

◇公的関与による実践と拡がり

南部町では平成 28 年度に国の国保調整交付金を活用し、セルフケア教室としてヨガとエネルギー療法教室を開催し、ビフォー・アフターの検証を行うなど具体的な取り組みを始めた。

毎週 1 回 3 か月間、計 11 回の教室に参加が確約できる 15 名ずつを募集して取り組んだところ、各教室とも枠を超える応募者があり、参加者のほとんどの方から効果を実感する声が寄せられると共に、各種数値改善が実現した。29 年度は国保以外の加入者にも門戸を広げて、年間 2 クールの計画を予定して、既に 1 クールの 3 か月がスタートしている。

今後、効果を実感した参加者グループからヨガ学会や MOA インターナショナルに健康教室の継続要請があると思われる。このような公的な関与を起爆剤にして、セルフケアが一気に進む期待を持っている。

◇統合医療の社会的エビデンスの検証

膝が痛い、肩がこるなどの症状が改善して健康を取り戻し、以後、セルフケアに務め QOL の改善が図られるならば、結果として医療費の縮減、控えめに言っても医療費の伸びに歯止めがかかるのではないかと。

南部町では協会健保と協定を結んだことにより、町民 70% 以上の薬歴、病歴、病気の傾向などが判明した。今後は町の保健室の活動などを通じて、放置しておけば人工透析に直結すると言われていた糖尿病性腎症などの患者グループに、統合医療プログラムを実践したらと構想している。幸いに大阪大学のご協力を頂く事となり、適切なプログラム、ビフォー・アフターのチェック項目、医療統計学的な各種データの蓄積と分類・整理などのご指導を仰ぎ、結果として医療費縮減が実現したのならば、正に社会的エビデンスの確立と言えるのではないかと。

◇地域・民間主体の実践と拡がり

地域包括ケアでは、行政が支援する公助や共助が中心の安心基盤整備（医療・介護）と、地域・民間が支援する自助・互助中心のいきいき基盤（予防・社会参加）を整備して、双方の連携で包括ケアの実効性を高めると共に、持続可能なシステム構築を目指している。私は統合医療的な具体的な取り組みを構想した。田舎の古民家を「通い、泊まり」が可能な拠点に改装して、多職種が関わる事が出来る小規模多機能の場づくりを行い、社会モデルの展開を目指す。行政支援でハード整備を進め、予防や社会参加のいきいき基盤づくりであるが、『誰もがかけがえのない大切な社会の構成員』であるという共通コンセプトで、

1 億総活躍の地域共生社会（わが事として参画し、丸ごと繋がり住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域を共に創っていく社会）の実現を目指すものである。

1. 場づくり

子供、障がい者、高齢者……縦割りの施策を横串で受け止める場

元気になった利用者が支え手にまわる循環の場（持続可能性が実感できる場）

地域の身近なたまり場、住民交流サロン

相談の解決の糸口や情報発信が「見える化」で説得力があり納得のいく場

高齢者など自身が持つ知識や技術を引き出し活かせる場

コミュニティビジネスなど就労の場（地域活性化の拠点）

2. 発達・子育て支援、不登校、障がい児・者、ニート、うつ、自死予防、認知症、介護予防など社会的処方箋士役がコーディネートしてサポート

3. 参加者：ボランティア、各種療法士、各種資格者（管理栄養士、保育士、作業療法士、医師、看護師、上記の課題を克服した人など）

⇒誰でもごちゃまぜで参加（利用者でもあり支え手でもある）

4. 事業主体：町内社会福祉法人、協力は株式会社、NPO、病院

⇒地域資源総動員（どんな団体、法人でも）運営協議会を結成して取り組む

5. 目標：社会との繋がりサポート、社会復帰、健康の増進、生きがい、やりがいの醸成

⇒地域に役立つ取り組みで「見える化」と、循環を実現し持続可能なシステムを構築

6. 具体的な統合医療的な療法：農作業（園芸、花栽培、ハーブ、漢方薬など）山林作業（薪割り、森林セラピーなど）、薬膳料理、薬湯の提供、アロマセラピー、瞑想（座禅、回想）、ヨーガ、エネルギー・指圧・整体、音楽療法、動物飼育、技術を活かす工作、スポーツ、ダンス、有害鳥獣駆除など

7. 運営の経費：寄付金、利用料収入、加工品販売収入、社会福祉法人の地域還元資金、公的な支援制度などで持続可能性を追求

◇統合医療とまちづくり

孔子は政治の要諦を「近きもの悦び、遠きもの来たる」と示した。住民の健康を保持増進し、明るく活力のある町が実現したならば、必ず「遠きもの来たる」ようになる。南部町が取り組んでいる CCRC（Continuing Care Retirement Community）も自ずと特徴的に発展していくと見込む。官によるセルフケアの起爆誘導と検証の体制整備を行い、地域・民間による社会モデルの実践は、統合医療を核とした地域包括ケアの新たな姿として、町づくりの中核を担うこととなるだろう。