仕上線を挿入しています。
仕上線位置、仕上体裁（字切れ、追い込み、絵柄不足）のご確認をお願いします。
仕上サイズ データ 297 220 右アキ 登録 297 220 右 天地 左右 アキ
CC 2019
月刊「天然生活」3月号
120552390431
7R99_103
4
細野
2
小さな福祉施設
11X23P
AF11601／2 課定期
X14X1121670C900045010
DNP使用欄
ネーム校了紙
体裁校了紙
色調校了紙
色見本
※

お世話好きのキミコさんと、おばあちゃんが大好きなつばさくんは、リラックスした時間をともに過ごせるよき仲間

認知症や障がいの垣根を越えて

小さな福祉施設の、大きな挑戦

認知症の高齢者も、障がい者も、猫も犬もヤギも、
みんながごちゃまぜで暮らす施設を訪ね、岩手県八幡平へ。

撮影／在本彌生　取材・文／岡田カーヤ

訪ねたところ
里・つむぎ八幡平／すばる

認知症の高齢者と障がい者が一緒に暮らすグループホームをはじめとした9つの事業形態を、地域に点在する7つの施設で実施する介護施設。野菜や米の栽培、食堂も経営。写真は代表の高橋和人さん。

岩手県八幡平市田頭12-94-1
☎0195-75-2310

認知症高齢者と障がい者が互いに刺激しあい、助け合いながら生活するグループホームは大家族のように食卓を囲む

202203-099-103-す□ るの挑戦_1修正_2.indd 99　2022/01/08 18:41

仕上サイズ
データ 仕様
天地 297 297
左右 220 220
ノド右 右ノド 右
CC 2019
月刊「人と生活」3月号
X14X11216704C90045010
12056239 0431
7896-1033
小さな老人施設
4
細野
2
AF11G01 / 2 課金済
1123P
DNP使用欄
チーム校了紙 体裁校了紙 色面校了紙 色見本 ※
BK C M Y

仕上線が挿入しています。
仕上線位置、仕上体裁（字切れ、追い込み、絵柄不足）のご確認をお願いします。

右上）きっちりした時間割はなく、人に合わせるのが「里・つむぎ八幡平」のやりかた。右下）職員の方も同じ目線で、やさしく語りかける。左上）みんながテレビに熱中していたから、「もう少しあとにしましょうか」と時間をずらしてスタートした体操。左下）高橋さんに語りかける、樺太生まれのレイコさん

ここにあるのは、ごく当たり前の「普通の暮らし」

るように。2019年には、築105年の古民家で「地域食堂 なつかしの家」もオープン。地元の味と、施設のことを知ってもらう場もできました。

介護と農業を結びつけてケアを行う高齢者施設は、全国でも稀有な存在。実家が農家の高橋さんは「昔はあんなに農業が嫌いだったのに、いまでは半農半介護のこの暮らし方がとても自然だし、面白い。利用者のかたがたの生きがいづくり、障がいのあるかたの働く場づくりにもなっていて、うれしいですね」と顔をほころばせます。

そんな高橋さんは、現在60歳。若いころはシティボーイに憧れて東京へ。大学を中退したあと海外を放浪して、帰国後はホテル勤務や、アンティーク家具店を経営。福祉とは縁遠い生活をしていました。40代で家具屋をたたんだあと、知人の紹介で特別養護老人ホームの事務長として5年勤務。在職中に自分の母親の介護をきっかけに、生まれ育った八幡平の家を改築して「里・つむぎ八幡平」の前身となる宅老所を開設。冒頭の2階建て家屋は、高橋さんが育った場所であり、原点なのです。

泣き笑いして見送った母親の看取りを経験して

自分の母親を看取ったのもこの場所でした。家族や職員が次々とやってきては、思い出を語りあって泣き笑い。穏やかな気持ちでお見送りができたといいます。

「十分一緒に過ごしていたので、悲しいというより、〝おつかれさん〟という感じでした。最後は布団を並べて一緒に寝ていたのですが、30分仮眠している間に、息を引き取ってしまって、みんなには親不孝者って怒られました（笑）」。

「元気なうちから看取りまで」をかかげる「里・つむぎ八幡平」で、高橋さんはこれまで多くの人を看取ってきました。現在、人生の最後を病院で迎える人は全体の8割。多くのかたが在宅での最後を希望するけれども、医療体制や家族の負担などで、なかなか難しい状況にありながら、高橋さんは希望する人や家族にその場を提供しているのです。自分の母親の死に目に会えなかった経験から、24時間いつでも駆けつけられるようにして、最後のときは手を握って送り出してあげるといいます。

おやつは施設ごとに工夫を凝らして。この日はごはんを、認知症の利用者がつぶし、海老と青のりを入れて揚げてせんべいに

右上）高橋さんの実家を改装した古民家の居間で、折り紙を折り、のびのび暮らす高齢の利用者。右下）４匹の猫とも仲良しです。左）コの字型にソファが並んだ居間で肩を寄せ合い団らんしたり、作業をしたり。みんなが慣れ親しんだこの古民家だが、2022年春からは新しい建物にお引っ越し。カフェや産直にリニューアル予定

目線を同じにして、ともに暮らす

築50年の2階建て木造家屋の扉を開けると、すぐに台所と食卓、その隣にはソファが置かれた和室の居間。この場所で、岩手県八幡平市の「里・つむぎ八幡平」を利用する高齢者たちは、洗濯物をたたんだり、猫と遊んだり、折り紙で壁飾りをつくったり、思い思いの過ごし方をしています。明るい光が差し込むその部屋で、肩を寄せ合って座る皆さんの表情は、穏やかで、満ち足りているよう。時間割りも、カリキュラムもない、だけど、それぞれが自分らしく過ごすこの場所は、暮らしの延長、普段の生活と地続きにあることがわかります。

ここは、「普通の暮らし」を大切に、高齢者と障がい者などいろいろな人がともに過ごす共生型ケアを行う介護施設。さらには地域に根付き、開いていくことも大切にしています。

代表の高橋和人さんはいいます。「これまでの福祉施設って、町外れや、山のなかでコロニーをつくって生活したりするところが多かった。それはそれでユートピアだけど、健常者とは分断している。そうではなくて、いろいろな人が一緒に生活しているほうがいい。だから、設立当初から複合的にしたいという思いがありました。福祉って生活総合産業。高齢者、障がい者、子ども、いろいろな人が集まる場所ができたら楽しいなと」

「里・つむぎ八幡平」は、岩手山を見渡す農村地帯に7つの建物が点在。高齢者、障がいのある高齢者や若者が同じ建物内で暮らしたり、通ったり、宿泊したり、働いたり。制度の枠組みを超え、一つ屋根の下に集い、交わりながら、それぞれに必要なケアが受けられるようになっているのです。

さらには「田舎で介護をしているのだからこの立地を生かしたい、自分たちの食べるものに責任をもちたい」と、農業にもチャレンジ。お米や、ズッキーニ、じゃがいも、ネギ、にんにくなどの野菜を栽培しています。施設を利用する高齢者はほとんどが農業経験者の先輩。利用者のかたは「もう農業なんてやりたくないわ」といいながらも、「ここはこうしたほうがいい」と教えてくれたり、雑草抜きや収穫のときは、手伝いをしてくれたり。結果、一年分のお米は全部自分たちで収穫した減農薬米でまかなえ

洗濯物はみんなでたたみます。体が動くうちは、皿洗いやモップがけはみんなで取り組み。認知症の進行を抑えます

202203-099-103-すむるの挑戦_1修正_2.indd 101 2022/01/08 18:
202203-099-103-すむるの挑戦_1修正_2.indd 100 2022/01/08 18:41

仕上サイズ
データ 実寸
天地 297 297
左右 220 220
ノド右 アキ 右
CC 2019
月刊「人権と生活」3月号
X14X11216170C90045010
12056239 0431
7899-1033
ナ-なな名林 施設
4
組数
2
1123P
AFT1601 / 2 課定課
DNP使用機
チーム校了紙 体裁校了紙 色調校了紙 色見本 ※
BK C M Y

右）盲導犬の訓練を受けたヤマトと、つばさくん。左上）新聞を読むのも日課です。左下）窓からは岩手山の景色、室内には心地よい日の光。そんな環境と、その人にとって大切なものはなにかを考えながら行われるケアがあるからこそ最高の笑顔がこぼれる。これが「里・つむぎ八幡平」の普段の暮らし

すべてを受け入れて、笑顔が生まれる

いと思う気持ちが大切。食事の前、つくっているときからにおいが漂ってきて、食べたいと思ってもらう。誤嚥して多少むせてしまっても、職員がしっかりサポートするようにもしています」

同様に「歩きたい」「トイレに行きたい」という気持ちも育てます。「リハビリパンツはまだいいのですが、赤ちゃんがするようなテープ止めのおむつをすると、精神的な部分が崩壊していく人が多い。時間がかかっても、職員に介助してもらいながらでも、がんばってトイレに行くようにする。気持ちが前向きになるし、おなかも減って食欲もわいてくるんです」

職員にいっているのは「言葉はやさしくかける」こと。洗濯物をたたんだり、モップがけをしたり、できることは自分たちでやって、先回りしてお世話しないこと。

高橋さんは、各施設で利用者に話しかけられるたび、即座にしゃがみ、目線を同じ高さに落として親しげに話を始めます。

「ここにいるのは豊富な人生経験をもったかたがた。このあたりは戦後の大陸からの引き上げの人、開拓移民のかたもいます。話を聞くと面白いんですよ」

この日、樺太生まれのレイコさんは、高橋さんを見かけたとたんに号泣。「あなたを見ているとパパを思い出すの。パパには迷惑ばかりかけちゃったから」と涙が止まらなくなったレイコさんに、「思い出させちゃったね、ごめんね」と相槌をうち、話に耳を傾けます。

さまざまなバックグラウンドをもつ利用者の話を、文章として残す活動もしています。あるときは大陸に戦争へ行ったときのことを事細かに語るかたの話に耳を傾けていました。ところが、家族に聞いたら戦争に行った経験はないということも。

「こうした体験を含めて、認知症のかたと話しているのは面白い。ロマンだと思うし、人間の本質に近づいていく感覚もあります」。真摯に利用者と向き合い、話に耳を傾ける高橋さんは、彼らとの時間旅行を楽しんでいるかのよう。

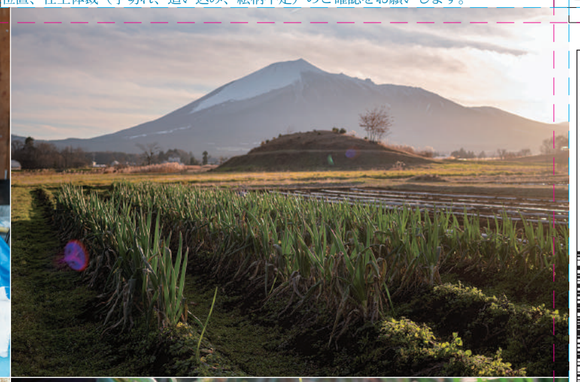
年をとっても、認知症になっても、「普通の暮らし」がそこにある安心感。「里・つむぎ八幡平」のような場所が、当たり前のように身近にある未来をつくっていきたいと思うのでした。

各施設の昼ごはん、夜ごはんは「地域食堂 なつかし屋」がみんなの分をつくります。写真は野菜班の、パパっと食べられるお弁当

※取材に際しては、感染症予防対策を徹底し、撮影のご許可を得たうえで、行っております。

202203-099-103-すむるの挑戦_1修正_2.indd 103 2022/01/08 18:

仕上線が挿入しています。
仕上線位置、仕上体裁（字切れ、追い込み、絵柄不足）のご確認をお願いします。
仕上サイズ
データ 実寸
297 297 天地
220 220 左右
右アキ 右
CC 2019
月刊「人権と生活」3月号
X14X11216170C90045010
12056239 0431
7899-1033
ナ-なな名林 施設
4
組数
2
1123P
AFT1601 / 2 課定課



右上・右下）２ヘクタールの田んぼ、50アールの畑で、お米と野菜を栽培。この日は、無農薬で育てた長ねぎを収穫した。左上）農業や農産物加工は一般企業での就職が難しい人たちの就労の場にもなっている。左下）農業専門の職員、遠藤一さん。手づくりのドラム缶ストーブや椅子、オブジェなども遠藤さん作

命の循環が感じられる農業のかたち

「看取りをしていると、体に電流が走るなど、不思議な体験をすることが多いんです。すると、またいつか会えるかなって、そういう気持ちになるんです」。看取りをするといつだって悲しいし、寂しいし、感謝もするし、気持ちが揺さぶられるという高橋さん。農業を始めたのは、命の循環について考えたいというのも理由のひとつ。「自然のなかに、人も含めた生死がある。生命のありかたを身近に感じたいという思いがあります」

食べたい、歩きたい その気持ちを大切にする

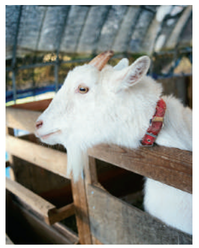
「里・つむぎ八幡平」では、みんな本当にいい顔をしています。その理由と、どうしてこんなにも居心地のよさを感じるのか。お話を聞きながら、各施設をめぐっていくと、一人ひとりと向き合っているからということがわかってきました。当たり前のことなのですが、まずは「人ありき」なのです。

たとえば建物と人数。大きな建物をつくって、そこにみんなを集めれば効率的にお世話ができます。「でも、大きくすると利用者との距離が遠くなるし、管理的になってしまう」。以前の職場だった特別養護老人ホームでやっていたような集団管理にならないよう、「小さな暮らし」の延長としてのケアを実践。一施設の人数は15人くらいまでにとどめているのだそう。

十年近く精神病院に入院していたかたを受け入れることもあるといいます。どの施設からも受け入れを拒否されていたかたが「里・つむぎ八幡平」で生活をしているうちに、元気になって、普通に生活を送れるようになることも多いそう。

この場所で生活するにあたり、見直すことがいくつかあります。まずは、薬について。たとえば10種類近くの薬を服用している場合、本当にこの薬は必要なのかということを医師と一緒に考えます。「この薬を飲むから胃薬を出しましょうという具合に、胃薬だけで何種類もある場合がある。害のある薬を複数服用するポリ・ファーマシーは、いま国内外で問題に。できるだけ段階的に減らしていくようにしています」

食事も大切です。咀嚼力が落ち、流動食を食べていた人も、できるだけ普通食へと戻します。「おいしいものを食べたい、飲み込みた



農業部門では、ユキとペーターという名前の2匹のヤギを飼育。雑草を食べたり、人々を和ませたりするのが彼らの仕事

202203-099-103-すむるの挑戦_1修正_2.indd 102 2022/01/08 18:41