住み慣れた自宅に戻ること、暮らし続けることを支える拠点

# にちこれ

～縁から始まる「日々是好日」な暮らしと地域をめざして～

医療法人　医王寺会

## A 市民と対話した８年（応急訪問医療・介護）+2 年（松尾での対話）で策定した２つの視点

私たちは、2015 年から松阪市民との対話を深めつつ、応急・在宅医療を進めてきましたが、本整備プロジェクトも松尾住民協議会会長との出会いをきっかけに松尾地域と話し合いをしてきました。その結果、2023 年９月には、本整備施設が地域に必要不可欠であるという公式文書を松阪市に提出していただくまで賛同を得られるプランとなりました。本コンセプトシートでは昨年のプランを引き継ぎながらも地域との対話で深めた２つの視点で記載します。

**＜２つの視点＞**
**●住み慣れた自宅に戻ること、暮らし続けることを支える拠点**
**●住民としての繋がりを持ち続け、互助の縁が育つ拠点**

## 【住み慣れた自宅に戻ること、暮らし続けることを支える拠点】

### B 地域の安心を支えてきた救急・訪問専門クリニック

私たちは救急車出動件数が国内トップレベルだった松阪市の要請に応え、**一次救急専門のクリニック**として事業をスタートしました。「**最期まで笑顔で生きられる街を創る**」という理念のもと、訪問診療、訪問看護、訪問介護、居宅介護支援も併設し、地域（自宅）での暮らしをサポートしてきました。（既存事業も元パチンコ屋を改修（一期工事・助成申請外）する診療棟に 2023 年 12 月移転予定。）

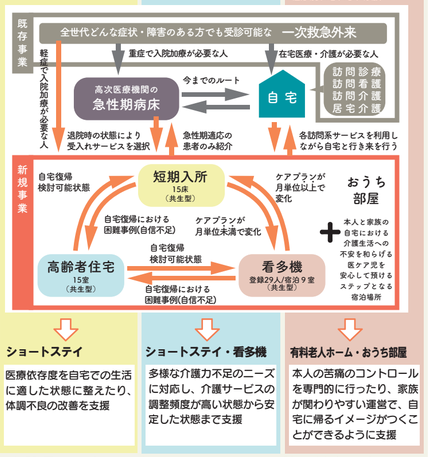
### C 自宅に帰るための３つの壁

私たちは現在約２００名の自宅療養と３５０名の施設療養の支援していますが、３５０名の施設療養のうち約７割が自宅に戻りたくても戻れないケースとなっており、そこには「医療依存度の壁」「介護力不足の壁」「自信不足・不安の壁」の３つの壁があります。本整備では「看護小規模多機能居宅介護（共生型）」、「短期入所生活介護（共生型）」、「有料老人ホーム」「おうち部屋」を複合した施設を新築し、既存サービスも組み合わることで、３つの壁に対応し、誰もが自宅に帰れる仕組みを構築します。

**医療依存度の壁**
●急性期病床から家に帰る準備ができていない方
●自宅で過ごしていたが肺炎などで治療が必要になった方など

**介護力不足の壁**
●家族の介護する時間や質が安定していない方
●家族のレスパイトが必要な方
●自宅だけで過ごすことに不安のある方

**自信不足の壁**
●家に帰るイメージが湧いていない本人
●介護をするイメージが湧いていない家族
●医ケア児を安心して預ける自信が湧いていない家族




**ショートステイ**
医療依存度を自宅での生活に適した状態に整えたり、体調不良の改善を支援

**ショートステイ・看多機**
多様な介護力不足のニーズに対応し、介護サービスの調整頻度が高い状態から安定した状態まで支援

**有料老人ホーム・おうち部屋**
本人の苦痛のコントロールを専門的に行ったり、家族が関わりやすい運営で、自宅に帰るイメージがつくことができるように支援

上記図のように、各サービスが３つの壁に対応します。

### D 医療的ケアが必要な子ども・成人者たちも受け止める

またこの仕組みは、高齢者だけでなく、松阪市に圧倒的に不足している**医療的ケアの必要な子どもや成人**のかたの通所や宿泊にも対応でき「どんな年齢や症状、障害、状況でも安心して自宅で暮らせる地域」を、より解像度高く実現します。

### E 家族が介護に参加しやすい高齢者住まいで、家に帰るイメージを

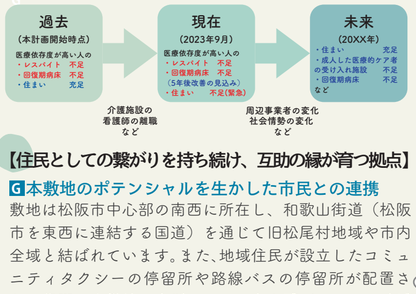
有料老人ホームは、家族にも施設介護を手伝ってもらうことを前提とした運営を実施していきます。具体的には家族が介護に協力すればするほど安くなる料金体系を導入し、手伝うことが特別ではない状況を創り出します。

| 行為 | 割引金額 |
|---|---|
| 施設内外問わず家族が一緒に過ごす | -５０円／時間 |
| 特定行為(食事・排泄・清潔ケアなど) | -１００円～５００円／回 |

家族の介入を前提としている料金体系が家族の出入りを容易にし家族との関係性が切れない支援をしながら自宅に帰る自信を長期視点で創っていきます。

### F 昨年度からのプラン変更と未来の地域情勢変化への対応

今年度に入り、医療依存度が高い方にも対応できる高齢者住まいが極端に減少。病床より必要という状況が発生し、プランに組み込みました。また、今回のように地域の供給バランスが崩れた際に対応できるよう、ショートステイと有料老人ホーム、病床のどれにでも変化できる３０室を計画し、まだ見ぬ地域の変化に対応できるようにしました。




## 【住民としての繋がりを持ち続け、互助の縁が育つ拠点】

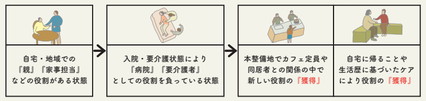
### G 本敷地のポテンシャルを生かした市民との連携

敷地は松阪市中心部の南西に所在し、和歌山街道（松阪市を東西に連結する国道）を通じて旧松尾村地域や市内全域と結ばれています。また、地域住民が設立したコミュニティタクシーの停留所や路線バスの停留所が配置され、集落、小学校、大型スーパーとも繋がっている地域のハブとしての機能を有する敷地です。現在はこのハブである場所に住民が集まれる場所がないですが、15に記載する、４つの縁を意識した本整備により住民の寄り道場所となり、『自然に支援の手を差し伸べる力（ 地域ケア力）』を高めていくことを目指します。

旧松尾村は三重県松阪市中心部の南西に位置し、1954 年に松阪市に編入しますが、いまも地域コミュニティの単位として認識されています。

### H ４つの縁により喪失した役割や居場所を（ 再 ）獲得できる環境づくり

本拠点に出入りする利用者、住民、ケアスタッフとのやり取りの中で喪失した役割を（再）獲得していきます。スタッフは利用者一人ひとりの人生歴を把握し、得意や好きを共有できる環境作りに注力していきます。




また、一人ひとりの居場所の獲得には、正しさではなくその人らしさを支える多角的な視点や考えの共有も大切であり、スタッフ同士も互助の縁を深め、お互いが自然と手を差し伸べる力を獲得できるような取り組みを行っていきます。

### I 松尾からさらに広域へ（拠点づくりではなく地域づくりのための拠点づくり）

本整備では拠点の創出により Ａ～Ｋ に記載した内容を地域全体で考えていくことが重要と考えており、拠点外の活動も重要です。そのため、以下、現在の活動も含めて本拠点が福祉の顔として地域に広がっていくことを目指しています。

（現在思いを共有し協力している施設）
松尾公民館 / 松尾小学校 / 松尾コミュニティセンター / 市民勉強会実施
花岡温泉（銭湯）/ 健康相談会実施 / 奥松阪（カフェ）/MADOI（カフェ）

↑MADOI

↑花岡温泉

↑奥松坂

### 1 診療棟・介護棟・カフェ棟が取り囲み、縁をつくるきっかけに満ちた全体計画

元パチンコ屋は診療棟に改修（一期工事･助成申請外）し、１階を救急外来、２階を医師、看護師、介護職、事務スタッフなど全職員のためのオフィスとしています。敷地東側の農機具修理工場はカフェに改修します（三期工事・助成申請外）。駐車場のアスファルトを半分はがして緑化するとともに、その中に介護棟を新築。全体は「つながるテラス」でつなぐ計画です。

### 2 地域性を象徴する「つながるテラス」

松尾地域では農業を営んでいる方が多く、農作業中のご近所さんとの偶然の会話が楽しみの一つとなっています。また農作業が無い方でもよく軒先に腰かけている方を見かける地域で、彼らもまた偶然の会話を楽しみとしながら過ごしています。
つながるテラスは、その地域性をそのまま表現した場所であり、「どこかに座ってたら誰かと会話が生まれそう」と連想させる居場所を点在させ、敷地全体をつなぐ役割を持ちながら地域を象徴し、にちこれの顔としての役割も果たします。

### 農機具小屋

敷地内の小さな畑や、近隣の農作業のサポートなどの拠点として、農機具小屋をつくります。倉庫から押でた座椅子に水場とベンチがあり、器具の手入れや作物の選別などをします。作業をしながら様々な話が弾むでしょう。




### 田んぼのビオトープ

メダカや川エビのいる用水路を活かして水田跡地を「田んぼのビオトープ」として活用します。地域に古くからある植生をベースとして、小魚や虫、野鳥などが飛来するエリアとし、利用者や家族、地域住民、職員が四季の変化を話題に会話のきっかけにもなるような散策スポットをつくります。

### 3 診療時間外に開かれた待合と職員や住民が集まる多目的道場

応急診療が休診している平日の日中は、診療棟の待合を開放して地域の方の居場所や、レクチャーなどに活用する予定です。また待合横には多目的道場と呼んでいるキッチン付きの小上りがあり、介護棟利用者のリハビリや医療的ケア児の日中の保育、職員の休憩や食事、地域の方の会合への貸し出し、地域の多職種との勉強会など、さまざまな用途で利用し、縁を創っていきます。

### 4 バス停や駐車場から人が引き込まれ、回遊する「緑の回廊」

道路 / 駐車場 / 建物の間に緑地をとり、地域性種苗の混植、解体アスファルトの活用等を通して、和歌山街道沿いに市街化調整区域らしい風景を再生します。また移動可能な植栽ボリューム「トラフィックキューブ」で将来の駐車台数の変化や増築等、土地利用の変化に柔軟に対応するランドスケープ計画です。

↑バス停から

↑既存の畦を手入れする「あぜロード」

### 5 敷地全体を使った医療的ケア児の一日

介護棟を一周したり、小上りホールや多目的道場、カフェの畳スペース、など敷地内のさまざまな居場所を移動しながら過ごし、他の利用者とも様々な距離感で一緒に居られる空間を目指します。刺激が多すぎるときには光や音、視線などを抑えた「こどもルーム」でゆったり落ち着くこともできます。また仕切りの扉を閉じれば個室化し親子で泊ることも可能です。

## 6 利用者もスタッフも快適に過ごせるプラン形状

ボリュームとオープンスペースが交互にくる構成になっています。ボリュームの仕上げや開口の形状などの変化によって自分の居場所が把握しやすく、施設内を回遊するシークエンスも変化に満ちたものになります。オープンスペースは中庭や北に広がる水田、前庭、山並みなど、さまざまなシーンを切り取り、光や風の抜ける場所となります。中庭は十分な広がりがあり、各室にひかりと風を届けます。

敷地北側に広がる美しい田んぼ

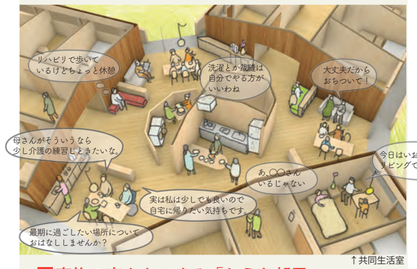
敷地から西側の古い集落と山脈

## 7 寝たきりでも移動が楽しい回遊性のある空間

施設は看多機・ショートステイ・有料老人ホームでエリアは別れていますが、運用上はそれぞれの行き来を可能とし、ぐるっと一周できるようになっています。リハビリなどで散策的に移動していると、休憩スポットにもなる小さな居場所があって居合わせた人とあいさつをしたり、お話ししたり、交流のきっかけを散りばめていきます。

## 8 利用者が『生活』に参加しやすい、５人ずつの家族単位を意識した平面

ユニット内は５名以下の家族単位で家事等を分担できるよう、掃除用具入れや家事スペースを創り、「生活行為」への参加を促します。また、閉鎖的な5人の空間ではなく、完全には閉じず繋がりを感じることができる空間作りで風通しの良い関係性づくりを支えます。

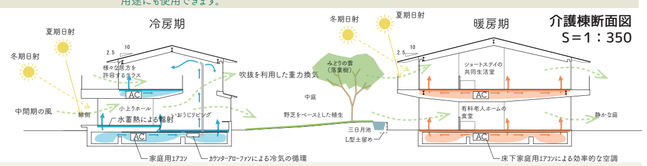


↑共同生活室

## 9 家族の安心をつくる「おうち部屋」

自宅に帰れない原因である「自信不足／不安の壁」を解消するため、住宅と同じ設えの部屋を用意します。ご家族が一緒に宿泊し、介護の練習や利用者 / 家族 / スタッフが話すきっかけも作ります。また、医療的ケア児や家族も、日中だけの利用から始まり、保護者と一緒に子ども部屋・おうち部屋で宿泊したりと段階を踏みながら、安心して短期入所の利用をできるようにしていきます。また、短期入所を利用しながら、きょうだい児と保護者がおうち部屋に泊まることもできたり、施設利用の中で関係性ができた他の家族と交流する場としての使用なども想定します。

↑おうち部屋




## 10 家族も参加しやすい設え

家族も一緒に過ごしやすいように、個室内に小上りやダイニングテーブルが配置できるようにします。また、共同生活室には、５人単位で設置されているミニキッチンが、家族だけでなく、他の利用者にお茶を入れたり、食事の準備を手伝うなど、施設運営に自然と参加できたり、交流が生まれるよう配慮しています。

また各個室やリビングなどの共有部の内装や建具、家具などに、紀伊山地で採れる杉やヒノキを使用し、馴染みがあって居心地の良い、落ち着いた空間を目指します。

↑個室イメージ。小上りには布団も敷けます

←家族も気兼ねなく使えるミニキッチン

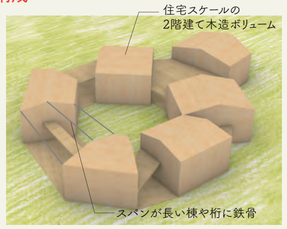
## 11 役割の（再）獲得を支える！みんなのお店

「お店」のような空間を用意し、日中の活動で作った作品や農作物を売ったり、過去商店をやっていた利用者が駄菓子屋をやることなどを通して役割の（再）獲得を促します。

↑みんなのお店。今日は駄菓子屋だよー

## 12 在来木造の立ち並ぶ構成

地域の工務店でも施工できる軸組在来工法とした２階建ての木造のボリュームとオープンな空間が交互に並びます。間に掛かる屋根やスラブで、スパンの大きくなる棟や桁、梁に一部鉄骨を使いながら、全体をリング状につなぐ構成です。



構成のイメージ

## 13 安定し快適な温熱環境・効率的な配管計画

床下に水蓄熱パックを設置し、家庭用のエアコンから床下に冷温風を吹いて蓄熱し、利用者に、安定した過ごしやすい温熱環境をつくります。また個室や共有部から中庭に風を通し、中間期も季節感を味わえる環境とします。また上下の水回りの位置を揃え、将来のメンテナンスにも配慮しています。

↑水蓄熱パック敷設イメージ

↑床下に家庭用エアコン設置事例

↑水田方向から見たファサード。車がこない農道を散策

## 14 プライベート⇔パブリックのグラデーションのなかに見つける自分らしく居られる場所

「自分の居場所」だと感じられる個室（プライベート）や小さな共有部（セミプライベート）から、利用者同士が交流し日中の活動を行えるいおうじリビング（セミパブリック）、地域住民や社会とのつながりが感じられるカフェ（パブリック）まで、施設・敷地内には開き方や大きさの違う様々な場所が用意されています。一人でいたい時、ふたりで打ち明け話をしたい時、わいわい楽しく過ごしたい時、その時の気分ややりたいことに合わせ、自分らしく居られる場所が見つかり、段階的に開いていきながら、つながりをもつことができます。

セミプライベート ↑ ↓ セミパブリック

### 【数人のセミプライベート空間】
ユニットの共同生活室、ベンチなど

２～５人のグループがつくりやすい空間があることで、お互いの悩みを聞き合う役割が発生しやすく、安心を得られる小さな拠点をつくります。この空間は施設内に点在し、他の利用者も施設内散歩で立ち寄れるよう、閉じすぎず、関係の風通しのよさにも配慮。ここで過ごす人たちの気配や物音が、各個室にも「暮らしの気配」として感じられるような計画とします

※2～5名という規模は、「共に暮らす」ために家事の分担がしやすく会話が発生しやすい大きさです。

↑少人数で囲むベンチ

↑共同生活室の小さなコーナー

### 【利用者の集うセミパブリック空間】
いおうじリビング（デイスペース）

施設の全利用者・スタッフが、食事や日中の活動を行える場所です。症状や年齢にかかわらず、一緒にいることのできる場を目指します。いおうじリビングでは、大きなワンルームではなく、小さなスペースが連なり、そのときにやりたいこと、得意なこと、ただその場にいること、あるいは興味がある出来事に巻き込まれることで、施設内での 社会的役割のあるコミュニケーションが発生しやすくなり、生きる活力を得るきっかけを作っていきます。「小上りホール」は時間帯によって放課後の子どもの居場所づくりや、子育て相談室、利用者家族同士の交流等が行われ、「みんなのお店」では利用者や地域住民の作品展示や農作物の販売、駄菓子屋の運営などを行い、地域の人や子どもたちとの接点が施設内に入り込んでくるような形を考えています。

↑いろんな居方を許容するテラス

↑浴室前の囲める小上り

↑いおうじリビング（デイスペース）

### 【地域住人も集うパブリック空間】
カフェ / つながるテラス / 庭

施設利用者や家族、地域住民、スタッフなど誰でも利用でき、カフェでは高齢者や障害のある方でも就労が可能です。また、ここはケアをする場でも受ける場でもなく、すべての利用者がフラットでいられる場であり、介護の相談、子ども食堂の運営、地域の専門職がつながる場でもあります。デイスペースとは「つながるテラス」を介してつながり、施設利用者がカフェに来たり、地域の方が小上がりホールやみんなのお店を訪問したり、奥にあるビオトープに足を運んだりする状況もあります。そのような状況のなかで施設の内 / 外の境界が揺らぎ、自然と施設利用者と地域住民同士が互助の縁をつくることで様々な背景の方に対しての理解者が増え「自然と手を差し伸べることができる力」の向上を促進していきます。

↑いろんな角度で場を囲める縁側ベンチ

↑おこもりベンチ

↑元農機具修理工場をリノベーションするカフェとテラス（三期工事・申請対象外）

地域住民の視点

## 15 段階的な縁づくりで自然と手を差し伸べる力と居場所づくりを推進する

誰もが最期まで自宅で安心して過ごすための街づくりには、保険サービスの充実と合わせて、地域コミュニティでの助け合いの関係性を作っていくことが重要です。私たちも幾度となくこの地域コミュニティに助けられ、医王寺会の運営を継続しきました。その中で助け合えるコミュニティが出来上がる過程は４種類の縁を段階的に踏みながら深まっていくと考えました。本整備ではこの４つの縁を建築と活動に生かしていき、地域ケア力（自然と手を差し伸べる力）と居場所づくりを推進します。

**始まりの縁** → **感じる縁** → **雑談の縁** → **互助の縁**（自然と手を差し伸べる力の源）

### 【誰かとの出会い。心配・不安もあるけどちょっと気になる。】

私たちがここで支援することは様々なきっかけを創ることです。既存事業サービスと医王寺会の活動、本整備設備を生かして縁を創ります。

| | |
|---|---|
| **建　築**<br>年齢や状況・状態に関係なく訪問を許容する建築 | **カフェ**<br>体調悪化時以外でもいつでも立ち寄れる |
| **地域活動**<br>新参者も参加して良いと感じる活動 | **既存事業**<br>年間1万人が訪れる応急診療所 |

### 【なんとなく同じ場所にいて気配を感じれる場】

顔見知りだけどしっかりと会話したことない関係性。同じ場所に複数の人がいれることを許容する空間と理由作りから雑談の縁へ発展していきます。

| | |
|---|---|
| **建　築**<br>気配を感じつつも一人で居れる建築 | **カフェ**<br>いつもの珈琲をいつもの場所で |
| **地域活動**<br>いつもの珈琲をいつもの場所で | **施設活動**<br>施設内の家事や工作作業など |

### 【気軽に集まって話すことができる場】

知り合いになってお話をする関係性。偶然の出会い頭から始まる雑談も待ち合わせして始まる雑談も気軽に会話が発生する建築と活動を意識していきます。地域住民の軒先に座って話し相手を探している住民性とも相性が良いです。

| | |
|---|---|
| **建　築**<br>ふとした雑談を許容する空間の点在 | **カフェ**<br>季節ごとに変わるメニューをきっかけに |
| **地域活動**<br>ビオトープで四季の移ろいを雑談のきっかけに | **施設活動**<br>施設内自治会やみんなのお店などで雑談のきっかけに |

### 【深い対話がおこる場】

2人～5人程度の少人数で集まり、普段、人には言えない様々な深い話ができる関係性。また、互助の縁はお互い相談し合えるという役割獲得に加え、多様な方の背景を知るきっかけとなり、同じような方を見かけた時に自然と手を差し伸べる力も醸成していきます。結果、互助の縁が増えるほど様々な状況に置かれている人が、お互い許容される地域になっていきます。

| | |
|---|---|
| **建　築**<br>適度に区切られたベンチなど深い対話を許容するセミプライベートな空 | **カフェ**<br>2～3人で入れる半個室空間で深める |
| **外　構**<br>縁の回廊・ビオトープ・畑などをつなぐ道を散策しながら縁を | **施設活動**<br>5人一組生活を意識できる空間 |

**自然と手を差し伸べる力が高い地域へ**