の琴線に触れるアプローチを

続けてきた結果が、病院と地域住民が渾然として地域を動かしている現実にも導いていることを知らされた。緩和ケア病棟で最期を迎えた女性を中心に「笑顔の家族」を写した1枚のスライドが脳裏に残った。

#### ◆組合立諏訪中央病院◆

武井義親・副院長が、組合立諏訪中央病院の運営、理念、病院づくりの考え方、午後の視察施設の概要を説明された。

諏訪中央病院組合は茅野市(85%)、原村(11%)、諏訪市(4%)の出資による一部事務組合で、諏訪中央病院、介護老人保健施設やすらぎの丘、諏訪看護専門学校から構成される。

病床数366床(一般270床、療養型病床群90床、緩和ケア6床)、21診療科の諏訪中央病院は今年の4月、福祉21ビーンズプランの役割を担い、病院の充実と地域を支えるための活動を広く厚く行っていけるシステム構築のために、鎌田管理者を最高管理責任者(CEO)、病院長を最高執行責任者(COO)、副院長を最高企画責任者(CIO)とする機構改革を行った。

病院は「予防からリハビリテーションまでの一貫した医療」、「地域に密着した手づくりの医療」、「救急医療、高度医療を担う」を理念に掲げ医療活動を展開している。高齢社会を迎え、日本一長寿と言われる長野県で、地域住民が病気と闘うのではなく病気とうまく共存して、いかに素晴らしい人生の終末を迎えることができるかが問われる時代になったと考えている。地域住民が自ら選択できる多様なメニューを用意し、「患者の自己決定」が最大限に尊重され、「生きていてよかった」と言える“Length of Life”から“Quality of Life”への地域づくりが求められる。

高齢社会、慢性疾患の時代にあっては、「病気に負けない療養」、「病気と平和共存しながら気長に治す療養」のための環境が必要で、病院らしく

ない病院、心の休まる環境としての病院づくりを心がけている。また、よりよい療養ができ、よりよい看護が行える病棟づくり、良質かつ高度な医療がいつでも受けられるような施設設備、家庭や地域と直結される医療環境に重点を置いて整備を行っている、と紹介された。

病院づくりの考え方に沿って、個々の視察施設の特徴や整備の経緯についてスライドを交えて示され、「屋外庭園が建設資金の枯渇でコンクリートのコースしか造れず、それをボランティアのアイデアを結集してみごとな庭園に仕上げていただいた」のくだりには熱気がこもっていた。

昭和61年4月に新築された現病院は、案内などのサインへの心配りを評価され、同年12月に第20回SDA（日本サイン・デザイン協会）賞を、平成4年12月には第1回病院建築賞（日本病院建築協会）を受賞している。

#### ◆リバーサイドクリニック◆

安藤親男・リバーサイドクリニック所長が「リバーサイドホスピタル」としてのスタートから「リバーサイドクリニック」（茅野市国民健康保険診療所）誕生への流れ、これからの抱負について話された。

平成5年1月に茅野市内の民間病院を諏訪中央病院が買い取り、諏訪中央病院の分院「リバーサイドホスピタル」としてスタートした。約100床の病院には、一般病棟に加えて介護力強化病棟があり、本院との連携のなかで、主に脳血管障害の患者の慢性期を受け持つ病院としての役割を担ってきた。そのころから在宅医療に力を注ぎ、現在、常勤医師2名で約60名の在宅患者に24時間体制で対応し、月に延べ100件程度の訪問診療を行っている。

平成10年7月、本院に新病棟が完成したのを契機に、分院の病床は本院に移転され、無床診療所「リバーサイドクリニック」として再出発し、使

用されなくなった病棟を利用して小規模のデイケアを始めた。

平成12年4月、介護保険の施行と同時に、茅野市の「福祉21ビーナスプラン」に基づくエリア構想が具現化され、西部エリアを担当する「保健福祉サービスセンター」がクリニック内に設置され、地域の保健・医療・福祉の拠点施設として新たな第一歩を踏み出した。

平成13年1月、隣接地に西部保健福祉サービスセンターが新築され、クリニックも新しい建物に移り、組合立診療所から茅野市の国保直営に経営が移管され、現在に至っている。

無床診療所として、諏訪中央病院との機能分担・連携強化を行うなかで「ビーナスプランの一翼を担い、将来、診療所を背負って立つ医師にとって十分な研修が積めるモデル診療所に充実していくことを目標にしている」と話された。

淡々とした口調から、秘められた決意の強さが伝わってきた。民間病院から拠点施設へのスムーズな移行、華麗な変身には徹底的に練られた戦略がうかがえ、確かな目標に向かって歩を進める力強さを覚えた。

#### 〔施設視察研修〕

新鮮で鮮烈な概要説明に、頭の隅々まで心地よい満腹感に浸りながら、6班12グループに分かれての施設視察研修が始まった。

#### ◆介護老人保健施設やすらぎの丘◆

諏訪中央病院に隣接して平成2年4月に開設された「やすらぎの丘」は、入所50人、通所45人を定員とする病院併設型の介護老人保健施設である。1階は広い多目的ホールを中心に、理美容室やボランティアルームも備えられている。ホールは吹き抜けで明るく、2階の療養室はホールを囲むように回廊式に配置され、各部屋には車椅子用トイレが確保されていた。

11年前、東京芸術大学名誉教授で音楽評論家の畑中良介氏の申し出により、チェロの青木十良氏をはじめ音楽家の伊藤京子さんなど、東京でも一堂に会することが少ない第一線のクラシック演奏家8人がボランティアで結集し開催された第1回の「病院コンサート」は、約300人の聴衆を集めて、ここ「やすらぎの丘」で行われた。「施設に対する偏見も少し残っている田舎で、新しく作られた老人保健施設の明るいイメージを住民に見てもらい、住民の意識は少し変わったのではないかと思う」と鎌田管理者。

「入所者の要介護度は平均3.0、平均入所期間はショートステイを含めて2.7か月になっている。開設当時に85%だった在宅復帰率は62%に下がり、以前にはなかった1年以上の入所者が7名おられ、介護保険が始まって長期入所者が増えている」と説明された。確かに、ホールを取り巻く壁際にベッドが並んでいて、施設利用者の重度化が進んでいるのだろう。

「実は、ここで活躍するボランティアグループ『かすみそう』が中心になって、昭和59年に重度の身体障害者を対象としたデイケアを始めた。年を重ねて、現在のボランティアの年齢構成は40～80歳代と幅広く、同世代のボランティアの方がいるだけで雰囲気は和らぎ、医療の原点である“やさしさ”を提供してもらっている。『かすみそう』はデイケアの元祖であるだけでなく、茅野市のボランティア活動の先駆者。登録ボランティアは85団体、5,000人近くまでに発展している」と田中庚・副院長。

鎌田先生の「老人保健施設によるネットワークづくり」とはこのことで、一朝一夕にできることではない変革が、このころから始まっていたのだと想像される。

#### ◆茅野市・西部保健福祉サービスセンター◆

茅野市地域福祉計画（ビーナスプラン）に基づ

き、平成12年4月、市内5か所（基幹、東部、西部、中部、北部）に開設されたセンターの一つで、西部エリア（人口約14,500人）を対象とした拠点施設である。平成13年1月、上川の清流沿いに新築移転されたセンターには、茅野市国保診療所（リバーサイドクリニック）、デイサービス、地域保健福祉推進の3機能が一つ屋根の下に同居し、市職員、社協職員、病院組合出向職員と雇用形態の異なるメンバーが、保健・医療・福祉の一体的なサービスを提供している。また、市民やボランティアの研修、学習、交流などの場として「地域交流センター」を併設している。

#### ○リバーサイドクリニック

玄関を入ると、オープンカウンターの受付があり、木の材質を生かしてゆったりしたスペースが確保された待合室とが一つになって、温かみで明るく開放的な空間を作りだしている。薬は100%院外処方されていて、玄関脇に置かれた処方箋送信用のファックスが目をつけた。

診療部門も整然と機能的に配置され、広い処置室には5台の電動処置ベッドが並んでいて、高齢者が多い利用者への心遣いが感じられる。

専門外来として糖尿病外来（月1回）、漢方外来（週3回）、ペインクリニック（月4回）が標榜され、放射線部門のX線テレビと大腸内視鏡を機能から除外するなど、諏訪中央病院との病診連携と機能分担の徹底ぶりがうかがえる。

地域保健福祉推進のスペースに併設の訪問看護ステーション「どれみ」では、約50名の対象者に月約220回の訪問看護を行っている。

#### ○西部デイサービスセンター

平成13年1月、市社協に運営を委託し「そこに必ず笑顔がある施設をめざして」をモットーに、1日定員25人でスタートした。年末年始の4日間（12月31日～1月3日）を除いて土曜・日曜・休日も開所されサービスを提供している。

～みんなが同じ空の下～  
福祉21ビーンズプランが「めざすまちの姿」

私のことを気にしてくれる人が  
この空の下にいる  
いつまでも住み慣れたこの家で暮らしたい  
お年寄りや障害のある人が  
明るく安心して暮らせる地域づくり  
支える心が時には支えられ  
「お互いさま」と  
忘れかけた言葉を心の中で育てたい  
茅野市のいたるところで動き出している  
『支えあいの心』  
みんな同じ空の下で生きている・・・

開設当時、1日当たり8.3人だった利用者も17名を超えて着実に増加している。しかし、休日の利用者は6名前後と少なく、「休日は家族と一緒に」といった温かな家庭、家族の介護力の大切さを表しているように思われる。

#### ○地域保健福祉推進

広々とした一室に、在宅介護支援センター、ヘルパーステーション、訪問看護ステーションが配置され、共通の相談コーナーが置かれている。

住民の総合相談窓口としての接点、住民支援の始まり、住民がビーンズプランへ参加・参画する入口の一つがここにある。

#### ◆諏訪中央病院◆

とにかく明るくて広い。外来部門にはじゅうたんが敷かれ、廊下幅も広く、ホテルかと思わせるたたずまいは、まさに「病院らしくない病院」である。

院内のところどころに「いねむり」、「りらくす」など心の和む字体の書が、やわらかくライティングされ自然に立てかけてあり、思わず立ち止

まり見入ってしまう。ミニギャラリーには著名な芸術家のたくさんの絵画、彫刻、写真などの作品が展示され、美術館かと間違ふほどだ。そのなかでも一番目立つところに掲げられた、知的障害者の方による書「がんばらない」はひとときわ輝いていた。

新病棟が増築されてから病院コンサートの会場になっている吹き抜けのラウンジ「ひだまり」の壁面には、ファブリックアート作家平岩典子さんが1年がかりで完成させたタペストリーの大作と書道家雪陽氏の書、さだまさし氏の「風に立つライオン」の詩が美しい墨で描かれて向かい合い、来訪者を暖かく迎えている。

#### ○リハビリテーション科

理学療法（PT12名）、作業療法（OT9名）、言語聴覚療法（ST2名）で構成されている。病院内の業務のほか、老人保健施設でのデイケア、リバーサイドクリニックの外来理学療法、介護老人福祉施設「ふれあいの里」での摂食・嚥下に関わる指導や講習会、訪問リハビリ、発達障害児のプール教室、言語障害者友の会、ヘルパー講習会など活動範囲は広く、地域の総合リハビリテーション施設の役割を担っている。

#### ○東洋医学センター

富山医科薬科大学の全面的な協力により漢方外来を開設し、生薬から鍼灸まで、患者に合わせた治療を行い、東洋医学と西洋医学の協力関係を維持しつつ、両者の融合をめざしている。

「痛みなどの整形疾患、アレルギーに起因する病態、ストレス社会の影響が考えられる消化器疾患など、どのような病気でも、幅広い年齢層で漢方治療の適応がある」と説明された。

参加者全員が「黄連解毒湯」を処方された。地域医療交流会で「二日酔いにならない」ために。

#### ○緩和ケア病棟

平成10年9月、日本で一番小さい緩和ケア病棟

(6床)が開設され、現在、医師1名、看護婦12名、看護助手1名のスタッフで「入院、通院、在宅訪問」の3つの機能をトータルに受け持っている。緩和ケア外来は週1回で、1人に30分以上かけてじっくりと関わり、在宅訪問は24時間対応で利用者の不安を軽減している。

年間に60数名の入院、20数名の在宅、20数名の通院があり、80%が告知を受けている。

酒類の飲用、ペットの持ち込みも許されていて、利用者の普段の生活を尊重し、自由度を拡大させる手が差し伸べられている。

「笑顔の家族」が思い出された。

#### ○療養病棟

平成10年9月に療養型病棟90床（東病棟48床、西病棟42床）が開設され、医療60床、介護30床で運営されている。最近では、医療依存度の高い患者の割合が30%近くに増加し、西病棟の要介護度の平均は4.4と高い。

人工呼吸器を装着した男性が眠るように、なんら不自然さを感じさせることなく療養されている光景には驚かされた。

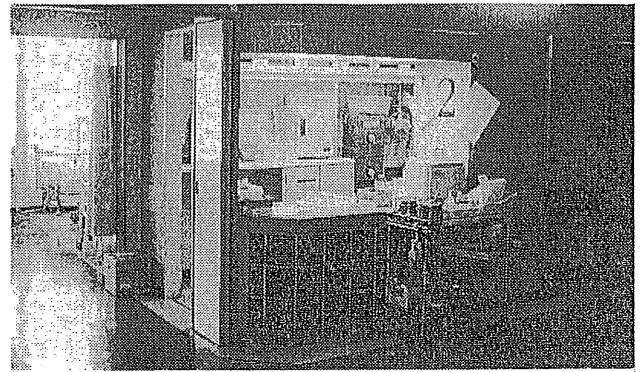
#### ○一般病棟

諏訪中央病院では、各階にフロアカラーを取り入れ、愛称をつけた。

- |             |           |
|-------------|-----------|
| 1階：ワインレッド   | 「ふれあいフロア」 |
| 2階：プルシアンブルー | 「にこやかフロア」 |
| 3階：からし色     | 「さわやかフロア」 |
| 4階：モスグリーン   | 「すこやかフロア」 |

また、入院時から内科・外科が共同して連絡を密にしながら診ていけるように、消化器病棟（3階東病棟）、循環器病棟（2階南病棟）を設けた。

訪れた「からし色」3階南病棟の「個室的多床室（4床）」は凸型の病室に工夫を凝らし、個々の枕元に窓が確保されており、カーテンの代わりに障子が入り入れられるなど、個室的な落ち着いた療養環境を作りだしていた。床頭ボードの医療配



ナースコーナー

管も、使用時以外には隠せるようにされていて、メッセージ等が掲示できる工夫もあった。

日本初の「ナースコーナー」は、看護の拠点を病室に近く、看護婦の動線を短く、ケアの時間を長くするためのアイデアだ。

すべてが、患者の視点に立って取り組まれ、よりよい環境に導くための心憎い配慮に脱帽する。

#### ○屋上庭園

3階南病棟につながる屋上庭園はすべてが木組みで、木製のテーブルとチェアが何か所かにゆったりと配置されている。グリーンボランティアの手による植え込みがあり、木立の向こうに市街地を眺めるこの空間は、まさに「癒しの広場」といえる。

#### ○医療・介護機器研究室

地元の企業、信州大学第二外科などと協力して人工心肺装置の開発研究を行ってきたのがきっかけで、平成11年2月に研究室は開設された。以後、次々とアイデア商品を世に送り出している。シリンジポンプ用ワンタッチアタッチメントをはじめ、いずれも創意工夫の傑作だ。

「日々の改善を重ねていく姿勢を示すことで、職員全体の意識向上につながり、新しいことにチャレンジすることが見出せる」の言葉が印象深い。

#### ○屋外庭園

「自由に摘んでお持ちください」と書かれた立札のある屋外庭園で、グリーンボランティアと緩



和ケア病棟ボランティアの皆さんから、ハーブティーと寒天ケーキのもてなしを受けた。なんの気負いもなく、自然とその場に溶け込み、普段どおりに行動されている温かな姿に、綿々と繰り広げられてきた茅野市におけるボランティア活動の奥の深さを知らされた。

「病院だからこそ、健康で生き生きした庭が必要。どなたにも自由にこの庭が楽しめるよう、まだ芽を出したばかりのボランティアですが、庭の植物たちと一緒に育っていきたい」と笑顔の言葉を聴いた。

このように温もりのある、病院の匂いのない諏訪中央病院は、日本医療機能評価機構の病院機能評価モデル事業で“四つ星病院”の高い評価を受けている。

#### ◆茅野市尖石縄文考古館◆

尖石遺跡は八ヶ岳西南山麓1070mの台地にあり、昭和5年の発掘調査から、多くの豪華な遺物とともに90軒近い住居跡が発掘されている。縄文中期の文化のすばらしさと「縄文王国」の名にふさわしい繁栄の姿をしのばせる考古館に、日本最古の国宝、高さ27cmの妊娠土偶「縄文のビーナス」は展示されていた。

薄暗い展示室のガラスケースに照らされた「ビーナス」は神秘的で、力強さを訴えていた。明日の全体討議「長野県の秘密」を解くヒントが隠されているように思えた。

#### 【“国診協医局”の仲間たち】

「エクシブ蓼科コンベンションホール」で交流会が催された。

正面スクリーンに「諏訪大社・御柱（おんばしら）祭」の光景が映し出される。御神木の切り出しから奉納に至る神事の一つひとつに尊厳があり、勇壮さとともに男たちの情熱と伝統の深さが伝わってきた。

国診協の伝統であり、共通の目標でもある「地域包括ケアの実践」に情熱を燃やす先輩・同胞との語らいに励まされ、勇気づけられる。「自分たちの地域をいかによくしよう、地域の住民を幸せにしよう」と、同じ思いで集う仲間の熱気のなかで、国診協が私たちの“新しい医局”であることを実感した。

部屋に戻るとヤクルト・スワローズの日本一が近づいていた。同宿の大宮東生・大和市立病院長と祝杯をあげた。

#### 研修第2日目－10月26日（金）

#### 【全体討議】

10時より「日本一長寿で医療費の低い長野県の秘密～『PPK』を地域から分析する～」をテーマに、全体討議が行われた。

長野県は平均寿命が日本で一番長く（男性1位、女性4位）、医療費が一番安いと言われている。平均在院日数の長い都道府県は老人医療費も高い傾向が見られる。長い順に高知57日、山口51日、徳島49日、佐賀49日に対して、長野県は22.7日と全国最低で高知の半分である。自宅での死亡の割合と1人当たり老人医療費の関係でも、自宅での死亡割合が高いと老人医療費が低いという傾向が見られる。長野県は自宅での死亡の割合が最も高く、北海道が最下位である。在宅死割合の全国平均が16.7%に比して、茅野市に至っては30.6%と倍近く高い。

なぜ、安い医療費で「健康長寿長野県」が誕生したのか、その秘密を探ってみる。

座長の板木洋・信越病院長が、長野県の高い高齢者有配偶者率、低い離婚率、高い持ち家率、短い在院日数、高い高齢者就業率、高い人口当たり保健婦数、高い1日当たり診療単価、短い診療実

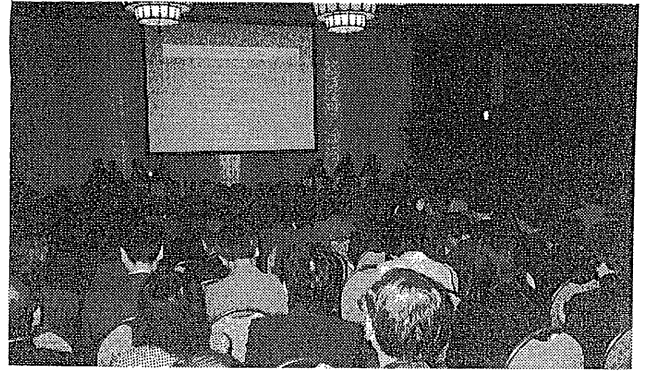
日数などを披露され、討議が始まった。

越知富夫・国保依田窪病院長は「医療費がなぜ安いとか、安くしようと意識したことはない。おそらく住民の意識が高いのだろう。早期退院が普通のこととしてとらえられ、終末期医療では、医療は無茶をしないし、家族も適度なところを最期と心得ている」と、住民の意識の高さを強調された。

倉澤隆平・北御牧村温泉診療所長は「長野県は診療報酬審査会で栄養代わりに使われていた血液製剤の使用を国に先がけて抑制し、抗生剤の使い方を是正した。農村医学の影響も大きかった。自然死、尊厳死をよしとする住民の意識も医療費を安くしている要因であろう」と述べられた。

若林久枝・須坂市健康福祉部健康づくり課保健指導係長は「保健補導員は昭和10年代後半、住民が自らの健康を守る自治組織として、保健婦とともに地域の女性のみなさんが組織し、保健活動を開始したのが始まりの、ヘルス・ボランティア制度である。2か年を1期とし、須坂市では22期目の280人が、母子保健の推進、健康づくり事業の普及、高齢者保健福祉、精神保健福祉など幅広い分野で活躍している。保健補導委員会は全県下120市町村に組織され、約15,000人が保健婦や地域と協同し『死ぬまで元気』をめざして事業を推進している。また、国保直診医師会が全面的に参加・協力していただけるのも心強い」と話された。

佐々木学・泰阜村診療所長は「泰阜村の医療費は、日本一安い長野県のなかでも突出して安い。適度な医療、ほどほどの医療レベルが望ましく、高度の医療は必ずしも長寿の役には立たないことを示しているのではないだろうか。痛む膝をかばいながらも、胃全摘を受けてまだ日が浅くても、毎日のように畑へ出かけるお年寄りを見ていると、働けるよろこび、使命感そして達成感、それらがお年寄りたちを長寿に導いていると思われる」と



全体討議

提言された。

発言を求められた鎌田實・諏訪中央病院組合管理者は「長野県は高地で酸素濃度が低いため、フリーラジカルが少ない、坂道が多い、不便のなかで生きてきた、知恵を使ってきたなどの結果だろうか」と笑いながら答えられた。

最後に助言者の今井会長が「長野に行けば医者顔が見える」と、意味深い言葉で討議を締めくくられた。

長野における保健・医療・福祉の歴史には深さがある。低い医療費は結果であり、めざしてきたものではない。保健補導員のヘルス・ボランティア活動の始まり、包括的な取り組みが自然と構築されていく流れには、歴史に育まれた知恵を感じさせられる。住民のレベルの高さに支えられた長年の努力の蓄積が「健康長寿長野県」を誕生させたのだろう。長野県がこれからの日本のあり方を示しているように思われる。

\*

第15回地域医療現地研究会に参加して、改めて、地域づくり、人づくりが一朝一夕にできることではないと知らされた。茅野市からの帰路“新しい医局”の一員として「がんばろう」と心に誓った。

最後に、素晴らしい研究会の準備、運営を行っていただいた関係者の皆様に、本誌面を借りて心よりお礼申し上げます。

ありがとうございました。