

令和8年度定時総会記念講演の要旨

「守られる医療からともに育てる医療へ」

津和野共存病院副院長兼津和野町コミュニティドクター 飯島 献一 氏

1. 超高齢社会・人口減少と「地域包括ケア」の必要性

- ・ 激変する人口構造と先進地としての津和野 日本の人口は 2004～2008 年をピークに急激な減少局面を迎えており、かつて多くの現役世代で一人の高齢者を支えていた「胴上げ型社会」から、現役一人が高齢者一人を支える「肩車型社会」へと移行しています。特に島根県や益田市、津和野町はその先進地であり、津和野町では高齢化率が 50%を超えています。
- ・ 医療だけでは支えきれない時代 このような人口減少と支え手の不足に直面する中、人々の命や暮らしは医師や医療機関任せ(守られる医療)だけでは立ち行かなくなっています。住まい、生活支援、介護予防、介護、医療が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」を念頭に置き、地域全体で支え合う仕組みづくりが急務となっています。

2. 「治す」医療から「日々の暮らしを支える」医療への転換

- ・ 20 世紀型から 21 世紀型へのパラダイムシフト 20 世紀の医療は病気を「治す」ことを目的とした医師中心の医療モデルでしたが、高度な医療が普及した 21 世紀においては、老いや慢性疾患、がんなどと共存しながら、寿命を迎えるまでどう豊かに「暮らしていくか」を支える生活モデルへと変化しています。
- ・ 待つ医療から地域に飛び出す医療へ 津和野共存病院では、内科外来のすぐ前に地域包括支援センターを配置して医療と介護の直通連携を図っています。さらに、病院内で患者を待つだけでなく、医師やスタッフが地域へ飛び出す「訪問診療」「巡回診療(公民館等の活用)」「健康講話」を実践しています。
- ・ 先進的な地域医療施策の導入 生涯にわたり住み慣れた地域で暮らせる町(「生涯つわの」)を目指し、病院近接型の住宅の整備や、看護師が同乗して車内でオンライン診療等を行う「医療 MaaS(移動診療車)」の運用など、建物だけに依存しない持続可能な診療体制の構築が進められています。

3. 飯島医師自身のステージ 4 がん闘病体験と教訓

- ・ 突然の宣告と過酷な治療の克服 飯島医師は 54 歳のとき、希少がんである「十二指腸がん(ステージ 4、肝転移あり)」との診断を受けました。一時は絶

望的な状況にありましたが、13回に及ぶ抗がん剤治療(化学療法)と十数時間に及ぶ再手術(臍頭十二指腸切除術)、そして懸命なリハビリを経て、見事に病を克服しSLマラソンを完走するまでに回復しました。

- 闘病から得た「生き方」への気づき この経験を通じ、飯島医師は「周囲への感謝」「自分の身を自分で守ること」「上手に人に甘えること」、そして医療や薬に頼るだけでなく自身の「自然治癒力・免疫力」を高めることの大切さを実感しました。「いい加減(良い加減)で頑張りすぎず、でも諦めない」という姿勢を身につけ、がんを経験したことで、現在は以前よりも充実した「ウェルビーイング(良い状態)」な日々を送っています。

4. ウェルビーイング、人生会議(ACP)、そして「コンパッション」

- 健康とウェルビーイングの定義 健康とは単に病気がない状態ではなく、身体的・精神的・社会的に満たされた「ウェルビーイング」の維持であると語られます。地域視点では、誰も孤立せず、子どもから高齢者まで「役割と出番」や「居場所」があることが重要です。
- 人生会議(アドバンス・ケア・プランニング)の真意 命には「今生きている身体的な力(ゴルゴ松本氏の定義)」と「生きてきた物語としての時間(日野原重明氏の定義)」の双方の側面があります。人生会議とは、単に最期の延命治療の有無を決めるものではなく、「これまでどう生きてきて、これからどこで誰とどう過ごしたいか」という自らの意思や物語を日頃から周囲と対話し、伝えておくプロセスです。
- 「コンパッション(共同体での支え合い)」と95%のルール 医療や介護の専門職が介入する時間は、人生のわずか「5%」に過ぎず、残りの「95%」は家族や近所付き合い、地域とのつながりといった日々の暮らしの中にあります。専門職に一方的にケアをして「もらう」関係ではなく、お互いに弱いところを補い、悲しみや喪失をも共有して双方向で支え合う「コンパッション都市(共同体)」の重要性が提唱されています。

5. 新しい認知症観と100年時代への展望

- 認知症は「長生きのお祝い」 85歳以上の2人に1人が認知症になるとされる時代において、認知症は長生きをした証であり、特殊な病気ではありません。「ボケは一生ついて回る(生まれた時も子供の時も、何かに熱中している時もボケの一種)」という捉え方を紹介し、物忘れがあってもその人らしさや残された記憶・心は生きているという「新しい認知症観」への転換を訴えています。

- 泣いて笑って百歳万歳 島根県は 10 万人あたりの 100 歳以上人口が 9 年連続全国 1 位であり、地域には元気な高齢者がたくさんいます。認知症や老いを受け入れ、周囲が寄り添うことで、誰もが「泣いて笑って百歳万歳」と自分らしく生きることが理想であり、飯島医師自身も「百歳万歳と言ってコロッと逝きたい」という目標を掲げています。

まとめ：講演が残したメッセージ

医療を「受けるもの」「守ってもらうもの」として病院に閉じ込めるのではなく、住民一人ひとりが「自分の生活の専門家」として主体性を持ち、地域社会全体でケアや看取りの文化を「ともに育てていく」こと。これこそが、住み慣れた家や地域で最期まで豊かに暮らし続けるための鍵である、という強いメッセージで講演は締めくくられました。

(文責：益田の医療を守る市民の会 中川昭生)