ふとした会話の中にこぼれる「昔、編み物を教えてたんだけどね…」という“つぶやき”。それは、明確な「やってみたい」という言葉になっていなくても、その方の奥にある想いや願いのかけらです。そういった言葉にならない想いを丁寧に拾い上げ、「今度、みんなに教えてもらえませんか？」と投げかけてみる。すると、その方が生き生きと講師役を務めてくださり、その姿を見た別の方が「私も手伝うわ」と声をかける。参加者自身が主役となって役割を持つことで、その方がさらに輝きを増していく（エンパワーメント）。この「共創」のプロセスは、日々の診療で患者さんのストレングスを見出し、引き出す際にも通じる、重要な視点だと感じています。

活動がもたらす相互作用と、これからの地域包括ケア

この活動は、参加してくださる地域住民の方々はもちろん、関わっている私たち医療者自身にも、大きな恩恵をもたらしています。普段の臨床現場での役割を超えたフラットな関係性の中で、私たちは専門職としての固定観念や思い込みから自由になる「アンラーニング（学びほぐし）」の機会を得ています。参加者の皆さんから教わる生活の知恵や人生経験は、私たちの視野を広げ、人間としての深みを与えてくれます。

そして何より、参加者の皆さんの笑顔や「ここに来るのが楽しみ」という言葉に直接触れることが、私たち自身のバーンアウトを防ぎ、明日への活力となっていることは間違いありません。ケアする側／される側という二項対立を超え、誰もがケアの担い手にも受け手にもなり得る「温かい相互作用」。この循環こそが、関わるすべての人をエンパワーメントする源泉なのだと実感しています。

国が推進する「地域包括ケアシステム」は、ともすれば制度や多職種連携の仕組みづくりといった側面ばかりが強調されがちです。しかし、その本質は、人々が住み慣れた地域で、自分らしく安心して暮らし続けるための、血の通った支え合いの文化をいかに醸成していくか、という点にあるはずです。私たちの「はこだて暮らしの保健室」のような、ささやかで、非効率で、けれども温かい「居場所」という名の「土壌」を地域の中に無数に耕していくこと。それこそが、制度の網の目からこぼれ落ちる人々を支え、理念としての地域包括ケアを、リアルなものとして地域に根付かせるための一つの確かなモデルになり得るのではないかと、私たちは信じています。

おわりに

長くなりましたが、私たちの函館でのささやかな実践についてご紹介させていただきました。日々の多忙な診療の傍らで、地域との新しい関わり方を模索することは、決して容易なことではないかもしれません。しかし、診療室から一歩踏み出すことで見えてくる景色は、必ずや私たちの臨床をより豊かにし、医療者としての新たな喜びを発見するきっかけを与えてくれるはずです。本稿が、先生方の明日からの実践の、何かしらのヒントとなれば幸いです。最後までお読みいただき、誠にありがとうございました。

感染症関連情報

感染症に関する情報につきましては、北海道医師会ホームページ「医師の皆様へ－感染症情報」に掲載しています。

ＵＲＬ：http://www.hokkaido.med.or.jp/doctor/infection.html