

【活動のきっかけ・背景】

「病気になったら、遠くの病院や施設に行くしかない」—そんな「当たり前」が根づく村の現状に、私たちは強い問題意識を抱きました。

私たちはこれまで、訪問看護ステーション数が全国最多を誇る大阪府を拠点に、「心身が不調でも安心して暮らせる街を創る」ことをパーパスに掲げ、日々訪問看護事業の運営に奔走してきました。

その中で出会ったのが、三重県伊賀市の山間部「大山田地域」。高齢化率は67・6%（上阿波エリア）というこの地域は、過疎法に基づく一部過疎地域にも指定されています。体調を崩すと住み慣れた場所を離れ、遠くの病院や施設に入らざるを得ない。そんな現実がこの地域にはありました。

私たちはこの地域課題に向き合うため、「いなかんごプロジェクト」を立ち上げました。

プロジェクトの理念は—「訪問看護で、のどかな田舎の暮らしを護る」

誰もが安心して、最期まで「住み慣れた地域」で暮らせる仕組みづくりに挑んでいます。

【メンバーの想い】

プロジェクトの中心メンバーは、大阪で訪問看護の運営に携わる私・横山瞳と、SNSでの発信をきっかけに理念に共感し加わった、地元出身の看護師・林莉穂、井ノ岡美玖です。

長年三重で病院勤務をしてきた林はこう語ります。「体に不調があるけど、言えば入院になるから黙って耐えている。そんな声を聞きました。そうした皆さんの不安に寄り添い、愛する場所で暮らし続けた

まちむら発見①

訪問看護で、のどかな田舎の暮らしを護る

大阪府大阪市・三重県伊賀市

なな一る訪問看護ステーション いなかんごプロジェクト

いという想いを支えたいんです」

また、井ノ岡はこう話します。

「地域の皆さんに温かく育ててもらいました。看護師という資格を通じて、今度は私が恩返ししたいと思っています」

3人の想いが重なり、看護師計4名で村の未来を見据えた活動が始まりました。

【活動内容】

プロジェクト開始当初は、「訪問看護って何？」「看護師が来て何してくれるの？」といった声が多く、ケアマネジャーや民生委員の中にも、医療資源の使い方がわからず戸惑う方がたくさんいました。

そこで私たちはまず、「訪問看護師」ではなく、「身近な相談相手」になることを目指しました。地域包括ケアへの理解を広げるための活動も、少しずつ形になってきています。

●認知症カフェ「なな一るカフェ」

毎月1回、地域の方向けに介護予防のレクリエーションや認知症予防の頭の体操を実施。初めは看護師2名で始めた小さな取り組みでしたが、現在は地域住民によるボランティアも参加し、社会参加や貢献の場としても定着しています。また、行政職員の方々も参加して健康促進の場として活用されています。

●村の保健室

血圧測定や健康相談など、看護師と気軽に話せる場を提供。最初はお店の一角を借りての開催でしたが、口コミで評判が広がり、今では住民の方から地域の祭りなどでも出張開催の依頼をいただくように

なりました。

●ケアマネ・民生委員向け勉強会

訪問看護の具体事例等を共有し、地域包括ケアの理解を広げる勉強会を開催。専門職間の連携強化にもつながっています。

【地域の変化・成果】

活動を始めて半年ほどが経った頃、地域の空気に少しずつ変化が見えはじめました。

地域活動とともに、遠方の医師の協力を得て、地域で初めての在宅看取りを実現。

「家で最期まで暮らせる」という選択肢が、地域に根づくひとつのきっかけとなりました。

今では「なな一るさんに相談すれば大丈夫」という安心感が広まり、ケアマネや民生委員からも「この人あんならなんとかできるよね」と頼られる場面が増えてきました。

少しずつ、私たちは地域包括ケアの“ハブ”として機能しはじめています。

村全体の“暮らしたい”を支える仕組みをつくる—そんな挑戦をこれからも続けます。

【今後の展望】

これまで地域での活動が続ける中で、私たちはあの課題に気づきました。

それは、「もしもの時に自分が受けたい医療やケア、最期を過ごしたい場所について話し合う機会がほとんどない」という現実です。その結果、本人の意思が十分に反映されないまま、病院中心の看取りや治療の選択につながってしまうケースも少なくありません。



認知症カフェ「なな一るカフェ」の開催



訪問看護で地域の皆さんに寄り添う

私たちは、安心して暮らし続けられる地域をつくるためには、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）の普及が必要だと考えるようになりました。

ACPとは、将来のもしもの時に備え、自分が受けたい医療やケア、最期を過ごしたい場所について、元氣なうちから家族や支援者と話し合う取り組みです。

そこでボランティア団体を立ち上げACP普及プロジェクトをスタートしています。自治会や住民自治協議会、民生委員、地域包括支援センター、住民の皆さんと連携しながら、地域ぐるみでACPを考え、地域に根差すことを目指すプロジェクトです。

この取り組みを通じて、まずはACPの認知向上を図り、将来的には「地域で看取る」という選択肢についても自然に語り合える風土を育んでいきたいと考えています。

【おわりに】

「大山田で暮らしたい人は、大山田で最期を迎えられる」—そんな当たり前を取り戻すために。

いなかんごプロジェクトは、これからも一歩ずつ、地域の未来を見据えながら進んでいきます。

（参考サイト）

・メディア（いなかんごプロジェクト）—なな一る訪問看護ステーション

・なな一る訪問看護／いなかんご／伊賀市訪問看護プロジェクト(@inakakango)・Instagram写真と動画

（なな一る訪問看護ステーション

いなかんごプロジェクト 横山 瞳）