

現地報告②

地域包括ケアの現場から ～アグリパークプロジェクト～

対馬市医療統括官

対馬市いづはら診療所 所長 桑原 直行



報告要旨

長崎県対馬市は高齢化が進み、生産年齢人口が福岡に吸い込まれており、少子化対策は急務である。医師として地域包括ケアに取り組んでいるが、対馬市における在宅医療、看護、介護の状況は、施設・人材いずれにしても厳しいのが現状だ。

しかし、住民が主体的に考え、行動することにより解決することができる。対馬市には独自の豊かな自然、歴史、文化的な資源が存在する。これらを活用し、かつ雨森芳洲の説く「誠信の交わり」にならい島内外の人々の協力を得て、高齢者が生きがいをもって暮らせる地域づくりにつなげることができるだろう。その実践が「アグリパークプロジェクト」である。耕作放棄地を活用し、世代間交流や固有種の保護などが進められている。

対馬は、生きがいづくり、教育、誠信の交わりの三つを柱に、100年後も持続可能な島づくりとして“Future Island TSUSHIMA”の実現を目指している。

目次

- | | |
|---------------------|-----------------------------|
| 1. 少子高齢化の大津波 | 4. 対馬には本当に何もない？ |
| 2. 対馬の訪問系サービスの現状 | 5. アグリパークプロジェクト |
| 3. 「野生の思考」で生きること考える | 6. “Future Island TSUSHIMA” |

1. 少子高齢化の大津波

対馬では高齢化が進んでいますが、高齢化率が高いこと自体が問題ではないと思います。対馬の65歳以上人口は2020年がピークになります。女性が一人当たり何人子どもを産むかという合計特殊出生率は2.18と高いです。このままいけば次第に高齢化率も下がって、大丈夫なのではないかと思われるかもしれませんが、現実はそのようなものではありません。

実際、生産年齢人口、つまり働き手は減っています。若い女性がいなければ子どもが生まれなくなります。しかも対馬には大学や専門学校がありませんので、子どもたちは高校

卒業と同時に島から出てしまいます。最近では、島外の高校に進学する例もみられます。

高齢化が進みますと、当然社会保障費は上がります。地域の産業が低迷すれば税金収入は減ります。つまり、市の借金が増え、最終的には住民の負担増です。高齢化率が高いと、高齢者向けの政策が中心になりがちです。すると、若者の居場所がなくなってきます。昔は対馬に映画館やボウリング場もあったそうですが、今は全くありません。働き手がいなくて、一次産業（農業・林業）が崩壊してきます。すると、生態系も崩壊して河川の栄養価が下がるので、最終的には主力産業の

漁業も衰退します。島の食料自給率が低下し、島外への依存が強くなると、物価は上がる。生活苦で住民が島から出てしまいます。

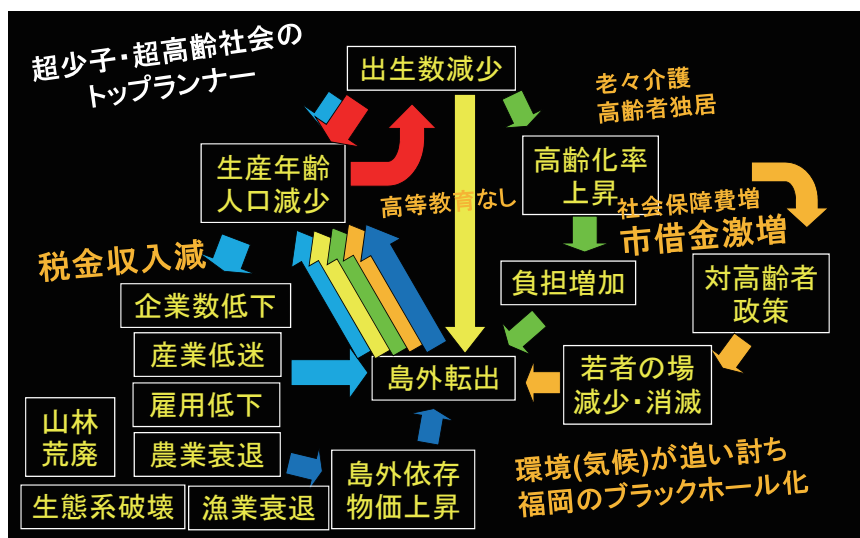
一番怖いのは、福岡が完全にブラックホール化し、人手を吸い込んでいる現状です。対馬は夕張の二の舞になりかねませんが、防衛の島として頑張れるかもしれない。そんなばかな！と思われるかもしれませんが、何かしなければ現実的になってしまいます（図1）。

少子高齢化の大津波というものが、今にも対馬を飲み込もうとしています。これは、大

昔の唐・新羅連合軍や元寇よりも怖い。神風が起きず、逃げるわけにもいかないからです。では、この大津波に立ち向かうのか。今からでは準備不足の感がありますので、波乗り感覚で乗り越えなければならないと思います。

では、どうするのか。少子化対策は何十年もあとに効果が現れることですが、最優先課題です。そして教育、後ほど前田さんのお話にも出てきますが、ESD（Education for Sustainable Development：持続可能な開発のための教育）は重要です（図2）。

図1 対馬市 負のスパイラル



出典：報告者作成

図2 ESDの概念図



出典：文部科学省ウェブサイト<http://www.mext.go.jp/unesco/004/1339970.htm>

2. 対馬の訪問系サービスの現状

私は基本的に、地域包括ケアとは医療モデルから生活モデルへの移行で、その要が在宅医療や在宅看護、在宅介護だと考えています。対馬の訪問系サービスの現状について、2016年6月に初めて在宅療養支援診療所を立ち上げましたので、まだ1か所しかありません。訪問看護ステーションは2か所で、全国的にみると圧倒的に少ないです（表1）。

表1 対馬市の訪問サービスの現状

	在宅療養支援 診療所・病院	訪問看護 ステーション	訪問介護 (夜間対応型)	訪問リハビリ テーション
全国	15795	9589	33071 (203)	3444
長崎県	332	90	417 (3)	614
対馬市	1	2	6 (0)	1

(2016年10月現在)

これを人口10万人当たりで見えていきます。在宅療養支援診療所・病院は3.2と、全国平均より明らかに少ないです（表2）。

表2 対馬市の訪問サービスの現状
(10万人当たり)

	在宅療養支援 診療所・病院	訪問看護 ステーション	訪問介護	訪問リハビリ テーション
全国	12.3	7.5	25.8	2.7
長崎県	24.1	6.5	30.3	44.6
対馬市	3.2	6.4	19.0	3.2

(2016年10月現在)

利用者は65歳以上の人が大半ですから、その人口1万人当たりで見ますと、全国平均と比べてさらに割合は下がります（表3）。

表3 対馬市の訪問サービスの現状
(65歳以上 1万人当たり)

	在宅療養支援 診療所・病院	訪問看護 ステーション	訪問介護	訪問リハビリ テーション
全国	4.51	2.75	9.45	0.99
長崎県	8.14	2.20	10.24	15.07
対馬市	0.94	1.89	5.60	0.94

(2016年10月現在)

対馬では広さ、交通の便の悪さも問題ですので、100km²当たりで考える必要があります。全国平均と長崎県はあまり変わらないのですが、対馬では悲惨な数字が並びます（表4）。

表4 対馬市の訪問サービスの現状
(100km²当たり)

	在宅療養支援 診療所・病院	訪問看護 ステーション	訪問介護	訪問リハビリ テーション
全国	4.2	2.5	8.7	0.9
長崎県	8.1	2.2	10.2	15.0
対馬市	1人体制 0.14	2.5人体制 0.28	0.85	0.14

(2016年10月現在)

全国には強化型の在宅支援診療所もありますが、対馬では在宅医は私一人です。都会なら5～6人で運営している訪問看護ステーションも、ぎりぎりの2.5人体制が2つあるだけです。これは足りないと言うより、無いも同然です。島内では2つの総合病院と、私が立ち上げた市の診療所が往診していますが、訪問できる範囲は半径16km以内と決まっています。訪問看護ステーションも含め地図上に落とし込むと、真ん中に空白地帯が生じてしまいます（図3）。

図3 対馬市の医療機関の分布状況



出典：報告者作成

これは訪問系の職種だけの問題ではありません。介護職の求人63人に対し、求職者は6人しかいません。昨年開設した特別養護老人ホームでは、予定職員数が60人のところ、まだ45人しか入職していません。病院や施設の調理師、警備員の取り合いが始まっています。ケアマネジャーの離職も進み、ケアプランが立てられなくなってきました。入職者より退職者が多くなっているのが現状です。

対馬の地域包括ケアシステムの要とよぶべき専門職や関連職が少ない上に高齢化が進んでいます。老老医療、老老看護が始まっているといっても過言ではありません。地域包括ケアシステム構築の暗黙の了解として、専門職やサービス事業者がおり、若い人がある程度入職することが条件となります。対馬は連

携したくても連携先がなく、人材を求めても、福岡へのブラックホール化が進んでいます。

3. 「野生の思考」で生きることを考える

対馬はもう「野生の思考」¹でいくしかありません。つまり、身近なもので何とかやりくりし、素晴らしい文化を生かしていくことに尽きます。Bricolage¹（ブリコラージュ）¹をやって、ないものねだりはしない。

まだピンとこない人のために対義語を考えてみました。「家畜の思考」または「思考停止」です。つまり固定観念から抜け出せず、創造性に欠ける。生きる知恵を使わず、何となく生きているというか、生かされているような状態、という意味です。

大切なことは、「主体的に生きることを考える。」です。やってもらう、指示される状況で飼いならされている医療・介護・行政・住民ではなく、自分たちがどう生きたいかを本気で考えて行動に移すことが重要です。家畜状態からは抜け出さなければなりません。

対馬でも地域住民のつながりが希薄化し、何かあっても気楽に相談する場がありません。本来なら地域包括支援センターの役目です。お笑い芸人のブルボンちえみさんは恋愛について「探さない。待つ」と言っていますが、医療や行政は「待つてちゃ駄目。出るの」です。

今、対馬の地域包括支援センターには積極的に集落に出てもらい、スクエアステップ²

1 「野生の思考」は、フランスの文化人類学者クロード・レヴィ＝ストロース（1908－2009）が1962年に発表した代表的著作“*La pensée sauvage*”（日本語版は大橋保夫訳『野生の思考』みすず書房・1976年発行）に由来する。世界各地の先住民族研究を基礎に現代思想を論じた本書は、1960年代に始まったいわゆる構造主義ブームの発火点となり、フランスにおける戦後思想史最大の転換を引き起こした。本書の中で、人間にとって本源的な思考について説明する際に、Bricolage（器用仕事）つまり「ありあわせの道具材料を用いて自分の手でものををつくる」ことを意味するフランス語が登場する。

2 スポーツ医学や老年体力学などを専門とする国立大学法人の教員が連携して開発した、科学的根拠に基づくエクササイズ。横幅100cm、奥行250cmの面を25cm四方の升目（スクエア）で区切ったマットを使用し、前進・後退・左右・斜めとステップを踏む。高齢者の転倒予防・認知機能向上を含めた要介護化予防のほか、成人の生活習慣病予防、子どもの身体機能の発達、アスリートのトレーニングまで適用可能である。スクエアステップ協会ウェブサイト <http://square-step.org/> 参照（2018年4月20日閲覧）。

の講習会や夜の座談会・講演会の開催を通じて、介護・医療の相談を受けています。

先ほど内藤理事長からご紹介いただいた、地域マネージャー制度を活用していかねばなりません。行政も住民も自分で生き方をしっかりと考え、行動することが重要です。地域包括ケアシステムは、医療・介護・福祉や高齢者だけではなく、その地域のみなの生き方の話です。

4. 対馬には本当に何も無い？

対馬の人たちは「対馬には何も無いでしょう？」と平気で言います。本当でしょうか？ 皆さんもぜひ、対馬、厳原においでください。文化8（1811）年、易地聘礼³の際に整えられた、石垣の塀が並んだ歴史ある町並みや、鏝絵⁴のある蔵も残っています。つまり、対馬は江戸に代わる日本の顔だったわけです。そして、対馬には圧倒的な大自然があります。一枚岩の上に川が流れている異次元の世界「鮎もどし」、浅茅湾では海なのに鏡面像が見

られ、シーカヤックもできるのです。

防人が築いた古代要塞の金田城^{かなたのき}からは、今でも私たちは防人と同じ風景を見ることができます。梅林寺、万松院、和多都美神社、八幡宮、海神神社などの神社仏閣、亀ト習俗^{きとく}、赤米神事^{あかこめ}などの無形文化財もあります。盗まれた仏像も返ってきた⁷ように、祈りと交流の遺宝がたくさんあります。つまり、自然と歴史が融合している島なのです。

石焼、ろくべい、いりやき、対州そば、そしてノドグロ、アナゴと、概念を打ち砕くような食はあり過ぎて困るぐらいですが、対馬の人にとっては昔もいまもこれが当たり前の世界です。だから対馬のよさに気付いていない。人々の意識を変え、誇りを持つことですが、内からではなかなか難しいので、外から意識を変えるのです。つまり、島外の支援者や関係する人々としっかりつながっていくことが重要だと思います。

朝鮮通信使は、ユネスコの「世界の記憶（世界記憶遺産）」に登録されました。対馬藩朝鮮

3 朝鮮通信使は朝鮮国王が江戸幕府に派遣した使節で、將軍襲職などの慶賀のため1607年から1811年まで12回にわたり来日した（『広辞苑』）。使節一行は船で釜山から瀬戸内海を経由して大坂に、さらに京から徒歩で江戸に向かい、江戸城で国書の交換を行った。その旅程で、使節は日本人に大陸の文化をもたらすなど様々な文化的交流を行った。しかし江戸幕府と各藩にとっては、数百人規模の使節一行の接待に膨大な費用負担が生じたことから簡素化が議論された。結果最後となった1811年には、寛政の改革を行った松平定信の決定により、通信使一行は「易地聘礼」として対馬に約2か月滞在した。

4 漆喰を塗った上に鏝で風景や肖像などを描き出した絵。作者としては伊豆長八が有名（『広辞苑』）。

5 亀トとは亀の甲を一定の作法で焼き、生じたひび割れによって吉凶を占う方法。対馬豆殿の岩佐家は、亀トを世襲する家筋で、「亀ト伝義抄」を伝え、今日なお旧暦正月3日の雷神社の祈年祭に奉仕している。対馬のト部（亀トに携わる職）は、杵岐や伊豆のト部とともに古代には宮中の祭祀に関与していたものであるが、亀ト習俗の伝承は今日ではこのみとなった。そのため古代の民俗知識を伝える貴重な資料として記録保存を行うため国から無形民俗文化財に選択された。長崎県学芸文化課・長崎県の文化財ウェブサイト<http://www.pref.nagasaki.jp/bunkadb/index.php/view/528>参照（2018年4月20日閲覧）。

6 対馬市厳原町豆殿に伝わる、頭仲間と呼ばれる集団によって旧暦1月2日から12月末日までの1年間にわたり行われる、赤米を祀り栽培する行事。現在でも田植えを除き旧暦で行われている。行事の中心となるのは、旧暦1月10日の夜から翌朝にかけて行われる、頭受け（頭役の交代）である。赤米神事は、古代からの栽培伝承を有する赤米をめぐる習俗であるとともに、頭と呼ばれる役の家が赤米を祀る諸行事を一年間通じて行うという伝統的な祭祀形態を残しているものとして貴重であるが、行事を伝える頭仲間が1戸になり、その存続が危ぶまれている。長崎県学芸文化課・長崎県の文化財ウェブサイト<http://www.pref.nagasaki.jp/bunkadb/index.php/view/516>参照（2018年4月20日閲覧）。

7 2012年に対馬市の海神神社、観音寺、多久頭魂神社からそれぞれ「銅造如来立像」（重要文化財）と「銅造観世音菩薩坐像」「大蔵経」（いずれも長崎県指定有形文化財）が韓国人窃盗団に盗難され、外交問題まで発展するという事件が発生した。うち海神神社の「銅造如来立像」は2015年7月18日に返還された。

方佐役として活躍した雨森芳洲先生⁸は、外交の心得として「誠信の交わり」を説いています。すなわち「人情、事勢を知り、肝要にて互いに欺かず、争わず、真実をもって交わる。」これは医療でも、患者さんや家族との対応、他職種連携、町づくりでも絶対に必要です。

対馬の地域包括ケアシステム概念として、私は多様性や変化に対応できる人材を年齢に関係なく育て、100年後の島を夢見た町づくりのシステムを考えています。島内外の多様な人材がこの誠信の交わりをもって、一緒につくり、育てていく文化だと思います。

地域社会を守るのは地域住民ですから、ケーブルテレビを使って盛んに啓発していますし、さまざまな島外支援者に来ていただき、講演会も行っています。後ほど基調講演をされる西村先生にも、ぜひ住民にお話をしたいと思っています。

対馬の高齢者は楽しく生きているのでしょうか？外来では、「何もすることがない」「楽しみがない」「生きがいもない」という声を聞きます。そんな島に若者は希望を抱きませんから、意識を変えてもらおうということです。

昔の対馬について、話を聞かなければ伝承もできません。文化や自然は絶滅したら復活できません。昔を思い出して話してもらううちに高齢者はだんだん楽しくなって、ワクワクする。昔を取り戻す。気持ちが若返って、何かやりたくなってくるのです。

そういうことを誰がやるか。われわれしかいません。高齢者と一緒にいろいろなことを

学んでいきたいと思っています。これは一人ではなく、誰かと一緒ならできるということです。高齢者が生きがいを持てる町づくりをやっていこう。まず場をつくり、集まって話をする。お互いに何か役割を持って、子どもも高齢者も一緒に働こうということです。決して強制労働ではありません。遊びながら学ぶ、イベントやお祭りもしたいと思っています。

5. アグリパークプロジェクト

アグリパークプロジェクトでは、まず耕作放棄地の再生に取り組みました。20年以上も放置された土地をみんなで草取りして、耕して、子どもには石や草の根っこを拾ってもらうと、あっという間に畑になってきます。みんなで楽しくお話をしながらのお昼ごはん、いつの間にか世代間交流が生まれてきます。

もう一つの課題は、固有種を守ることです。アグリパークの湿地にはツシマサンショウオがおり、保存していかなければいけません。

固有種の豆や対州そばも植えています。対州そばは原種に近い品種で、今回、地理的表示保護制度に登録申請を行っています⁹。

西村先生にもソバの種をまいていただきました。おかげさまで、芽が出て、花が咲いて、刈り取りができます。東京の学生や韓国の方も手伝ってくれました。対馬の高齢者に干し方を教えてもらい、みんなで作業をすると、いつのまにか癒しの空間が生まれてきます。

われわれの最終目的は、年齢や病気に関係なく、できることを楽しめる場にしていくことです。300歳を超えているのではないかと思

8 雨森芳洲（1668－1755）江戸時代中期の儒学者。近江国の出身。17・8歳のとき江戸に出て木下順庵の門に入り、その推挙により対馬藩に仕え、文教のほか語学力を活かして外交、貿易をつかさどった。「誠信の交わり」は芳洲が対馬藩主に上申した対朝鮮外交の指針書『交隣提醒』のなかの一節。1990年5月に来日した韓国の盧泰愚大統領（当時）が宮中晩餐会の挨拶で触れたことが、広く知られるきっかけとなった。

9 対州そばは2018年4月9日、特定農林水産物等の名称の保護に関する法律（地理的表示法）に基づき、松館しほり大根（秋田県）と山形セルリー（山形県）とともに地理的表示（GI）として登録された。長崎県では初の登録となった。農林水産省ウェブサイト<http://www.maff.go.jp/j/press/shokusan/chizai/180409.html>参照（2018年4月20日閲覧）。

われるほど知識のある参加者がいましたが、農作業はできないので、歩けない人のために杖をつくってもらいました。高齢者も若い人との交流で、また笑顔が生まれてきます。

助け合う、つながる、見守ることは町づくりの一環です。笑いにあふれた豊かな生活、これこそが本当に人間が健康な状態だと思います。地域住民、島外の支援者がコミュニティ・ケアをつくっていく、それが地域ごちゃまぜケアではないかと考えます。

2017年11月25日、アグリパークの収穫祭を行いました。地域の人々がたくさん訪れ、子ども連れの参加者もいました。干したソバを子どもも高齢者も一緒になって脱穀します。脱穀機も自分たちで作りしました。子どもたちにとっては初めての経験で楽しかったよう

です。ところどころで文化の伝承が始まります。医療ブースも設け、血圧測定や脱水対策も行いました。一人ではつらい作業も、みんなですると楽しくできます。

前もって収穫し、加工したおそばを100食ふるまいました。ピザ窯もつくりました。働いたあとはお昼寝がしたくなります。トラクターに乗ってみたい子どもたちには乗ってもらいました。このように、農作業だけでなく、遊びの要素も加えてやっています。今年はぜひ皆さんにもおいでいただきたいと思います。

アグリパークプロジェクトも、フェーズⅡに入っています。収穫祭に野イチゴの苗を持参した方がいました。熟成しても黄色く、非常に甘い。対馬固有の野イチゴではないかと思い、アグリパークの敷地内に植えています。



ソバの種をまく



ソバを刈り取り、干す



ソバの花が咲く



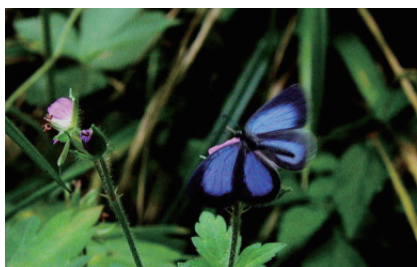
手づくりの脱穀機

他にはニホンミツバチを集めて養蜂に取り組み、蜂蜜が取れるといいなと思います。

対馬ではガラビと呼ばれるやまぶどうもシカによって激減しています。これを復活させてワインやジャムなどをつくりたいと、高齢者と一緒に生きがいを持ってやっています。

アグリパークにはツシマウラボシシジミの食草、ケヤブハギが見つかっています。雑草でも守らないと、絶滅する恐れがあります。

シカやイノシシもただ獲ればよいというものではありません。私たちは命をいただくという覚悟が必要だと思います。鯉節ならぬ鹿節をつくることも計画中です。



ツシマウラボシシジミ



ケヤブハギ

6. “Future Island TSUSHIMA”

対馬には過去と未来をつなげていく役割があると思います。そのためには高速ネットワーク、NTTドコモも4Gから5Gに整備を進めていますが、将来は遠隔診断や遠隔診療、遠隔手術までできるようになります。むしろ人材が少ないことを逆手に取れるかもしれません。さらに介護ロボットなどの実証実験も進むと考えます。

対馬は線路がないので踏切がない。しかも信号機も少ないということを考えると、自動運転の実証実験も可能性があります。自動運転のデマンドバスのようなものが意外に早く実現するのではないかと考えています。そうすると当然、島内完結型、循環型といったエネルギーシステムも必要になってくるでしょう。

対馬の三つの柱の一つ目は、生きがいづくりです。そのためには、島の誇りを持つことが大切です。二つ目は教育です。IPE（Inter Professional Education：専門職間の連携）ではなく、TPE（Trance Professional Education：住民やさまざまな職種と一緒に町をつくること）とESDが重要です。三つ目は誠信の交わりです。島内、島外、国外を含め、さまざまな知識を集めて町づくりに取り組む必要があると思います。

皆さんも東京の雑踏を離れ、対馬で哲学をしてみたいかがでしょうか。100年後の対馬のために、皆さんと一緒に“Future Island TSUSHIMA”を実現したい。そのためには、皆さんの知恵と力、つまり気付き・分析・発想・多彩な発信力がぜひ必要です。対馬はこれからもたくさんの方のご協力を得ながら頑張っていきたいと思っています。