しめのひとこと

志免町のいろんなひと、いろんなことをお伝えします！

26 互助を高める地域交流の場 出張保健室に挑戦

すえた ようこ
末田 陽子
看護師
ニコニコハート株式会社
代表取締役

長崎県の壱岐島生まれ。ニコニコハート株式会社（志免町南里2丁目）の代表取締役となってからは2年目。志免町にある事業所として、地域の中で専門職として何ができるのか考え中です。「まちかどミニマルシェ+出張保健室」は出張先募集中です。
ぜひお声がけください。

看護師として福岡市から志免町の事業所へ

私は長崎の壱岐島(いきのしま)出身なのですが、福岡市で看護師として働いていたころに、壱岐島出身者が集まる会にご縁があって参加するようになりました。会の参加者の娘さんが、志免町でニコニコハート株式会社（以下、ニコニコハート）をしていた前の代表、山田ゆみこ氏（現福岡市議）でした。看護師ということもあり「よかったら手伝って」と声をかけてもらったことをきっかけに、5～6年前からニコニコハートで働くようになりました。訪問看護なので、仕事では志免町以外の近隣市町に訪問しています。前代表の市議の仕事が忙しくなったため、代表を引き継いでから1年と少し経ちました。

私が代表になってから、買い物支援や地域の交流の場づくりとして「まちかどミニマルシェ+出張保健室」を毎月第3日曜日の午前中に、やっています。有機野菜をトラックで持ってきていただいて、あとは乾物を並べて、弊社駐車場で実験的に実施しています。

地域の人に「身近な存在」だと気づいてもらうために

町内には、私たちのような医療・福祉分野の専門職がいる事業所や相談できる場所はたくさんあるのに、地域の人が気軽に出入りすることは少ない。相談の場があっても、「入っていいのか」「どんな人がいるのか」わからずに構えてしまって足が向かないのではないかと思いました。もっと事業所のある地域の近所の人たちが、気軽に相談できるような事業所になりたい。そういう思いで「まちかどミニマルシェ+出張保健室」をしています。

ずいぶん前から「マルシェ」は各地に増えていて、私自身も別のマルシェに参加する立場で関わったときに、行きたいと思った人が気軽に行けることを魅力を感じました。そこで、人との交流の場を専門職の私も外に出てやってみようと、2022年の12月に初開催しました。今は野菜と乾物だけですが、場所があれば多くの事業者さんに参加してもらい、お子さんから高齢者の方まで、世代を超えて楽しく出会えたらいいなと考えて継続中です。

▲毎月第3日曜日に開催しています。出張先も募集中です。

保健室として専門職が実施することの意義

「保健室」という言葉には、皆さん幼いころから馴染みがあるのではないでしょうか。相談室や認知症カフェという呼び方は、人によってはすごくハードルが高い、入りづらいと感じられる方もいらっしゃるようです。相談、介護、認知症という言葉は使わず「保健室」としているのは、地域の方に気軽に立ち寄ってもらい、困りごとを話せるような場所として身近に感じて欲しいからです。

別の施設で働いていたころ、患者さんが不安に思って薬をやめたり、途中で何の薬か分からなくなってしまうことがありました。身近に「保健室」があれば、気軽に何度でも聞いて、ご本人が気づくこと、周りが防げることがある。また、看護師やケアマネージャー(以下ケアマネ)などの専門職だからこそ、来てくださる方の小さな変化にも気づけます。出張保健室として、町内会にも出張しています。地域に事業所などがたくさんできて、福祉サービスを利用できる仕組みは整ってきているけれど、支援につながっていない人がいる。そういう人たちを支援につなぐ役割ができればと思っています。定期的に開催しているうちに、来られた方からも気軽にいろいろと尋ねてもらえるような関係性が築けたらいいなと考えています。個人的に看護師の中に「お店をやりたい」人が多いと感じるので、マルシェでお茶をお出ししたり、作ったものを並べてみたりして、楽しく続けていけたら良いかなと思っています。

「何を相談したらいいのかわからない」親の介護に戸惑う前に

「どこのケアマネさんがいいですか？」とよく聞かれます。介護のことを自分だけで頑張りすぎてしまう人が増えています。いざだれかに頼ろうと思っても、どこに相談していいか分からない。近ごろは、40～50代の方が、70～80代の親について困っているケースが多いです。親に介護が必要になり、ケアマネさんと話す際、何を話せばいいのかわからない。普段から体調やお薬のこと、介護のことなど、専門職がいる「保健室」で気軽に相談してみませんか。いつも血圧を測るのですが、椅子にすわって血圧を測る間、少しでも話すことが相談に繋がります。外に出て、誰かに相談できる事業所があることを知って、もっと身近に活用して欲しい。「何を相談するかについても相談できる」と知っていただきたいですね。

近所の事業所の専門職も、地域の一員として活躍できる

向こう三軒両隣の顔の見える関係性が、お互いにサポートし合えると地域の互助の力が高まります。地域にある事業所もその一つとして数えて欲しいです。地域の方に、医療や福祉の事業所はまだまだ身近ではないし、お世話になりたくないと思うような心のハードルがあるかもしれません。これからは、みんなでワイワイ集まれる身近な場所として認知されていく存在になっていきたいです。

そのためには、私自身がもっと地域の人と繋がることも必要ですね。身近な人との関わりをしっかりと持てるようになって、さまざまな相談を専門職が受け、そこから先に繋ぐことができる出張保健室の機能を広げていきたいです。

取材を終えて

近くに頼りにできる人や事業所はありますか。安心して暮らす互助の仕組みに、専門職の方や事業所も入っていたら心強いですね。

■発行日：2023（令和5）年11月10日　■制作・編集：志免町まちづくり支援室
〒811-2244　福岡県糟屋郡志免町志免中央一丁目3番2号（生涯学習1号館内）