

設立から1年間の活動

Activity report



公益財団法人

医療文化経済グローバル研究所

Glocal Institute of Medicine, Culture and Economy

法人のご案内



健康加齢（ヘルシーエイジング）を促進し 幸福（ウェルビーイング）を享受できる共生社会の創造に向けて

（公財）医療文化経済グローバル研究所は、医療、文化・芸術、経済分野の連携により、健康加齢を促進し、市民の幸福度の向上に向けた調査・研究・提言・支援等の取組を行い、市民が幸福に暮らしていける持続可能な地域共生社会の創造に寄与することを目的に市が設立した法人です。

医療文化経済グローバル研究所

概念図

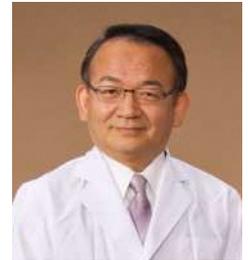


Greeting

ごあいさつ

医療文化経済グローバル研究所創立一周年 — ニューノーマル時代の地域医療文化経済活動と共生 —

医療文化経済グローバル研究所代表理事・研究所所長
京都大学メディカルイノベーションセンター特任教授 / 京都大学名誉教授 中尾 一和



国際的(Global)視点から養父市の地域(Local)医療文化経済活動を提案し挑戦する公益財団法人「医療文化経済グローバル(Glocal)研究所」創立一周年を迎え、共に活動いただいた養父市民の皆さんのご理解とご支援に心から感謝いたします。また、更なる継続した健康加齢への挑戦を提案し、共生社会の充実を共に推進しましょう。

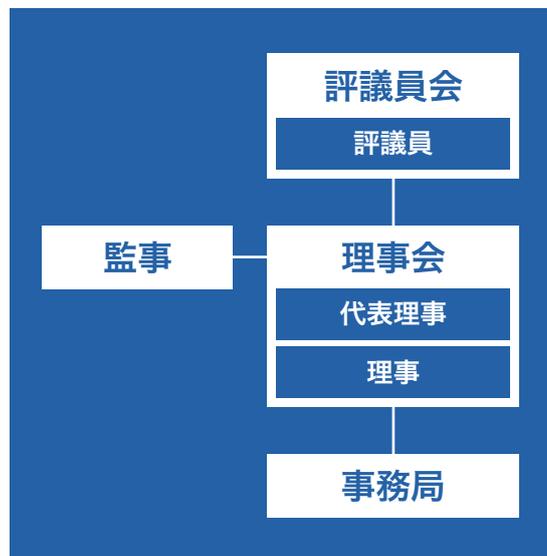
グローバル研究所が最初に提案したプロジェクトは、少子高齢化の進む我国における地域活動で取り組むべき象徴的課題としての「認知症との共生、予防と先進医療の街、養父市」実現プロジェクトです。一昨年12月には、これまで対症療法しかなかった認知症の進行を遅延させるアミロイドβ抗体治療が欧米と我国で承認され、また、認知症の発症を促進する14種のリスクファクター(危険因子)が明らかになりました。これまで不治の病として恐れられ、社会的負担にもなっていた認知症の予防と先進治療が、飛躍的進歩のスタートを切る節目の時代を迎えることになったのです。同時に養父市の基幹病院である公立八鹿病院院長に、当研究所の主任研究員でもある西村正樹滋賀医科大学名誉教授(養父市出身)が就任されました。西村先生は、我国の認知症成因研究の第一人者の一人に数えられる臨床医学者(Physician-Scientist)です。更に、社会的処方(処方箋)の我国の指導者のお一人の京都大学社会医学系教授の近藤尚己先生にも主任研究員にご就任いただき、西村先生の指導される認知症に対する医学的処方と近藤先生の指導される社会的処方の両輪が揃い、更には認知症のリスクファクターが集積する生活習慣病領域(肥満、高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、運動不足、過剰飲酒など)の臨床医学者である中尾が連携する医療文化経済グローバル研究所の医療医学部門は、我国でも稀な調査研究体制が実現しました。更に兵庫県立芸術文化観光専門職大学から藤野一夫副学長と古賀弥生教授の主任研究員就任を得て、文化芸術面での提案や活動も充実してきました。藤野先生にはドイツの研究者との長年の交流の下に我国の少子高齢化モデルとも解釈できるドイツにおける地域医療文化経済活動を参考に提案や活動をいただいています。地域経済部門には地域経済の権威の公益財団法人都市化研究公室理事長の光多長温先生も主任研究員として参加いただきました。昨年12月に退任されましたが、今後もアドバイスをいただけると考えています。

今後、先進的・指導的活動を続けている養父市関係者や養父市の本研究所活動の理解者に主任研究員や研究員にご就任いただき、定例会議による議論やそれを踏まえての養父市への提案、市民公開講座「養」(地域医療文化芸術経済活動紹介と教育講演)、中学一年生を対象とした中学生講座「養」(「郷里の先輩と夢を語る」などのテーマ)を更に充実させたいと考えています。

医療文化経済グローバル研究所創立一周年に際し、「我国で認知症の最も少ない街、そして認知症との共生が進んだ街、養父市」を目指して、養父市民の皆さんと一緒にニューノーマル時代の地域医療文化経済活動の充実にも挑戦しましょう。

体制

組織図

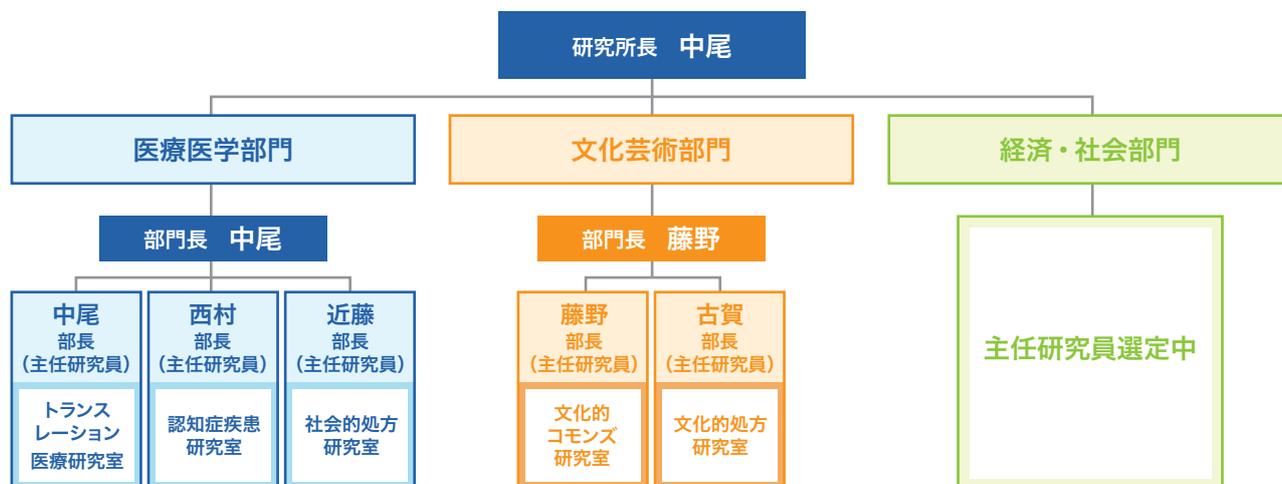


理事 / 評議員 ※ 令和7年3月1日現在

代表理事	中尾 一和	京都大学大学院医学研究科 メディカルイノベーションセンター特任教授
理事	近藤 尚己	京都大学大学院医学研究科 社会健康医学系専攻社会疫学分野教授
理事	竹安 栄子	京都女子大学学長
理事	西村 正樹	公立八鹿病院院長
理事	藤野 一夫	芸術文化観光専門職大学副学長
理事	米田 規子	養父市教育長
業務執行理事	世登 英明	養父市健康福祉部長
評議員	永井 良三	自治医科大学学長
評議員	平田 オリザ	芸術文化観光専門職大学学長
評議員	川崎 博也	株式会社神戸製鋼所特任顧問
評議員	清原 桂子	前神戸学院大学現代社会学部教授
評議員	枚田 一広	養父市医師会理事 (前養父市医師会長)
評議員	宮本 厚子	養父市社会福祉協議会会長
評議員	木戸 朝子	前養父市教育委員

研究組織 ※ 令和7年3月1日現在

医療文化経済グローバル研究所 研究部門組織図



History

経過と沿革

- 令和4年 4月～9月 コアメンバー等による勉強会を開催
- 令和5年 3月～7月 市が、(仮称) 養父医学研究所設立準備検討委員会を設置・協議
- 令和5年 12月 23日 設立総会
- 令和6年 1月 16日 法人成立
- 令和6年 11月 14日 公益認定 (令和6年 11月 21日 公益認定書到達)

※ 公益認定を受け、活動に賛同し寄附した法人や個人が税金の優遇を受けられるようになりました。

取り組み一覧

市民講座

研究所理事・主任研究員と市民の皆さんとが直接、交流できる機会をつくることをひとつの目的とし、「健康」や「幸福」に関する市民講座「養（よう）」を市内各地で定期的に開催しました。

その他

※ 内容は、15 ページを参照

- 国際セミナー
- 認知症ワークショップ
- 認知症医療に関する意見交換会
- ポジティブヘルスミニ勉強会
- 学校訪問
(講座「先輩と考える私たちの未来について」)

設立記念講演会

講演概要 1 文化芸術

文化による社会包摂 平田 オリザ (芸術文化観光専門職大学学長)

社会における芸術の役割は、芸術そのものの役割、コミュニティ形成や維持のための役割、そして、直接社会の役に立つ社会包摂としての役割がある。

昔は、床屋や銭湯、駄菓子屋など人々が集まる場所があり、近所の大人が子供を見守っているという無意識のセーフティネットがあった。しかし、現代の子どもたちの居場所は閉塞化し、若者が孤立しやすい社会となっている。大人にとっても子どもにとっても重層性のない社会は息苦しく生きにくい社会であり、現代社会に合わせた新しい広場とそこで人々がつながる仕組みを作らなければならない。その新しい広場は、ただ居場所というだけでなく、そこに自分の出番があるということ、社会から必要とされているという自己有用感が得られる場であるということが大切であり、居場所と出番の場として、劇場や美術館、図書館などの公共文化施設が担う役割は大きい。「誰もが誰もを知っている」強固な共同体から、「誰かが誰かを知っている」緩やかなネットワーク社会へ変えていく必要がある。

地縁血縁型社会で宗教も弱い日本は、先進国の中でも最も孤立しやすい社会である。人間を一旦孤立させてしまうと社会のリスクやコストが増大する。だから、例えば、失業した人でも土日は子どもたちにサッカーを教える場があるなど、どこかでつながりが切れたとしてもどこかで誰かとつながっている社会が必要なのである。そこでは、芸術も重要となる。芸術は普段出会わない人々の出会いの場であり、孤立しがちな人間を文化活動などにより社会にもう一度包摂していくことができる。

私たちは考え方を変えていかなければならない。「失業した方にこそ、演劇や音楽が届く社会」「困難な世帯にこそ、芸術が届く社会」「子育て世代が、普通に文化を享受できる社会」そのような

令和6年3月2日(土)、一般財団法人医療文化経済グローバル研究所設立記念講演会をやぶ市民交流広場 YBファブで開催しました。

約450名にご参加いただき、研究所設立の目的や活動内容について知っていただく機会となったほか、専門分野が異なる3名の講師による講演を通じて、「人と人がつながり、健康で幸福を感じることができるまち・養父市」をどのように作っていくかについて、市民の皆さんと一緒に考えるきっかけとなりました。

社会は、皆が豊かになれる。そして、皆が自分の人生を楽しむ社会を作っていくことが、安定した健康な長寿社会を作っていくことにつながるのである。



講演概要 2 経済・社会

養父から広げるゆたかな社会 ～ 社会的共通資本の視点から ～

占部 まり (宇沢国際学館代表取締役)

ゆたかな社会には、水・空気・食料、道路・電気・水道、教育・医療・金融など社会的共通資本が必要である。そもそも経済は人間の心があって初めて動き出すものであり、人が誰しも必要とする社会的共通資本がその起点となるということが経済学者宇沢弘文の考え方である。そこではお金の換算されない、換算できないものの価値が重要となる。

ゆたかな社会とは、幸福で、安定的な家庭を営み、できるだけ多様な社会的接触をもち、文化的水準の高い一生を送ることができるような社会のことだが、そのような価格がつかないものは経済学では軽視されがちである。しかし、それは非常に大切なものであり、地方都市の生活保護費が少なく済んでいるのはお金以外の豊富な資源で生活に困りにくいという分析もある。例えば、

教育は、格差に左右されず、子供たちが多様な人々と出会いその能力を生かせる場所を提供することが重要であり、医療は、何かあったときに病院にかかれる安心感が重要で、需要で病院をカットするという考え方は危険である。

また、社会保障制度を維持する観点から、社会的処方では繋がっていくことを目標とすることができれば、高齢者の基準を85歳にすることも十分可能だと考える。80歳代の幸せは50歳代の周囲の方との良好な関係が影響することにも留意したい。

「ゆたかさ」とは余剰であり、余剰とは見返りを求めずに与えられるものである。人との繋がりが重要で、誰もが知ってる繋が

りではなく、誰かが知ってる緩やかな繋がりが重要であり、受け入れられる受け入れるという体験ができる緩やかなつながりがある社会づくりが大切となる。若い人が帰ってきたときには温かく受け入れて、若い人が何かしようと思ったときには「よし、頑張れ」と応援し、「何かあったときには自分たちが支えるから」と思ってほしい。それがゆたかな社会へとつながっていく。



講演概要 3

農でアートな「社会的処方」のススメ

健康

～これであなかも『やぶ医者』に！～

近藤 尚己 (研究所理事・医療医学部門主任研究員 / 京都大学大学院医学研究科社会健康医学系専攻社会疫学分野主任教授)

誰も取り残さずに、みんなで健康に暮らしていくにはどうすればよいか。それには、「社会的処方」がとても役に立つ。健康には、所得や学歴など様々な社会的な要因があり、健康に暮らすためにはその人を取り巻く社会的環境を整える必要がある。特に、人とのつながり、社会とのつながり、社会への参加は、人が生きるという意味で本質的に大切なものであり、地域活動へ参加していることや地域で自分の役割があるかどうかは健康長寿に強く関連している。人間にとって「つながり」は資本であり、つながり資本がないと人は生きていけないのである。

その「つながり」を処方する仕組みを「社会的処方」という。そして、つながりをコーディネートする人をリンクワーカーと呼ぶ。リンクワーカーは、専門職だけでなく誰でもなることができる。孤立している人の話を聞き、その人が抱える社会的な課題に対して、心地よいつながりや自分らしくいられる場を一緒に考え、地域につなげていく。病院は、医療では治療できない孤立・孤独を放置せず、リンクワーカーにつなげ、地域につなげ、未永く伴走する。それが社会的処方だ。様々なつながりの場をみんなで育て、そのような場が地域にたくさんでき、自分らしく生きられる場を育てる

ことが豊かな人生を送れるかどうかにつながっている。そして、ここでは、農業・芸術・文化はとても大切な資本となる。例えば養父市では、おおやBIG LABO「みんなで世界一大きな絵を描こう」やEach and Every「山ワークショップ」など市民が主体となった活動がある。また、社会的処方ポータルサイト「つながる DAY YABU」では様々な集い場やつながりを育てる人々が紹介されている。

人生100年時代。「病気がない」「認知症がない」などのこれまでの健康観から、病気や認知症があっても「自分らしい生き方ができる」「豊かなつながりを持てる」「社会に貢献できる」といった、「能力としての健康観」への転換が必要ではないか。

さまざまなつながりの場を育て、互いに支え合い、社会的処方でも市民一人ひとりがやぶ医者となってみんなで健康で豊かに生きていく、その一歩を養父市からはじめよう。



アトラクション



《 オープニングアトラクション 》

トランペット奏者 西谷 良彦 氏 / 八鹿青溪中学校吹奏楽部

養父市出身のトランペット奏者 西谷 良彦氏 (アマービレフィルハーモニー管弦楽団副楽団長)と養父市立八鹿青溪中学校吹奏楽部の生徒のコラボレーションによる吹奏楽演奏をお聴きいただきました。

紹介



西谷良彦氏プロフィール

ESA音楽学院を経てフランス国立リヨン地方音楽院トランペット科を最優秀の成績で修了。関西トランペット協会常任理事。アマービレフィルハーモニー管弦楽団副楽団長及び演奏統括として在籍。兵庫県養父市出身。

《 ダンスパフォーマンス 》 芸術文化観光専門職大学学生

芸術文化観光専門職大学の学生2人によるダンスパフォーマンスをご覧ください。豊かな表現力で、観客の心に訴えかけるようなパフォーマンスでした。

第2回 市民講座「養(よう)」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

令和6年5月25日(土)、第2回市民講座「養」を関宮ふれあいの郷で開催しました。

約90名にご参加いただき、研究所理事・主任研究員2名が講師として、医療・経済というそれぞれ異なる分野から講演を行いました。

講演概要 1 認知症にどう立ち向かうか

西村 正樹 (研究所理事・医療医学部門主任研究員 / 公立八鹿病院院長、滋賀医科大学名誉教授)

高齢化社会において、認知症の治療や予防を実現することは祈願です。とくに高齢化率が高く、医療リソースが限られる当地域では、認知症対策をどう進めるのかは切実な課題といえます。

認知症の原因で最も多いのはアルツハイマー病ですが、この病気は20~30年もの長い期間をかけて脳内に沈着してくるアミロイドβと呼ばれるタンパク質によって引き起こされることが知られています。しかし、脳アミロイドβを減らす治療法の開発は長らく実を結んでいませんでした。しかしこの数年、アミロイドβに対する抗体が初めての先進的治療薬として臨床の場で処方できることになり、従来の内服薬に比べて進行を遅らせる効果は格段に期

待できるようになってきました。認知症を治すあるいは進行を止めるなど十分に満足な治療効果があるとは未だ言えませんが、大きな一歩であることは間違いありません。合わせて、脳アミロイドβ沈着の診断に欠かせないPET-CT画像検査もようやく当地で実施可能になったことも大きな前進です。

一方で、発症予防に向けた医学的、社会的取り組みも重要性を増しています。これまでの疫学研究から、認知症の危険因子は数多くあることが明らかにされ、そこには喫煙、飲酒、運動不足などの生活習慣や糖尿病、高血圧、難聴、抑うつなど身近な慢性疾患が含まれます。また、近隣コミュニティと疎遠になり、人付き合いも乏しくなる等の社会的孤立が大きな要因になることも明らかにされ、就労や趣味、地域活動への参加が対策として有効であることが強調されてきました。

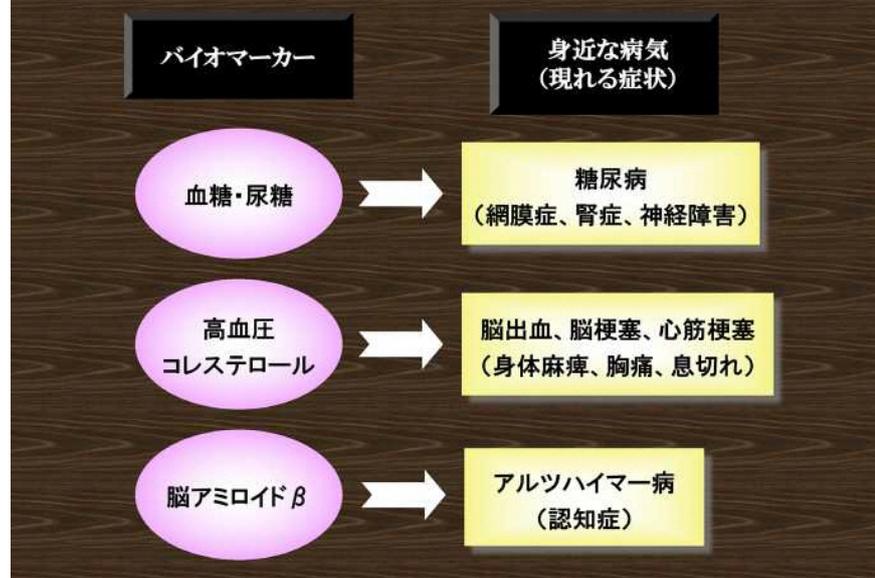
この講演では、アルツハイマー病研究を専門としてきた立場から、市民の皆様には本疾患に対する理解を促すとともに、最先端医療の現状と展望を解説し、危険因子となる社会的要因への

介入の試みを紹介するなど、医学的処方と社会的処方の両面からの認知症対策への取り組みとその有用性について概説しました。



の介入の試みを紹介するなど、医学的処方と社会的処方の両面からの認知症対策への取り組みとその有用性について概説しました。

バイオマーカーを指標に病気を予防することが重要



養生訓+(プラス)

薬の上手な飲み方 — 特に切れた時 —

主治医から処方された薬は、風邪、インフルエンザ、急性胃腸炎などの急性疾患では、短期間の処方で終了します。一方、肥満症、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの慢性疾患は長期間の継続した薬の服用が必要です。日本は、春夏秋冬の四季の変化に富んでおり、食欲や運動量などが影響を受けます。血圧は寒い冬に高くなり、暑い夏は下がる傾向が一般的です。また、心身の安定した状態では、血圧、血糖、体重なども安定しやすく、減薬も可能になります。薬は、内服後に何時間有効かが決まっており、体重、年齢などで変化します。主治医は定期的な外来診療でその変化に合わせて薬を増減しているのです。少ない量で良く効く薬ほど体質に合っていると考えることも可能です。

さて、慢性的に服用している薬が切れてしまい、次の外来まで1-2週間分の薬が足りないが、どうしても受診できない場合どうするか。薬が1-2週間切れると反動が来ることが知られています。降圧剤がなくなると、血圧は跳ね上がり脳出血、心不全などが心配になります。そんな時は、半量ずつ毎日服用してつなぐか、一日置き(隔日)に服用するかで最悪の反動を最小限にできるでしょう。

中尾 一和

光多 長温 (研究所理事・経済社会部門主任研究員 / 公益財団法人都市化研究公室理事長)

1990年代以降、新自由主義経済が一般化し、市場が絶対視され企業利益の最大化が目標とされてきましたが、近年、経済が人間の幸福のためにあるという本来の姿に戻りつつあります。他方、医療も、戦後 WHO で提唱された Well Being 的考え方が近年強くなってきつつあります。この意味で経済と医療とは再び相携えて人間の幸福に向かっていくこととなりつつあります。

健康加齢は、「病気やフレイルがないだけではなく、自らが健康と感じる状態で加齢すること」ですが、日本は世界的にもトップクラスにあります。しかし、国内で見ると、地域間の格差は依然として大きいのが現実であります。この健康加齢地域間格差の原因は、経済、文化、医療、日常生活の一定の要因で相当程度説明できることが立証されます。これから言えることは、生活が安定し、

地域で様々なコミュニケーション活動、特に環境保護活動等の地域活動を行い、良き食生活(特に、乳製品、海藻、果物等)を日常的に行い、お茶文化を愉しみ、喫煙や飲酒もほどほどにすることが健康加齢に効果があると言えます。また、Well Being 生活でもあります。

養父市の健康寿命は、増進しつつあるものの未だに全国平均と比べて高いとは言えないのが現状です。健康加齢増進への取り組みも国内外でいくつか見られますが、まだ緒についたばかりです。当、医療文化経済グローバル研究所は、地域の皆様方の出資によって設立され地域の健康加齢の増進を第一義とする研究所であります。地域の皆さんと一緒に地域の健康加齢の増進にぜひ取り組んでまいりたいと考えます。

7. 養父市の健康寿命は高い？低い？

1. 作業手順

- ①養父市の2016年及び2019年の21データ整備。
- ②近隣の線形回帰式を求め、(養父市も同じビヘイビアを取ると仮定して)その回帰係数から、養父市データにより健康寿命を推定。

2. 養父市の健康寿命の推計

- ①2016年⇒2019年の養父市の健康寿命は、72.51歳⇒72.99歳と推測される。

②2016年⇒2019年で

・増加年数：0.47年 (172.67日)

⇨全国平均

・男性194日

・女性215日

③この要因：

*お酒△7.5%

*お茶+7.8%

*喫煙率△26%

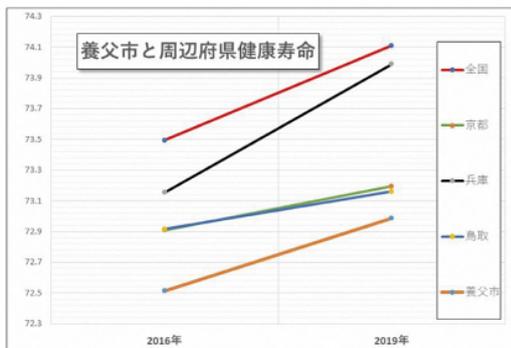
*失業率△0.7%

*教育娯楽支出△14%

*貯蓄△29%

+ 要因

- 要因



アトラクション



フォークソングデュオ 吉田村

吉田村のメンバーによる親しみのある歌をお聴きいただきました。オリジナルソング『やぶからぼうたいそう』(養父市健康体操ソング)では、吉田村の歌に合わせて、会場の皆さんと一緒にやぶからぼう体操を行い盛り上がりました。

紹介

福祉・医療関係の仕事をする傍ら、フォークギターを片手にふるさとを音楽で盛り上げるため、地域密着ミュージシャンとして活動を展開。

第3回 市民講座「養(よう)」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

令和6年7月20日(土)、第3回市民講座「養」をおおやホールで開催しました。約110名にご参加いただき、研究所の主任研究員2名が講師として、文化・医療というそれぞれ異なる分野から講演を行いました。

講演概要 1

つながりを生む文化芸術

～ 認知症、パーキンソン病と演劇・ダンス ～

古賀 弥生 (研究所文化芸術部門主任研究員 / 芸術文化観光専門職大学芸術文化・観光学部長教授)

演劇やダンスなどの文化芸術は、一部の愛好家のためだけのものではありません。人と人とのつながりを生み出し、社会の課題を解決する糸口を見つける作用もあります。

この講演では、講師が約20年間、福岡で取り組んできたアーティストによる高齢者とのワークショップの事例を中心にお話しました。認知症の方との演劇活動では、アーティストが投げかけた言葉から想像力を羽ばたかせ、昔の記憶を蘇らせながら生き生きと語る様子が見られ、ダンスの活動でも車椅子に座ったまま全身で表現する姿が印象的でした。患者本人はこの時のことをすぐに忘れてしまうかもしれませんが、その瞬間のきらめきは大切な生きた証です。また、介護する人がその様子を見ることで介護される人との関係性が変わっていきます。

福岡でのパーキンソン病患者のダンス活動では、不自由な身体でものびのびと踊り、仲間との交流を心から楽しむ場が形成されていました。高齢化が進む但馬地域では約200人のパーキンソン病患者がいますが、患者同士のつながりや早期のリハビリが必ずしもできていないなどの課題があるといわれています。そこで、福岡で展開していたダンス活動を「豊岡でパーキンソン病と暮らす方の交流会」として開始しました。豊岡健康福祉事務所、当地で活動する一般社団法人ダンストークとの連携により、継続的なダンスと交流の場を社会資源として根付かせる試みです。

紹介した事例のような文化芸術が高齢者にもたらすものについては、研究成果としてさまざまな形で公表されています。病気そのものの治療に直結しなくても周辺症状の緩和などQOL(生活の質)向上につながるといわれ、身体だけでなく心の健康やコミュニケーション・社会参加の促進、自信・自尊心に働きかける効果があります。

イギリスでは、このような文化芸術の力を社会的処方の一環としてとりいれ、心身の苦痛を抱える人々が地域社会の芸術活動に関わるよう促す取り組みが進められており、これを芸術的処方あるいは文化的処方と呼んでいます。養父でも、さまざまな文化資源を活かして文化的処方に取り組んでまいりましょう。



事業の例

パーキンソン病の方のダンス活動(PDダンス)のサポートと成果検証

(写真出典: Dance for PD Japan HP及びFacebook)



養生訓+(プラス)

認知症予防を目標へ

養父市に令和5年12月に設置が決定し令和6年より活動を開始した「医療文化経済グローバル研究所」の活動目標は、医学的処方に加え社会的処方を駆使しての認知症予防を中核にし、「認知症との共生、認知症の最も少ない街、養父市」を提唱します。

図には我国における年齢階層別の認知症推計有病率を示しています。

FINGARS研究などから認知症の12のリスクファクター(危険因子:RF)が知られていましたが、幼少期、中年期、高齢期におけるRFの改善で、認知症が予防できる可能性が報告されました。2024年には、更に高LDL血漿と視覚障害の2つのRFが追加され、14のRFが解ってきたのです。市民の皆さんが、幼少期から肥満、高血圧、糖尿病、脂質異常症、運動不足、過剰な飲酒、喫煙などに気を付けることによって、認知症を予防できるのです。また、認知症の原因と考えられるアミロイドβに対する抗体治療の有効性が証明され、認知症を予防治療できる時代が始まったのです。

中尾 一和

我国における年齢階層別の認知症推計有病率

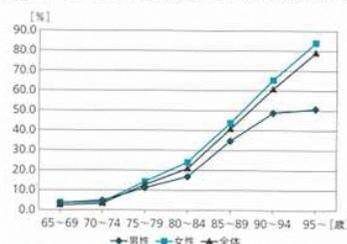


図1 我が国における年齢階層別の認知症推計有病率(2012年)

【厚生労働科学研究費補助金認知症対策総合研究事業、都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応、平成23年度～平成24年度総合研究報告書:2013.】

近藤 尚己 (研究所理事・医療医学部門主任研究員 / 京都大学大学院医学研究科社会健康医学系専攻社会疫学分野主任教授)

コロナ禍の間、多くの人が孤独感にさいなまれ、誰もが人とのつながりの重要性を再認識しました。人とのつながりは、人間が生きてくうえで不可欠なものであり、特に社会の中で生活するためには豊かで心地の良いつながりを保つことが必要です。

つながりはよく生きるための資本であることから、社会関係資本(ソーシャルキャピタル)と呼ばれます。研究によれば、つながりがない、孤立した生活を送ることは、たばこを吸うことに匹敵するほど、命を蝕むことが知られています。

例えば災害時に役立ちます。高齢者20万人を長期間追跡している「日本老年学的評価研究」JAGES(ジェイジス)研究では、ソーシャルキャピタルが豊かな地域に住んでいると、災害時に抑うつ症状になる危険性が下がることがわかりました。

病院や診療所にも、孤独感を抱えた患者さんは日々訪れます。しかし今の医療制度では、患者さんの孤独感などを評価して対応する、ということが明確に制度として推奨されていないため、病院に孤独がちな人が来ても、対応できていない現状があります。本来であれば、医師である、といった専門分野の垣根を越えて、生活の心配もする「おせっかい」をすればいいのですが、今の医療現場は大変忙しく、なかなかその時間がありません。

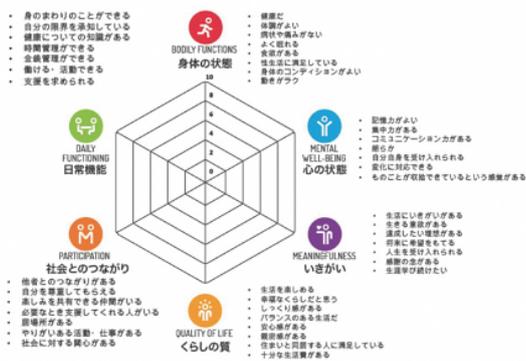
養父市が進めている「社会的処方」は、医療機関と地域の様々な担い手とが連携して、皆がおせっかいをやり合うことで孤独感や生きづらさを抱える市民がいなくなることを目指す取り組みです。そのために、コミュニティナースなど、若い力が活躍しています。また、診療の場でも、身体や心の診断をするだけでなく、生きがいやつながり、といった面も評価しながら診療を進めていくことで、病院に来ると、そこから社会とのつながりが豊かになり、病気が治るだけでなく人生も豊かになる、ということも期待されます。みんなで社会的処方を進めましょう!

これからの「健康観」

- 自立生活ができる
- 自分らしい生き方ができる
- 豊かなつながりがある
- 幸福感を持てる
- 生きがいをもつ
- 社会に貢献できる

オランダで進む「ポジティブ・ヘルス」

健康は「社会的、身体的、感情的な問題に直面したときにも、それに適応して本人主導で対応していけること」
自分を多面的に見つめて、「こうありたい!」という気持ちが芽生え育つ過程を支えていく、新しい健康づくり



アトラクション

ピアノとギターによるインストデュオ あさやなぎ



ジャズのスタンダードからポップス、誰もが知っている童謡や唱歌、また、地元の学校の校歌等が大胆にアレンジされた素敵な演奏をお聴きいただきました。

紹介

養父市出身の勝地哲平氏(ギター)と田中愛子氏(ピアノ)によるインストデュオ。情景の浮かぶ演奏が好評。

第4回 市民講座「養(よう)」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

講演概要 1

“いま”を共に楽しむ認知症ケア ～介護者は俳優になろう～

菅原 直樹 (「老いと演劇」OiBokkeShi 主宰 / 俳優、介護福祉士)

公開ワークショップ形式で参加者の皆さんと共に壇上で演技をしながら、認知症の方とのより良い関わり方について考えました。

認知症の方は、中核症状とされる見当識障害や記憶障害などがあり、ときに私たちから見ると奇妙に思える言動や、小さな失敗が増えていくことがあります。周囲の人々は、その言動を正したり、失敗を指摘したりしがちですが、そうした行為に代わって、受け入れる対応も一つの方法ではないかとお伝えしました。認知症の方にも感情はしっかりと残っており、言動を正されたり、失敗を指摘されたりすると、感情が傷ついてしまう可能性があります。そのため、認知症の方との関わりでは、論理や理屈にこだわるのではなく、感情に寄り添った対応が大切ではないでしょうか。そうすると、私たちの常識からすると誤りと思われることで時には受け入れられず、私たちには見えないものをあたかも見たかのように振る舞う「演技」が重要になってきます。

ワークショップでは、参加者に介護者役と認知症の人役に分かれ、認知症の方の言動を受け入れる対応と否定する対応を体験していただきました。すると、認知症の人役の方は「否定されると意固地になり、ますます主張したくなる。受け入れられると、この人の話も聞いてみようという気になる」と感想を述べました。また、これは認知症に限った話ではなく、誰も自分の言葉を頭ごなしに否定され、相手の価値観を押し付けられると反発してしまうものではないか、という話にもなりました。

介護の現場では、家族間でも「介護する側」と「介護される側」という関係性が固定化されることがあります。介護する側が精神的に余裕を失うと、コミュニケーションがうまくいかず、頭ごなしに相手を否定し、自分の価値観を押し付けてしまうことがあります。ワークショップでは、相手はその時どのような気持ちになるかを疑似体験していただきました。また、このように感情を傷つける関わりが、認知症の方の行動・心理症状(BPSD)と呼ばれる、介護への抵抗や徘徊、暴力行為などを誘発することも説明しました。



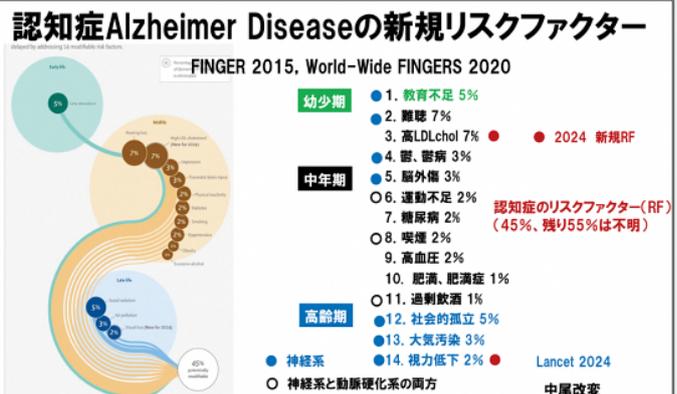
養生訓+(プラス)

認知症と生活習慣病

認知症のリスクファクター(危険因子:RF)は2020年に12因子が報告され、2024年には更に2因子が追加され14因子が解明されました(図)。幼少期、中年期、老年期に分けて掲載されています。一生にわたってRFに注意しなければなりません。

現在までRFの45%が解明されたと考えられています。認知症の原因疾患は約3分の2を占めるアルツハイマー病と約3分の1を占める脳動脈硬化症による血管性認知症が主な疾患ですが、これらについては肥満症、高血圧症、糖尿病、脂質異常症、過剰飲酒、喫煙、運動不足などが共通のRFと言えます。つまり、認知症のRFである生活習慣(病)に日常的に気を付けることによって、認知症は修正可能と言えるのです。認知症は発症の10年以上前から徐々にアミロイドβ(Aβ)が脳にたまる疾患で、その蓄積を日々の生活習慣の修正で軽減できるのです。公立八鹿病院ではAβ蓄積を検査でき、また、新しい治療法も導入されて進歩してきています。

中尾 一和



藤本 直規 (連携型認知症疾患医療センター センター長 / 医療法人藤本クリニック 理事長)

1990年に、滋賀県立成人病センター(現滋賀県立総合病院)に日本初の「もの忘れ外来」を開設した。「痴呆(当時)」という言葉を使わず、「もの忘れ」という症状名を使った外来で、まだ偏見が強く残る時代であったので、受診のしやすさに配慮した外来とした。診断後には、治療薬も介護保険制度もなかったため、作業療法士リハビリテーション、心理士の回想法リハビリテーション、通院ついでに家族会、往診、介護施設への訪問などを行なった。その経験をもとに、1999年にももの忘れクリニックを開設し、受診のしやすさ、往診などのアウトリーチ、診断後の治療の空白期間をなくす、医学的に根拠のある、治療としての認知症ケアの場(精神科デイケア、デイサービス、心理教育など)、臨機応変な家族支援、地域医師会や介護事業所との垣根のない連携などを目指している。

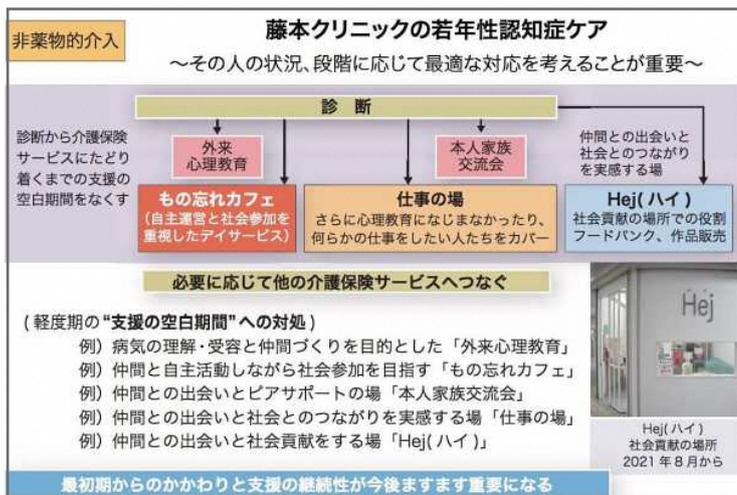
現在、年間約450名の新患者の受診があり、約70%が軽度期の人である。認知症ケアに基づいた5つの非薬物療法の取り組みとしては、「本人・家族心理教育」「本人・家族交流会」「仕事の間」「居場所「Hej(ハイ)」」「若年・軽度認知症自主活動

型デイサービス」もの忘れカフェ」などを行い、支援の空白をなくしている。さらに、本人や家族、支援職などのための相談センターである「もの忘れサポートセンターしが」「若年認知症コールセンター」を滋賀県から委託され、年間約400件の相談を受けている。

また、かかりつけ医が行う多職種連携の会の企画・運営をしており、かかりつけ医と連携して、診断、身体疾患の治療、在宅看取りまで、医療とケアが一体化した支援システムを目指している。行動や心理症状(BPSD)には相談、時間外診察、緊急往診、介護施設への往診で対応している。若年性認知症の受診も多く、職場への企業研修、就労継続支援と退職後の受け皿を提供している。

現在、脳から原因物質であるβアミロイドタンパクという原因物質を取り除く、疾患修飾薬という新たな薬が二つ登場した。(病気を治すものでも、進行を遅らせるものでもないが)また、新たな診断方法(バイオマーカー(生物学的指標))が実臨床で利用されるようになった。今後も、新たな治療薬やバイオマーカーが出現するであろう。しかし、現時点では、認知症ケアをベースにした「非薬物療法」、相談機能、地域での多職種連携の重要性は変わらない。

認知症の医療とケアの新たな時代は、疾患修飾薬と新たなバイオマーカー(生物学的指標)に丁寧に関わりながら、認知症の医療もケアは、Evidence Based(根拠のある)の方法と、Narrative Based(本人の思いに沿う)の方法の共存で、ご本人とご家族と関わる支援する人たちが支え合うことが大事である。いつか、病気が完治する時代くるまでは。



アトラクション

オープニング

キッズダンスサークル えむきっど

メンバーである養父市内の子どもたちによる、ダンスパフォーマンスをご覧いただきました。最近の流行曲にあわせたダンスの披露や童謡にあわせて会場の皆さんと一緒に体を動かすなど楽しい時間となりました。

紹介 養父市内中学生までの子どもたちが集う遊びとダンスのサークル。現在、3歳～中学生までの子どもたち男女35名が在籍し、各地域の祭りなどで活躍する人気ダンスサークル。

チェロ演奏 村上 真璃南 氏

ビバホールチェロコンクール入賞者の村上真璃南さんによるチェロ演奏をお聴きいただきました。惚れ惚れするような演奏と村上さんのあたたかいメッセージに心が癒された時間でした。

紹介 相愛高等学校音楽科3年 特能奨学生。泉の森ジュニアチェロコンクール金賞、日本クラシック音楽コンクールグランプリ、全日本学生音楽コンクール大阪大会1位、全国大会1位、第15回 ビバホールチェロコンクール 第5位入賞、聴衆賞など受賞。



高橋 伸佳 (芸術文化観光専門職大学芸術文化・観光学部准教授)

皆さんは旅に出かけていますか。旅を活用した健康法があることをご存じでしょうか。これは養父市を遠く離れてどこかに行こう、ということではなく市内や但馬内で十分に実現可能な健康法です。ご紹介するヘルスツーリズムとは、「健康・未病・病気の方、また老人・成人から子供まで全ての人々に対し、科学的根拠に基づく健康増進 (EBH: Evidence Based Health) を理念に、旅をきっかけに健康増進・維持・回復・疾病予防に寄与するもの」(日本ヘルスツーリズム振興機構, 2006)と定義されています。

日本では健康長寿の知恵を活かし、様々なヘルスツーリズムが生まれています。典型的な例としては、健康の三要素(運動・栄養・休養)をバランスよく組み入れた体験に加え、自然療法という地域固有の資源を活用した内容が組み込まれたものです。この自然療法には主に温泉療法、森林療法、気候療法、海洋療法などが挙げられます。いずれも天然資源や気候環境を活用し、休養・保養に活かしていくという考え方です。また、参加者が旅先で健

康の大切さや心地よさ、素晴らしさに「気づく」という点もポイントです。この「気づき」によって、日常の行動がより主体的な健康行動に結びつくことが期待できるというものです。これを「行動変容」といいます。非日常での体験と旅先での楽しみの中から人は前向きになることも多く、行動変容の場として適しているともされているのです。

人口減少に加えた超高齢化の到来により、高齢者の社会性の低下が問題になってきました。この社会性とは、「人とのつながり」、「生活の広がり」、「誰かと食事をする」ことが挙げられます。こうした社会性が低下すると口腔機能、精神・心理状態の低下によって栄養状態が低下、さらには身体活動も低下し、結果として虚弱・サルコペニア(加齢による筋肉量の減少、筋力の低下)につながるという研究結果があります。こうした社会性の維持にも貢献できる一つが旅であると考えています。普段は外出や運動することが面倒な方でも、家族や気心知れた仲間との旅であれば

ちょっと出かけてみようかな、という気になりませんか。そのようなきっかけをつくる機能が旅にはあるのです。

養父市は自然資源に恵まれ、豊かな農業地域でもあります。皆さんからすると当たり前の景色であり営みだと思いますが、この特徴を健康増進に活かさない手はないと思います。言い換えれば、養父市は健康になれる資源の宝庫だと言っても過言ではないでしょう。養父市の山や森林を歩き、誰もが農業に触れ



るというライフスタイルをつくりつつ、観光客を養父市に迎え入れ交流することも楽しんでみませんか。

ヘルスツーリズムで求められるもの

ヘルスツーリズムは健康の「無関心期」にある人を楽しみながら「関心期」に向上させる手段に

グループ参加や、旅先での交流でグループ・ダイナミクス効果が期待できる！

ライフスキル (Life Skill)

環境整備 (人的環境、物的環境)

- 自己再評価
- 社会的解放
- コミットメント (目標設定)
- 援助関係
- 自己報酬
- 環境統制
- グループ活動
- ライフイベント

無関心期 → 関心期 → 準備期 → 行動期 → 維持期

自己効力感 (Self-efficacy)、セルフエスティーム (Self-esteem)

出典：日本健康教育士養成機構「新しい健康教育～理論と事例から学ぶ健康増進への道～」保健同人社
大津一葉先生執筆部分より引用改変

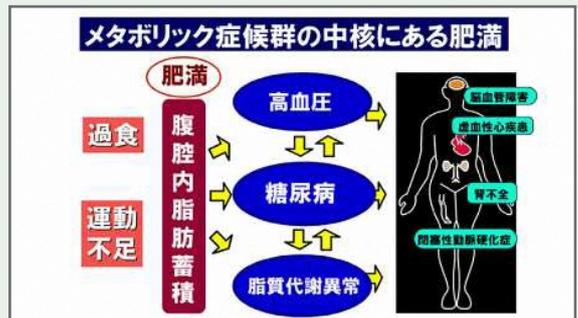
Copyright © 2024 Professional College of Art and Tourism All Rights Reserved

養生訓+(プラス)

メタボ克服で認知症予防へ

古代の飢餓の時代を克服できた人類は、科学技術や経済活動の発展の下に、何でも手にいれ食べられる時代になり、特に欧米型の生活習慣を取り入れたことで、肥満になり、高血圧症・糖尿病・脂質異常症が重なって発病するメタボが21世紀になり増加しています。この病態は全身の動脈硬化を促進し、脳卒中、心筋梗塞などの心血管病の発症につながります。幸運にもそれを免れても、高齢化とともに誰でも脳にアミロイドβが蓄積し、認知症予備軍が増加します。認知症は、75歳以後80歳まで約10%、90歳台では約50%に至ります。女性が男性より発症率が高いことにも留意してください。メタボの克服は認知症の予防にも有効なのです。

中尾 一和



第5回 市民講座「養(よう)」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

令和6年11月30日(土)、第5回市民講座「養」を但馬長寿の郷郷ホールで開催しました。

専門分野が異なる2名の講師を招き、健康づくりに関する講演会を行いました。82名にご参加いただき、皆さんと共に健康増進について考える機会となりました。

講演概要 2

栄養・食生活から考える認知症予防

～ 健康長寿を目指してできることから始めよう ～

中山 玲子 (京都女子大学副学長(学術研究)、地域連携研究センター長、栄養クリニック副クリニック長、名誉教授)

WHOの「認知機能低下および認知症予防のガイドライン2019」(以下ガイドラインと略します)が推奨する対策12項目の中に、栄養的介入、体重管理、高血圧、糖尿病、脂質異常症の管理など、栄養・食生活に関するものが多く挙げられています。適正体重を維持することは上記の生活習慣病の予防にもつながり、性、年齢、身体活動レベルに応じた、適切なエネルギーを摂取し、栄養バランスの良い食事を摂り、適度に運動をすることが大切です。

認知症予防にもなる健康な食事として、地中海食は、ギリシャ、南イタリア地方の食文化で、野菜・豆類・果物・全粒穀物などの植物性食品と、新鮮な魚介類、オリーブオイルなどが特徴で、心血管疾患、がん、パーキンソン病、アルツハイマー病のリスクが低いことが明らかになっています。同ガイドラインでは、「地中海食は、認知機能正常または軽度認知障害の成人に対して、認知機能低下や認知症のリスクを低減するために推奨してもよい」とあります。

DASH食(米国立保健研究所などが開発した、高血圧患者のための食事療法)や、MIND食(地中海食とDASH食に加えて、神経変性抑制のための脳の健康に特化した食事)も報告がありますが、同ガイドラインの厚生労働省の邦訳検討委員会は、「食文化が大きく異なるわが国では、日常、地中海食、DASH食、MIND食を摂ることは難しく、主食(お米)に偏らず、主菜・副菜をしっかり摂ってバランスの良い食事(和食)を心がけることが、アルツハイマー病や血管性認知症の発症リスクを低減することが示されている」と、コメントしています。九州大学の久山町研究では、大豆・大豆製品、緑黄色野菜、淡色野菜、海藻類、牛乳・乳製品を積極的に摂り、お米、お酒を控えた食事ほど、認知症のリスクが低減されるという調査結果を示しています。

以上より、皆様も日常の中で、お米を控え、野菜を積極的に摂ったバランスの良い食事や多様な食品を摂り、減塩に努めるなど、健康長寿を目指してできることから始めましょう。

認知症予防に良い健康的な食事

・地中海食

野菜・豆類・果物・全粒穀物などの植物性食品と、新鮮な魚介類、オリーブオイルなど

・DASH食(ダッシュ食)・・・高血圧の予防・改善

減塩しながら、脂肪分の少ない肉や魚、全粒穀類(玄米や全粒パンなど)、野菜・ナッツ・豆類などを積極的に摂り、カリウム、カルシウム、マグネシウム、食物繊維などを十分に摂る

・MIND食(マインド食)

地中海食とDASH食に加えて、過去の研究から脳の保護に特化した食事

・和食

主食・主菜・副菜が揃った栄養バランスの良い食事



アトラクション

ダンスパフォーマンス 心舞 -shinbu

芸術文化観光専門職大学の学生6人によるダンスパフォーマンスをご覧いただきました。軽快な音楽に合わせたダンスで、観客も楽しい気持ちになれるパフォーマンスでした。

紹介

芸術文化観光専門職大学の学生によるダンス団体。コンテンポラリーダンスを中心とした様々なダンスを踊り、観る人の心を舞い踊らせることを目指して活動。



講演概要 1 人と社会をつなぐ文化の役割 ～ まちにアートが必要なわけ ～

藤野 一夫 (研究所理事・文化芸術部門主任研究員 / 芸術文化観光専門職大学副学長、神戸大学名誉教授)

少子高齢化に歯止めのかからない現代日本の地域社会において、誰もが健康で幸福な人生を享受できる仕組みを社会実装したい。「ウェルビーイング」とは心身の健康が維持されるだけでなく、社会生活の面においても満たされた状態を意味します。コミュニティの中で孤立することなく他者と良好な関係をつくり、自分の居場所や役割を持つことで自己肯定感を高めることのできる「社会的処方」と、それを担う「リンクワーカー」が注目されています。アートマネジメントの分野でも「文化的コモンズ」(文化的交流の共有地、入会地)の形成の担い手であるコーディネーターの役割が重要です。

本講話では、まず養父市の各地域に固有の有形・無形の文化

資源、文化施設、文化活動を手がかりに「まちにアートが必要なわけ」を、「文化的コモンズ」の形成に注目して考えました。30年以上の歴史をもち国際的にも知られた「ビバホールチェロコンクール」、大屋の「木彫フォークアート」によるまちづくり、「せきのみや子ども歌舞伎」、そしてYBファブでは「文化芸術事業は社会的処方推進の一環である」という意識をもって「出会い・交流から社会的処方へ」の取組を進めています。また、養父市内4つの公民館に登録されている市民・文化活動団体の会員総数は7,800人余り。22,000人の市民のうち三人に一人以上が参加していることになります。数字上ですが、全国的に見ても高い比率だと思います。

社会的処方の分野で「リンクワーカー」と呼ばれている、医療者とコミュニティグループとのつなぎ手を、アートマネジメントの分野では「コーディネーター」と呼んでいます。アートコーディネーターが市民とともに、伝統芸能やお祭り、文化団体やアートNPO、学校や福祉施設など、様々な分野の担い手と手をむすび、「文化的コモンズ」の形成を牽引することが大切です。その意味で、地域の文化施設は、文化的なつながりを求めて人々が集まり、「地域の記憶と共感の装置」として機能する文化拠点を目指すべきです。とりわけ地方都市では、医療・福祉施設との連携が強く求められています。

そのためには、従来の仲良しクラブの境界を超えて、文化・芸術活動を通じて、様々な分野や、自分(たち)とは異なる他者をつなぐコーディネーターの存在が不可欠です。リンクワーカーとコーディネーターが表裏一体の関係となって活躍できれば、社会的処方の普及面でも、文化的コモンズの形成面でも、画期的な相乗効果が生まれるはず。医療文化経済グローバル研究所を設立した養父市は、文化芸術振興と地域包括ケアとを融合して地域課題を解決しうる、全国でも先端的なモデルを確立できるのです。



養生訓+(プラス)

健康に配慮した飲酒ガイドライン：0g<の意味は？

飲酒は、神事や仏事でも使用され、「酒は百薬の長」(漢書)と考えられてきましたが、鎌倉時代の末期には、吉田兼好は「酒は百薬の長と言えども、万病のもと」(徒然草)と見抜いています。生活習慣の観察の得意な兼好にとっては、過剰飲酒の害を見抜くことは難しくなかったと思われます。

肝臓のアルコールの代謝酵素であるアルデヒドデヒドロゲナーゼ2の遺伝子変異は、アルコール代謝を遅らせ酔いを強めることが知られています。つまり、2つの遺伝子の一方が突然変異を起こしたヘテロ体質は、飲酒はできるのですが、顔が赤くなり酒には弱いのです。両方の遺伝子が突然変異の人は飲酒ができません。一般的にヨーロッパやアフリカの人たちには突然変異は認められず、東アジアに突然変異が多いことは知られており、日本人44%、中国人41%、韓国人28%に突然変異があり、民族の起源に関係しているのです。

日本国民の、そして個人の体質を理解した上での飲酒が勧められます。等量の飲酒では女性の血中アルコール濃度の上昇が大きいことが解っています。表にある0g<は、少ないほど良いという意味です。

中尾 一和

疾病と男女の許容飲酒量

(表1) 我が国における疾病別の発症リスクと飲酒量(純アルコール量) (※参考)

疾病名	飲酒量(純アルコール量(g))	
	男性	女性
1 脳卒中(出血性)	150g/週 (20g/日)	● 0g<
2 脳卒中(脳梗塞)	300g/週 (40g/日)	75g/週 (11g/日)
3 虚血性心疾患・心筋梗塞	※	※
4 高血圧	● 0g<	● 0g<
5 胃がん	● 0g<	150g/週 (20g/日)
6 肺がん(喫煙者)	300g/週 (40g/日)	データなし
7 肺がん(非喫煙者)	関連なし	データなし
8 大腸がん	150g/週 (20g/日)	150g/週 (20g/日)
9 食道がん	● 0g<	データなし
10 肝がん	450g/週 (60g/日)	150g/週 (20g/日)
11 前立腺がん(進行がん)	150g/週 (20g/日)	データなし
12 乳がん	データなし	100g/週 (14g/日)

男女差の存在に注意。血中濃度の上昇に性差がある。

第6回 市民講座「養(よう)」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

令和7年1月25日(土)、第6回市民講座「養」を関宮ふれあいの郷で開催し、専門分野の異なる2名の講師が講演会を行いました。

96名にご参加いただき、文化・芸術、そして医療の面から健康づくりについて考える機会となりました。

講演概要 2

「難聴」の仕組みとその治療・対応

～「聞こえること」が認知症予防に大きな効果が～

正垣 一博 (正垣耳鼻咽喉科クリニック院長 / 養父市医師会長)

認知症の対策可能な危険因子の中で、最も影響力が大きいものが難聴です。難聴を対策することで、認知症を予防したり進行を遅らせることができる可能性があります。

難聴の原因には、遺伝、病気、加齢などがありますが、対策可能なものに騒音暴露、喫煙、糖尿病などがあります。日本人の難聴の傾向として、以前より8000Hzの聴力が改善しており、喫煙率低下や生活習慣病改善の影響が考えられます。逆に40歳代以下で4000Hzの聴力低下がみられます。スマートフォン等による強大音の持続的暴露の関与が疑われ、若年層での聴覚保護が必要です。

難聴を放置すると、コミュニケーション低下などが社会的孤立の要因となり、うつや不安の増大、認知機能低下のリスクが高まります。難聴が認知症を引き起こすメカニズムの一つとしてカスケード仮説があります。難聴によるコミュニケーション障害から認知機能低下に至る経路と、難聴による音声刺激減少から認知機能低下に至る経路の2経路があり、これらが直接的、間接的に連なって段階的に認知機能低下につながるという説です。難聴を放置しないことが認知症対策に非常に重要です。

治る可能性のある主な難聴には、各種中耳炎、突発性難聴、耳垢栓塞などがあります。突発性難聴は時間がたつと治らない可能性が高くなるため、早期治療が必要です。

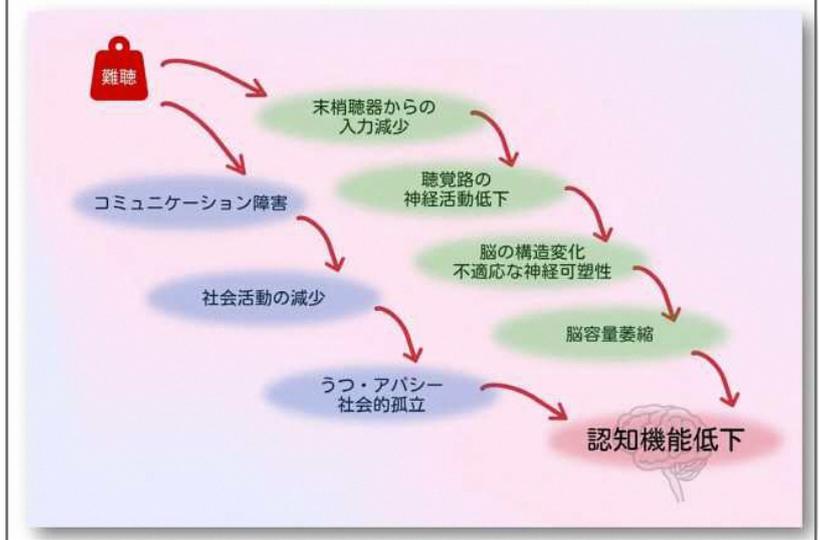
予防可能な難聴には、騒音性難聴、ヘッドホン・イヤホン難聴、加齢性難聴などがあります。騒音性難聴では耳栓の装用、ヘッドホン・イヤホン難聴では強大音や1時間間以上の連用を控える、加齢性難聴では騒音暴露を避け、生活習慣病の管理、禁煙などに予防効果があります。

固定した難聴の対策としては、補聴器が最も有用です。耳掛け型・耳穴型・ポケット型の3種類があり、難聴の程度、用途により選ぶことができます。購入にあたり要件に該当すれば身体障害や高齢者補聴器購入費助成事業による助成を受けられます。

難聴を早めに治療・予防・対策することにより、認知症を予防しましょう。



難聴と認知症：カスケード仮説



アトラクション

フォークソング演奏 サークル・ポッポ



サークル・ポッポのメンバーによる『上を向いて歩こう』『しあわせなら手をたたこう』などの演奏に合わせて、会場の皆さんと一緒に歌ったり、体を動かしたり楽しいひとときとなりました。

紹介 還暦を超えた男性3人、女性2人のメンバーで懐かしいフォークソングを楽しく歌って活動。

その他取り組み一覧

■ 国際セミナー ～ドイツの実情から日本の未来を考える～

令和6年10月28日(月) 養父市老人福祉センターで、ザクセン文化基盤研究所マティアス・フォークト教授を招き、「看護学における異文化間ボランティアイヤー～労働移民への文化を取り入れた看護職業研修に向けて～」をテーマに国際セミナーを開催しました。

当日は、医療・介護分野の人材確保を重要課題として認識する関係者(市、公立八鹿病院組合、社会福祉法人)、文化政策、移住定住を所管する市職員、研究所主任研究員など26名が参加し、看護職・介護職の人材確保や異文化共生について考えました。

人口減少が進展する地方においては、看護職・介護職などのケア人材の確保は大きな課題となっており、今後ますます深刻化する問題です。看護や介護分野の人材確保をどうするのか。同じ課題を抱えるドイツではどのようなことが取り組まれようとしているのか。その際、アートはどのような貢献をなすことができるのか。ドイツの取組から、当地域における看護・介護人材の確保・育成について学び考える機会となりました。



■ 認知症ワークショップ

令和6年9月14日(土) 養父公民館で、第4回市民講座と併せて、認知症との共生ワークショップを開催しました。当日の市民講座講師の菅原直樹先生(「老いと演劇」OiBokkeShi 主宰/俳優、介護福祉士)にワークショップの講師をお務めいただき、認知症当事者、市民、支援者、4名の研究所主任研究員など多様な人々が交流し、グループでジェスチャーゲームを創作するなど、楽しみながら一緒に表現することで共生して暮らせる社会を考えました。



■ 認知症医療に関する意見交換会

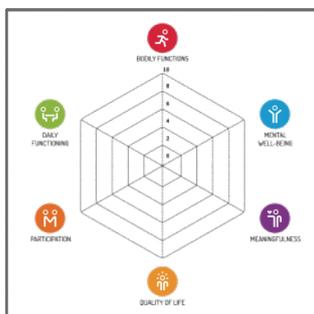
令和6年9月14日(土) 養父公民館で、市民講座終了後、講師の藤本直規先生を囲んで、公立八鹿病院、市保健師、研究所主任研究員(医療医学部門)が認知症医療に関して意見交換を行いました。

認知症への理解不足がある中、多様な主体が関わることが取組の広がりになることを共有しました。また、当事者つながり、傾聴しながら力を発揮する場を作り、地域の誰かが支える「ケアの社会化」が求められていることに触れ、実現可能かをためらわず、必要な加算や財源を活用しながら、当事者とともに様々な取組を進める必要性について認識を深めました。



■ ポジティブヘルスミニ勉強会

令和6年7月20日(土) おおや市民センター会議室で、市民講座終了後、講師の近藤尚己先生と市内外援助職者16人、研究所主任研究員、市長、教育長が参加し、今後のポジティブヘルスを活用した支援について意見交換を行いました。支援現場で対話ツールとしてのポジティブヘルスの有用性について理解と共通認識を深めました。



■ 学校訪問

講座「先輩と考える私たちの未来について」

地元出身の医師であり研究者である研究所主任研究員中尾一和先生、西村正樹先生が市内各中学校及び義務教育学校4校に出向き、1年生(義務教育学校7年生)を対象に講座を実施しました。

養父市子どもたちに先輩(=自分の未来)からのメッセージを届け、子どもたちが自分自身の今と未来について考え、行動を始めるターニングポイントになることを期待しています。



公益財団法人 医療文化経済グローバル研究所

〒667-0021 兵庫県養父市八鹿町八鹿 1685-2 やぶパートナーズ株式会社 2F

TEL / 079-660-7478 FAX / 079-660-1375 mail / info@mce.or.jp

※ お電話は繋がらない場合がございます。

ホームページはこちら
<https://mce.or.jp>

