

心不全発症予防を目指した 地域密着型啓発活動の実践

石森 直樹 ●特例認定非営利活動法人北海道心不全医療連携アカデミー 理事長



絵本朗読会の開催風景

要旨

わが国では近年、高齢者の増加とともに心不全患者が急増し、心不全パンデミックによる医療逼迫が懸念されている。心不全はその特性を正しく知り、適切に自己管理をすることで、発症・進行を予防することが可能であるが、社会における認知度はきわめて低い。

当法人は一般市民に向けた啓発活動の一環として、心不全予防に関するオリジナル絵本を作成し、このたび地域住民が気軽に立ち寄れるケアカフェにおいて絵本朗読会を開催する機会を得た。

今回の活動を通じて、市民の健康リテラシー向上のためのノウハウが蓄積した。さらに、運用を工夫することで、地域での多職種連携強化につながる可能性も見出すことができた。今後はこれらの知見を活かして、さらに活動を展開していきたい。

地域医療貢献のポイント

超高齢社会を迎え、地域包括ケアシステムの確立が急がれているが、関わる多職種が病院・保険薬局・訪問看護ステーション等に分散しており、緊密な連携が取りにくい。今回の活動は地域の多職種間の距離を縮め、連携強化に寄与することが期待される。

1. 目的と方法

我が国では高齢化が進行して心不全が急増し、その患者数は120万人を超える。心不全は進行とともに治療への反応が乏しくなるため、早期からの発症・進行予防がきわめて重要である。

当法人は、北海道大学医学研究院に設置された寄附講座を前身とし、医療・福祉専門職の連携強化によって医療サービスのさらなる向上を目指す多職種医療専門職が集い、2022年に設立された団体である(図1)。これまで、メンバーの専門性を活かし、市民健康イベントでの啓発セミナーや健康相談を開催してきた。しかしこの方法では、(本来予防介入が望まれる)健康に興味の乏しい市民層にアプローチすることはきわめて困難であると実感した。

そこで、「いつでも・どこでも・だれにでも・強く心に強く響く」啓発活動を実践するため、心不全に関するオリジナル啓発絵本を作成した(図2)。そして今回、杉浦記念財団活動助成に採択いただき、地域住民が気軽に立ち寄れるケアカフェを会場とした絵本朗読会の企画・開催の機会を得た。

2. 現状の成果・考察

今回の朗読会は2025年3月1日、札幌市内の循環器専門クリニックに併設されたケアカフェ「HEART COFFEE」で開催され、近隣住民を中心に幅広い年代の方々にご参加いただいた。

冒頭、主催者による趣旨説明の後、朗読アーティスト・五十嵐いおりさんによる絵本『もしも心臓があつまったら』の心の込め

図1 当法人の理念と基本方針

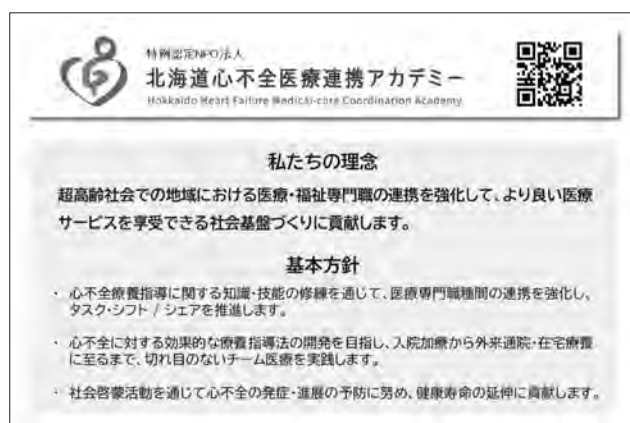
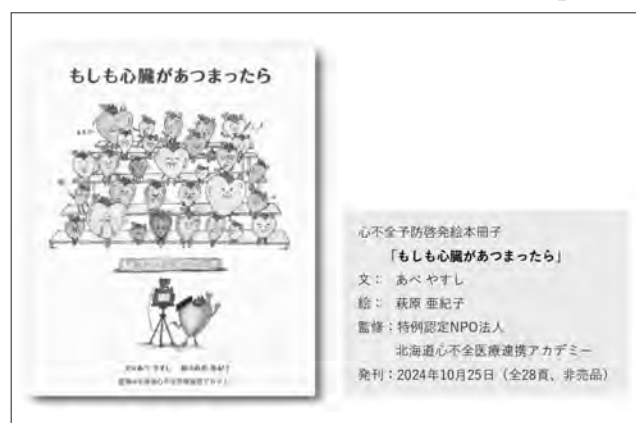


図2 当法人オリジナル絵本「もしも心臓があつまったら」の概要



朗読で、絵本の中の心臓たちに生命が吹き込まれるや、次々と心臓たちが人間に対する不満や本音を語り出した。最後は心臓たちの長老である議長がこれまでの生活について悠然と振り返り、心臓への感謝の念を忘れないことを強調し、静かに物語の幕は閉じられた。

第二部は、多職種医療職が扮する心臓たちが目の前に登場し、自己管理に向けた要点を楽しくかみ砕いて解説した。最後に参加者全員で〇×クイズで本日の振り返りを行い、1時間に及んだイベントが終了した。参加者の無記名アンケートでは、全体の73%が「大変満足」、残り27%も「満足」との総合評価であった。

今回はケアカフェでの絵本朗読会の開催スタイルを探る目的で、小規模でのトライアル開催であったが、子ども連れの現役世代

から高齢の方まで、幅広い年代の方々に楽しくご参加いただくことができた。また、多職種医療職による寸劇風の談話会を通じて、多職種間での一体感を醸成することができたことは想定外の収穫であった。

3. 今後の展望

今回の活動を通じて、市民の健康リテラシー向上に有効な新たな方策を得ることができた。さらに運用を工夫することで、地域での多職種連携強化につながる可能性も見出すことができた。今後はこれらの知見を活かして、地域に根差した多職種連携が全国に広く浸透していくよう、支援活動を行っていきたい。



絵本朗読会の案内チラシ



朗読アーティスト・五十嵐いおりさんによる絵本朗読



多職種医療専門職による「心不全あるある談話会」のひとコマ



今回の絵本朗読会の多職種関係者での集合写真