誰もが誰かの
心と身体の健康を
応援できる社会へ

FACT BOOK 2021

2021.08.31

Community Nurse Company 株式会社

コミュニティナースとは

コミュニティナースは、職業や資格ではなく実践のあり方であり、
「コミュニティナーシング」という看護の実践からヒントを得たコンセプト。

地域の人の暮らしの身近な存在として
『毎日の嬉しいや楽しい』『心と身体の健康と安心』を
まちの人と一緒につくっていきます

Community Nurse Company

コミュニティナースってまちのこんな人のこと

1 ふと思い浮かべた人が元気でいられるよう、
自分から関わります。

2 「いつも応援してくれる○○さん」と思われ、
安心できる存在になるために、誠実に向き合います。

3 「私もそんなことがしたいな」という人を見つけ、
まちで仲間を増やします。

みんなでコミュニティナースする世界を実現するのは「地域住民」

地域住民どうしが、繋がり、声を掛け合い、
楽しく暮らす社会をつくることを目指します。

田 魚 店
電話 42
有線 22 - 1432

コミュニティナースが始まった背景

和菓子屋の娘として生まれる。
商売人の家庭のため、お客さんなどまちの人たちとの交流の中で育ってきた。普通の人の暮らしやその力を最大化させながら、どのようにして健康で豊かな毎日をつくるか。まちの人の視点でい続けることの着眼点はこの商売人の家庭故に生まれた。
また、それを実現していく上では、健康医療だけでなく、政治、交通、経済、教育、レクリエーションなど多岐にわたる影響をどう捉え、どう対策として組み入れるかが外せないと考えている。

父の死をきっかけに子育てしながら看護の道へ
最愛の父が末期がんで入院し、わずか数カ月のうちに帰らぬ人となったことがきっかけだった。入院中、父が最期まで信頼していたのが、症状の変化から先を予測し、関わりで父を安心させてくれていた看護師たち。自分もそういうことができれば、人々が病気になる前から役に立てるのではないかと思ったのである。

看護学を学ぶ中で「コミュニティナーシングに出会う」
地域で人々の暮らしに溶け込み、健康なときから支援していくという「コミュニティナーシング」という考え方に出会う。

Community Nurse Company のビジョン

まちの中や日常の暮らしのなかで
誰もが誰かの心と体の健康の応援ができる社会

解決したい社会課題

病気になってからはじめて対処する制度が中心になっている。専門家も情報も暮らしの中にない。

病になることを防ぎ、元気な暮らしを続ける環境・仕組みを作ることを目指す。

CNCのミッション

まちの中に
健康づくりの機会と担い手を増やす

1. コミュニティナースの発掘・育成
2. 自ら社会実装の最前線を走る拠点運営
3. 行政、企業などへの実装伴走

事業の柱は3つ

人材育成事業

- ベーシック講座（オンライン）
- 実践講座
- ステップアップ講座
- コミュニティナース研究所

モデル拠点サポート事業

- 自治体や企業連携し、モデル作りのサポート

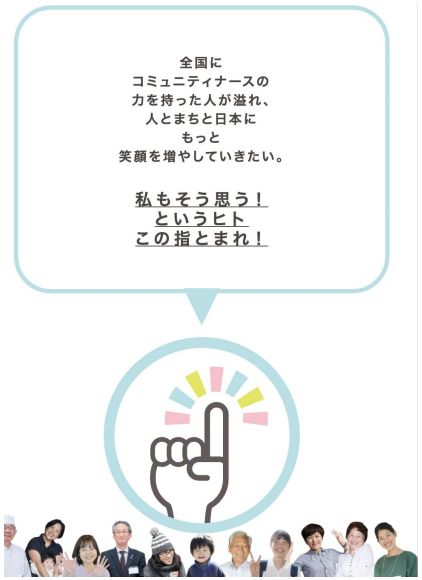
実践モデル開発事業

- 地域おせっかい会議
- 訪問型おげんき応援：ナスくる
- 通所型おげんき応援：子育て縁

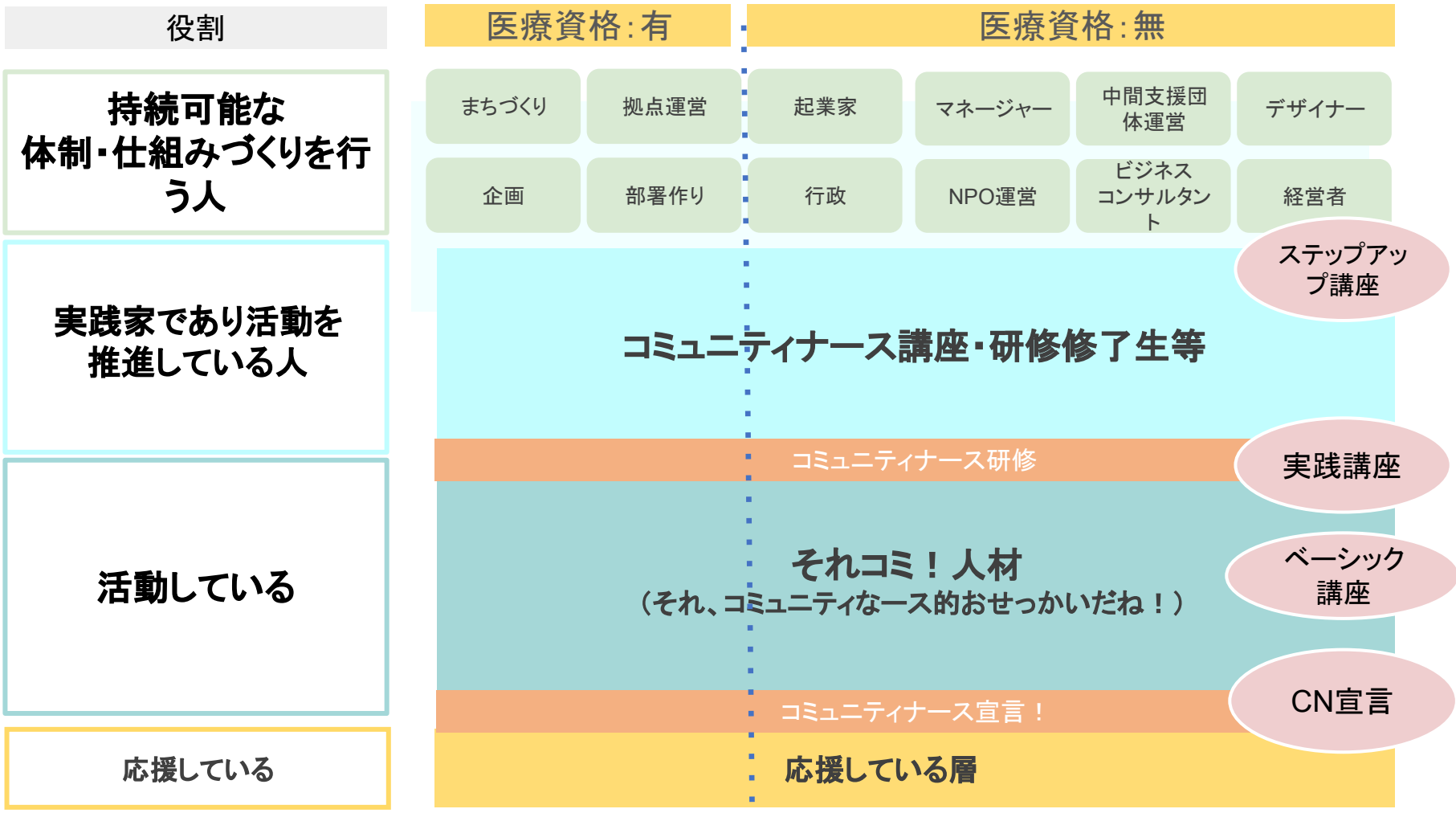
Community Nurse Company

コミュニティナースプロジェクト

コミュニティナースという社会実験への参画プロジェクト。
コミュニティナースの発掘、育成はもちろん、仲間づくりや活動するためのフィールド開拓を目指しています。

コミュニティナース宣言	ベーシック講座	実践講座	ステップアップ講座
	コミュニティナースの理解を深めたい方	地域で仲間をつくりながら活動したい方	実践を事業化し収益性や組織づくりを進化させたい方
	オンラインで好きな時に学ぶ	フィールドワークを中心に、グループワークで実践	ゼミ方式で、担当講師と実践を通じた事業のブラッシュアップ

チーム・コミュニティナースの考え方

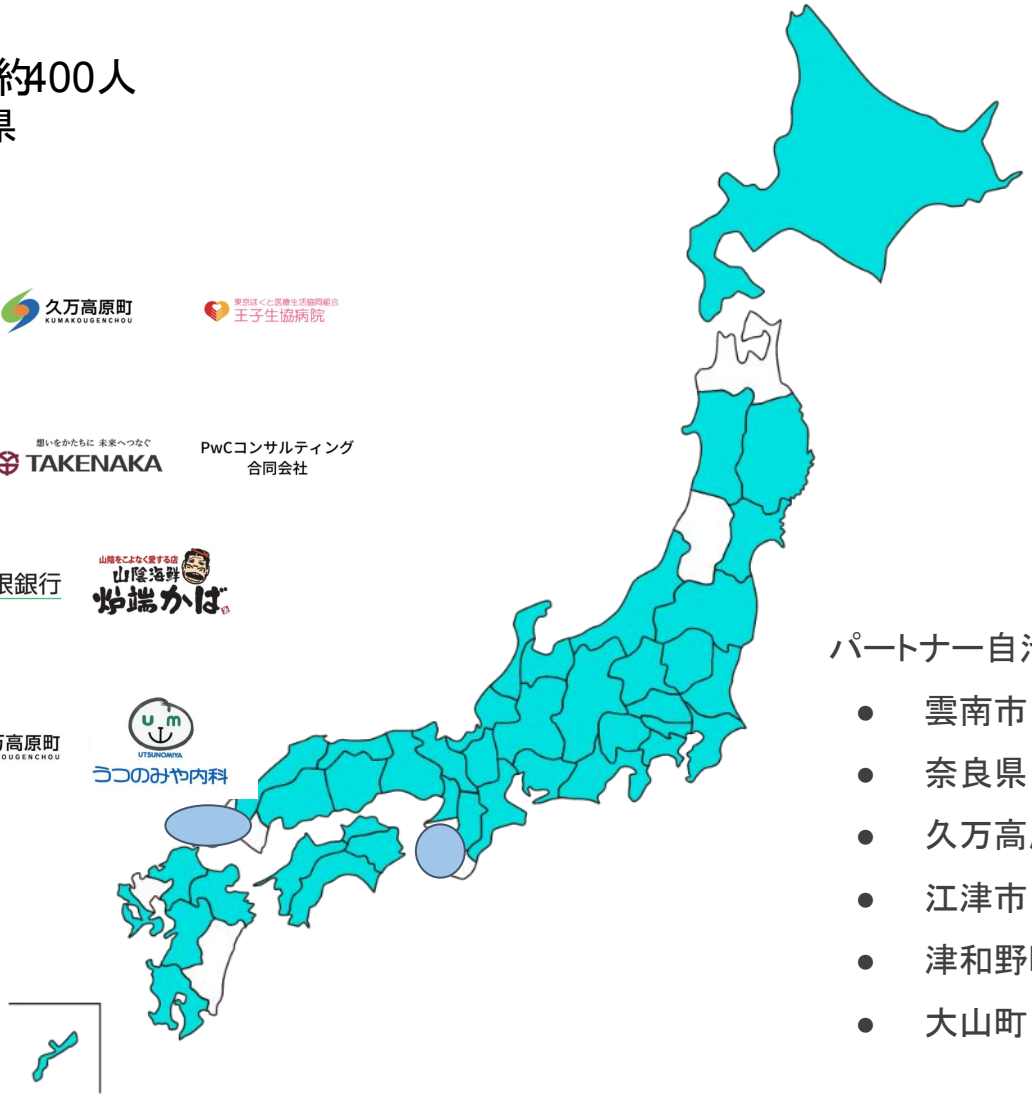


全国にひろがるコミュニティナース

コミュニティナース講座修了生：約400人
修了生が活動する地域：44都道府県
（残り：山形、佐賀、宮崎）

パートナー企業

雲南市
久万高原町 KUMAKOUGENCHOU
東京ほくと医療生活協同組合 王子生協病院
日本郵便
西部ガス いつもの朝と、新しい明日を。
想いをかたちに 未来へつなぐ TAKENAKA
PwCコンサルティング合同会社
TSK さんいん中央テレビ
Morzwell モルツウェル株式会社
ごうぎん
SHIMANE 島根銀行
山陰をこよなく愛する店 山陰海鮮 炉端かば
Orange Medical & Social Services
みだか診療所 HOME CARE
九州地域間連携推進機構株式会社 Nine States Local Partnership Board
久万高原町 KUMAKOUGENCHOU
UTSUNOMIYA うつのみや内科
pwc
山陰酸素工業株式会社
株式会社陶山建設



パートナー自治体

- 雲南市（島根）
- 奈良県（奥大和地域）
- 久万高原町（愛媛）
- 江津市（島根）
- 津和野町（島根）
- 大山町（鳥取）

Community Nurse Company

地域に寄り添う小さな経済圏を多展開する

小さな拠点からスタートする
コミュニティナース実践

実践

行政

・地域おこし協力隊制度活用
・移住促進事業活用
・地域づくり人材制度活用

おせっかい
会議

ナスくる
等

育成
講座

コミュニティナース
小さな拠点

CN探索

実践支援

運営支援

自走支援

CNC

企業

全国8＋地域でモデル拠点づくりをサポート

- 島根県雲南市
- 愛媛県久万高原町
- 奈良県奥大和地域
- 福井県福井市
- 島根県江津市、津和野町
- 福岡県宗像市
- 東海エリア（愛知、三重、岐阜、静岡）
- 静岡県島田市
- 東京エリア

※モデル拠点とは・・・
地域性に合わせたコミュニティナースの実践が展開されている場所。「ナスくる」「地域おせっかい会議」「コミュニティナース実践講座」の運営などを、その地域にカスタマイズして展開される。

奈良県奥大和地域の活動

2017年：奈良県南部東部奥大和におけるコミュニティナース導入。県と連携し、「地域おこし協力隊」「集落支援員」「生活支援コーディネーター制度」を活用した導入実践。

2018年：自治体主催による「奥大和コミュニティナース養成講座」開始
第1期、第2期を通して22名が講座修了。

2019年末時点で、奥大和地域（川上村、十津川村、五條市、大淀町）で4名のコミュニティナースが実践中。
2020年時点、58名の講座修了生を排出。

川上村 人口 1,316人（令和3年1月31日現在）
十津川村 人口 3,166人（令和2年度3月31日現在）
五條市 人口 29,340人（令和3年1月31日現在）
大淀町 人口 17,095人（令和3年1月31日現在）

買い物ついでに健康相談　看護師がスーパーで「保健室」

有料会員記事

福田純也　2019年11月21日 14時48分

スーパー入り口に相談窓口を設けたコミュニティナースの吉田真佐美さん＝2019年11月20日、奈良県大淀町下渕、福田純也撮影

都市部から移住し、住民の健康づくりを支える 奈良県 大淀町の「コミュニティナース」、吉田真佐美さん（53）が20日、スーパーの オークワ 大淀西店（同町下渕）で、「まちの保健室」を開き、買い物客に健康相談などの利用を呼びかけた。

コミュニティナースが守る健康　暮らしの中でアドバイス

吉田さんは 奈良市 出身。看護歴33年で、うち27年間は 埼玉県 内の病院などに勤務した。コミュニティナースの募集を知り、 奈良県 の養成講座を受け、8月に大淀町の地域おこし協力隊の一員になった。夫を残して単身赴任、任期は3年という。

看護師として日常接した外来患者の多くが、病状以外に 介護 や家族など家庭内の悩み、困り事を抱えていた。病院や役所か

広告

奈良）行方不明者発見で感謝状　山添の看護師

有料会員記事

高橋杏璃　2018年6月23日 3時00分

表彰される荏原さん＝2018年6月22日、奈良県天理市田部町の天理署、高橋杏璃撮影

過疎地 などに暮らし、住民の健康づくりやまちづくりに携わる看護師「コミュニティナース」。その看護師が今月、 奈良県 山添村で行方不明になった20代の男性を保護した。普段から住民の生活に寄り添って仕事をしていた経験が発見につながった。

山添村のコミュニティナースの荏原（えばら）優子さん（32）が、「異変」を知ったのは3日午前6時半ごろ。日課で立ち寄っている天理署の山添 駐在所 で「行方不明の人がいる」と聞いた。

「午前4時半ごろから息子の姿が見えない」と 駐在所 に届け出があったそうだ。母親からだった。

郵便局との連携

2019年：雲南市内の郵便局長が、コミュニティナースプロジェクトを受講。郵便局のスタッフがコミュニティナースになることを目指す。

地域おせっかい会議のメンバーにもなり、地域住民の1人として、地域の困りごとを一緒に解決参画。

2020年：三刀屋郵便局で「まちの保健室」を開催。
雲南市とコミュニティナースカンパニーと3者協定を締結。
「地域とともに歩む郵便局」を目指す。

西部ガスとの連携

2020年：西部ガスとコミュニティナースカンパニーで
健康的なまちづくりを目指した業務協力協定を締結。
西部ガスのスタッフが、コミュニティナース
プロジェクトにも参加。

2021年：高齢化率35%を超える福岡県宗像市
日の里地域にある「日の里団地」プロジェクト始動。
現地で働くコミュニティナースを募集中。

少子高齢化に伴い国や地方自治体が健康の在り方に課題意識を持つ中、
昨今では新型コロナウイルス感染症の広がりにより、その危機感は個人レベルにまで達しています。
西部ガスは、九州のまちづくり事業に取り組む中で、今年3月よりCommunity Nurse Company株式会社と業務提携し、
健康的なまちづくりを推進していく方向性を固めました。
本イベントでは、誰もが健康で幸せなまちをつくるために何が必要なのか、行政目線・事業者目線から考えます。

Community Nurse Company

小さな拠点を支える実践モデル開発事業

「地域おせっかい会議」
まちの人の「強み」や「得意」を活かし合い、まちの人の元気のためにできることを相談・考案する場所

「ナスくる」
離れた家族や地域の人との繋がりを生み出す訪問型健康応援サービス。身体的/精神的/社会的健康づくりのためのサポートを行います

「地域まるごと子育て縁」
自然と地域文化、子供の主体性と強みを伸ばす雲南独自の子育てコミュニティ。サマースクールや地域イベントなど2022年本格稼働に向けて活動を開始。

地域おせっかい会議

2020年6月島根県雲南市より「おせっかい活動を中心とした健康なコミュニティづくり事業」として受託。成果連動型の地域貢献事業のモデルづくりを産官学連携で開始。自らの意思で、人やまちを健康（心・身体・社会）にする担い手を増やしていく、まちづくりの仕組みとしてスタート

行政

雲南市

事業企画

CNC

投資機関

金融機関、
民間企業等

地域おせっかい会議

アドバイザー

SIIF 社会変革財団

- おせっかいな個人
- 地域事業者
（スナック、美容室、等々）
- 新興ベンチャー企業
- 大企業支局社員
- 自治組織・市役所

外部評価期間

島根大学

雲南市立病院

雲南市医師会

おせっかい

受益者

雲南市民

地域で生活を営むおせっかいな関係者が定期的に集まり、地域の課題を話し合う**「協議機能」**と、解決策の**「実行機能」**を備える。積極的におせっかい会議への参加を呼びかけ**「巻込み機能」**も具備させる。

Community Nurse Company

地域おせっかい会議事例 ①お買い物支援

制度からこぼれる想いを情報共有し
難病の方の買い物支援

おせっかいしたいと思った人：
ショッピングリハビリスタッフAさん

協力者：スーパー、福祉事業者、移動支援事業者

難病になったため買い物が困難になったBさんは、スナックのママ。「20周年までスナックを続けたい。**買い物を続けたい**」という願いがありました。
以前はショッピングリハビリを利用していましたが、**介護度が上がりサービスの適応外に。**
ショッピングリハビリを運営するおせっかい会議メンバーのAさんが久しぶりにスーパーで見かけたBさんは**「危なそうに買い物をしている」状態だったとのこと。**
スーパーの方やBさんのサービスに入っている訪問看護師、最近独立して移動支援を始めた看護師などに呼びかけ、Bさんの買い物を支援。

Bさんは**「誰に相談しても何もできなかったけど、話を聞いて、みんなが協力してくれて嬉しかった」**と話されています。もともと人脈の多いスナックママのBさんもおせっかい会議のメンバーとして活躍中です。

地域おせっかい会議事例 ③SasaDGs

多世代で地域について学び合い
子供の居場所づくり
高齢者の生きがいづくり

おせっかいしたいと思った人：
看護学生Dさん
協力者：看護学生、おんせんキャンパススタッフ、近所の高齢者Eさん、ピアノが趣味のFさん

看護学生が竹の管理と後継者不足、環境問題について住民さんの声を伺い、『雲南市にある笹や竹を身近に感じつつ楽しい何かができないか？』と、Eさんを始め雲南に関わる大学生が「SasaDGs」というプロジェクトを企画しました。

笹巻きイベントでは、笹取りから子どもが参加し、地域の笹巻き名人から笹巻きの文化をや想いを学ぶ場になりました。社会参加や生きがいづくり、学びの場といった、高齢者にとっても子どもにとっても、相乗効果を得られる機会となりました。

また、この取り組みでは、おんせんキャンパスの子どもたちが地域の人と自然に交流が生まれるよう 、カタリバおんせんキャンパスの皆さんとも連携しました。

地域おせっかい会議事例 ④梅しごとで地域を元気に

「困りごと」と「やりたい！」
を繋げて、繋がりづくり

おせっかいしたいと思った人：
管理栄養士Gさん
協力者：郵便局さん、看護学生、お寺、地域住民さん

得意の料理を生かして、放置梅で何か元気になる手仕事が作れないかな？ とおせっかい会議に相談をしたGさん。

「なかなかもう梅を取れなくなった。勿体ないからとって欲しいという住民さんもいたよ。」と地域をよく知る、民生委員さんやおたがい様雲南さん、郵便局さんなどからもアドバイスがありました。協力者も集まり、みんなが情報を持ち寄り、梅しごとで元気プロジェクトが立ち上がりました。

ご紹介いただいたお宅の梅収穫や加工を、子どもを交えて少人数のワークショップを実施し、梅干しやジュース、ジャムなどを作りました。梅を取らせてもらう代わりに草刈りをしたり、ジャムを届けたりと、新たな繋がりづくりになりました。

高齢者/家族が楽しく嬉しくなる健康づくり「ナスくる」

1、トキメキを共に楽しむ

アクシデントが発生した後の緊急対応が中心の従来の見守りサービス対して、「ナスくる」は健康寿命を延伸し、心も体も豊かに生きていただくためのサポートを提案し、
ユーザーのトキメキ発掘を目指します

2、地域やご近所さんともつながる

利用者の要望によって、地域のコミュニティやカフェ等のまちの中でも実施します。コミュニティナースとのコミュニケーションだけでなく、
地域との繋がりや出会いも創出します。

3、家族がもっと仲良くなる

ナスくるの活動は、お子さんや親戚などのご家族とも共有され、遠く離れて住んでいても、
元気な様子を知ることができます。
家族間の会話も増えたという声も。

訪問看護とナスくるの違い

	訪問看護	ナスくる
場所	自宅訪問が基本	本人の希望に応じて、 地域のコミュニティなどでも実施
導入背景	医者の指示書が必要	家族の気がかり、本人の楽しい気持ち
保険適用	制度で保険適用 （自費だと5,000円）	制度外
対象	通院が困難な方（通院困難 /病院嫌い）	誰でもOK、家族も含める
提供内容	リスク管理（問題ないかチェック）	ワクワクや楽しさに一緒に向かおうことを大切にしている。
支払う方	本人が多い	子供や兄弟など、折半の場合も。

ナスくるストーリー①

かつての夢を実現！
地域の人たちと新たな繋がりづくり

奥さんと2人暮らしのAさん
協力者：Aさんのご友人、地域住民さん

趣味でそば打ちを楽しむAさん。もともとホテルマンとしてお仕事をしていたが、実はずっと蕎麦屋をやりたいという想いをずっと持っていました。そのお話を聞いて、スタッフから、1日蕎麦屋をやりませんか？まずはお家でみんなを招いてやってみましょう！と提案。
ナスくるスタッフや地域住民の方など、若者からお年寄りまで総勢15人集まり、そばを振る舞って頂きました。蕎麦屋さんに来ていた住民さんが、お礼にとお二人宛に雲南の特産品とお手紙を贈られるという交流も生まれました。レポートでその様子を知ったご家族さんからも喜びの声が。

あまりの美味しさに、自分たちにも作り方を教えてほしい、次回はぜひ雲南でやりませんか！とご提案したところ、Aさんも大喜び。2回目は雲南市でお花見出張そば屋を実施していただきました。

実は、もうちょっと若ければ蕎麦屋やりたかったな・・・と思っていたAさんとその奥さん。
夢が実現できて、とても喜んでいただきました。

ナスくるストーリー②

家族とのコミュニケーションが活性化

1人暮らしBさん
協力者：息子さん

携帯を変えたかったBさん。どうしたら良いいものか、誰かに頼ることもできないまま時間が経っていました。息子さんは海外在住で、中々会うことができず、電話と手紙でやりとりしていました。
そこにナスくるのスタッフがお伺いし、どんな写真を送りたいのか、どんな風にコミュニケーションしたいのかを聞きiPadの購入をアドバイスし、活用方法もレクチャー。今までは、孫との音声通話のみだったのが、動画でお話できるようになり、顔の見えるコミュニケーションが実現しました。

さらに大きな変化は、お孫さんのことだけでなく、息子さん自身の近況なども発信するようになったこと。ツールが充実したことによって、息子さんの会話が広がり、コミュニケーションが活性化しました。

地域まるごと子育て“縁”

地の自然や文化、ひとを活かした雲南オリジナルの
子育て環境とつながりを作る。
子育てを単一の施設や血縁家族内だけに閉じることなく、
地域の大人たちとの関わり合い、多世代交流を通じて
子どもの可能性を開いていくことを目指します。
※2022年4月1日から本格的に展開予定

2020年春、コロナ禍で始まった「味噌汁学校」
がアイディアの発端に。コロナ禍で休校中の
小学生などを対象に実施。地域おせっかい会議の
メンバーなどが協力して企画立ち上げに至りました。

古民家の持ち主である木次乳業の創業者の言葉、
「下座して学べ」をコンセプトに、
子供だけでなく、大人も共に学ぶ場を目指します。

地域に寄り添う小さな経済圏を多展開する

小さな拠点からスタートする
コミュニティナース実践

実践

行政

・地域おこし協力隊制度活用
・移住促進事業活用
・地域づくり人材制度活用

おせっかい
会議

ナスくる
等

育成
講座

コミュニティナース
小さな拠点

CN探索

実践支援

運営支援

自走支援

CNC

企業

一般社団法人コミュニティナースラボラトリー

様々な形ですでに活動しているコミュニティナースたちの実践を通して培った技術、ノウハウ、気づきを集積し、体系化しさらにコミュニティナースを広めることで「誰もが誰かの心と体の健康を応援をする」そんな社会の実現を目指します。

Community Nurse Company

一般社団法人コミュニティナースラボラトリー

様々な企業・教育・研究機関と連携し、コミュニティナースの活動研究を通じて、
コミュニティナースの育成・普及を目指します。

会社概要

会社名:
Community Nurse Company株式会社

設立年月日:
2017年3月31日

所在地:
本社　島根県出雲市大津町2103-2

役員:
代表取締役　矢田 明子
取締役　中澤ちひろ

資本金:
1,000,000円

従業員:
16名

事業内容:
コミュニティナースの人材育成、実践支援、研究

代表:矢田明子
島根県出雲市出身。2014年島根大学医学部看護学科卒。
株式会社Community Care取締役、看護師、保健師。

島根県雲南市が主催する地域課題解決人材育成事業(幸雲南塾1期:2011年～)で地域に飛び出す医療人材によるコミュニティづくりを提案(2016年総務大臣賞、プラチナ大賞受賞)。その後、医療人材を含むまちづくり人材を体系的に育成するプログラムが2013年より東京大学医学部のサマープログラムに認定される。2016年よりコミュニティナース育成プロジェクトを立ち上げ、2017年に法人化。受賞歴として「日経ウーマン・オブ・ザ・イヤー2018」「WIRED Audi INNOVATION AWARD 2018」ほか多数。

メディア掲載実績

［総理大臣所信表明演説］

平成30年10月24日

第百九十七回国会における安倍内閣総理大臣所信表明演説

（全世代型社会保障改革）

高齢化率三十六・五%。過疎化。限界集落。このピンチを、島根県雲南市は思い切って、若者たちに託しました。

「日本で一番、若者がチャレンジしやすい町を目指す」

空き家をシェアオフィスに利用する。耕作放棄地で育てた作物から新しい特産品を開発する。若者たちからは、社会的課題の解決につながる新しいアイデアが次々と生まれました。

過疎地を訪問し、看護サービスを提供する。三人の若者たちが始めたチャレンジは、地方創生交付金を活用し、行政や地域の支えも受け、町の病院や診療所の新しいネットワークを作り上げることに成功しました。活動の輪は広がり、今、七人の若者たちが、中山間地域の医療を支える大きな力となっています。

ピンチもチャンスに変えることができる。

この四年間で、五十件近いアイデアが起業につながりました。地方にこそチャンスがある。雲南市には、今、二百五十人近い若者たちが移住し、地域の新しい活力となっています。

［日本政策投資銀行ビジネスコンペ受賞］

DBJ 女性起業ソーシャルデザイン賞

Community Nurse Company
株式会社 代表取締役
矢田 明子（やた あきこ） 島根県

事業内容

まちへ飛び出したナースたち
人と地域に寄り添う「コミュニティナース」が
日本人の健康意識を変えていく

行政保健では届きにくい地域住民の日常生活の中に飛び込んでいく医療人材であるコミュニティナースの持続的な育成・支援システムを構築する。
また、コミュニティナースのコンセプトで元気で生き生きとしたコミュニティづくりを進めたい自治体や企業と連携を結び、社会実装を加速させる。関係者がクライアントであり、またナレッジの源泉であることを生かし、ナレッジが相互に蓄積供給されるプラットフォームを形成する事業。
これらを通じて、医療介護保険の抑制・看護人材の新たな生かし方・健康で幸せな人の増加を目指す。

［日経ウーマンオブザイヤー2018受賞］

メディア掲載実績

［ NHKにて特集 ］

［ BS朝日にて特集 ］

あなたのハートに BS朝日 5CH

GAME CHANGERS

－ 世界をちょっと豊かにするアイデアたち －

［ 日経新聞連載 ］

人間発見

医療機関で待つ看護師ではなく、地域の住民が集まる場所に飛び込み、健康相談などを受けるコミュニティナース。担い手を育てるための会社「コミュニティ ナースカンパニー」（島根県出雲市）を設立したのが代表の矢田明子さん（38）だ。全国にコミュニティナースの活動を広げようと奔走している。

コミュニティナースという言葉になじみがない、という方も多いと思います。もとになっているのはコミュニティナーシング（地域看護）という考え方です。困っている人やその家族に対し、暮らしのなかで支援をするんです。海外では広く取り入れられていて、例えば、オランダでは非営利組織の約1万人の看護師・介護士が地域住民のそばで治療のサポートや身の回りの世話などをしています。

コミュニティナーシングを知ったのは、看護師を目指し27歳で入学した島根県立大学短期大学部看護学科（当時）の1年生の授業。暮らしのなかで看護をするという考え方に、強い興味を持ちました。

日本で実践する人がいるのか、すぐに調べてみました。地域住民の健康の保持・増進のために活動するという意味でイメージが近いのは保健師さん。ただ、保健師さんはいつも住民のそばにいるわけではない。コミュニティナースとして活動する人は日本にいなかったのです。

コミュニティナース 矢田 明子（やた あきこ）さん

看護師 街に飛び込む ①

地域住民の健康守る まちに安心を提供

入学翌月から学生仲間5人でグループをつくり、コミュニティナースを名乗って動き始めました。地域の人が集まる公民館などに出かけて、世間話をしながら「最近、体の調子はどうですか」と健康状態を尋ねます。子育て中のお母さんが集まるカフェに行き、「健康への関心を高めて」と呼びかけたこともあります。参加者の中から、がん検診を受けて早期発見につながった人が現れ、コミュニティナースの役割を実感しました。

自らコミュニティナースとして活動していくなかで「全国に広げるには担い手を増やす必要がある」と人材育成に乗り出した。現在では100人以上が、本拠の島根県をはじめ首都圏や関西など全国で活動している。

コミュニティナースとは、地域住民との関係を深めることで健康的なまちづくりに貢献する医療人材と考えています。暮らしのそばにいて、健康面でのお節介を焼く人。見守り、巡回など様々な活動を通じて安心を提供することで地域に関わり、まちを健康にする人たちです。コミュニティナースに定義はありません。資格でもない。あり方であり、コンセプトです。

「これがコミュニティナースだ」というモデルはつくらないんです。コミュニティナースには、自治体の嘱託として活動している人もいますし、訪問看護をしながらやっている人もいる。飲食店を経営しながら活動する例もあります。個人、地域の実情に合わせてやればいい。基本は地域の人たちとの関係づくりですから。

（大橋正也が担当します）

受賞歴・著書

受賞歴

2017年　CCJAチャンピオンオブチェンジ入賞「医療人材による地域コミュニティ作り」

2018年　日経BPウーマンオブザイヤー「超高齢化社会の希望賞」受賞

2018年　公益財団法人日本ユースリーダー協会第9回「ユースリーダー賞」受賞

2018年　WIRED Audi INNOVATION AWARD受賞

2019年　Business Insider Innovation Award「BEYOND MILLENNIALS 2019」受賞

2019年　第7回DBJ女性新ビジネスプランコンペティション「ソーシャルデザイン賞」受賞

2020年　2019年度シチズン・オブ・ザ・イヤー受賞

著書

2019年2月9日刊行：木楽舎「コミュニティナース まちを元気にする“おせっかい”焼きの看護師」

［書籍］

課題と現状認識について

社会背景とCNを通して解決したい社会課題

社会背景

疾病予防と早期発見を支え合いの関係構築を通して健康寿命を延伸することが社会にとっても、個人にとっても、より重要な時代

- 「人口減」「労働人口減」による「治療」の担い手の不足。医療機関の数が減少や、人不足などにより、適切な医療をうけづらくおそれがある。
- 「高齢者の増加」により社会保障費の負担が増大。個人の医療に対する行政的支援は縮小していく可能性が高い。
- 社会的に医療制度の崩壊が見込まれ、結果、不健康で、生きづらい余生を長く生きざるを得ない生活者が増大する可能性が高い。

▽

- 打開策として社会全体として有病率を下げることが求められるが、現行環境では予防医療については自己責任に任せられている。

解決したい社会課題

予防医療の自己責任化による健康で豊かな生活の逸失
それによる日本社会の活力低下

- 予防や早期発見に関する制度や技術は今後発展されることは見込まれるが、それ自体が個人の意識や行動を変化させられるとは言えない。予防を自己責任に任せた結果、健康格差が大きくなることが推察される。
- まず、物理的に医療機関や、健康に関する適切な情報にアクセスしづらい高齢者や健康弱者が取り残される。
- ついで、乳幼児を抱えた母親や、老老介護者、自営業者など、自身の健康より行動の優先順位が高い事象を抱えた生活者の健康維持に危機が及ぶ。
- さらに、そもそも予防医療に意識が薄い多くの生活者も、潜在的なリスクを抱えることになる。

コミュニティナースが社会に提供する価値

健康寿命延伸とウェルビーングの向上、支え合いの社会構築のためのコミュニティを構築し、暮しのそばから健康に関する働きかけを行うことで、個人の意識と行動の変化を促す

（機能的価値）

- **「看護」の民主化**
- **社会的処方によるケアの実践と伝播**：
  医療機関外で**健康寿命延伸に対する活動にふれる機会を創出**することで行動の変化を促す。また、体の健康だけでなく、個人の健康を脅かす**「孤独や不安、退屈」といったストレスを軽減**し、**生への活力**が生み出される機会を創出し意識の変化を促す

地域住民による協働

- **多様な人材の巻き込みによる新しいコミュニティの構築**：
  医療の専門家以外にケアの知識をシェアし巻き込むことで、**健康づくりの担い手を増やし**、個人を包括的にケアする仕組みを構築する

（情緒的価値）

- **親近感**：
  「専門家と受益者」という関係ではなく、住民どうしが相互にサポートし合う。生活の導線上、まちの中の友人/隣人といった立ち位置、心理的な安心と信頼を担保し、**医療情報/行政施策へ接することの心理的障壁**を下げる

住民目線のコミュニケーション

共感型コミュニティをつくることの効果

足が不自由でも地域イベントに出られた！！！

足に痛みを抱え歩くことが困難となってしまったAさん。みんなと話したい、地域のイベントに参加したい、と思いながらも、一人では出かけれないし、誰かに迷惑をかけるのが嫌で引きこもっていた。それを聞きつけたおせっかい会議のメンバーは同じ地域のBさんに相談。Bさんは「任せとけ！」の一言で、Aさんに心の負担をおわせない気さくな雰囲気で、イベントにつれだしてくれるようになった。Aさんも、Bさんも、いつも楽しそう。

日本語がわからなくても病院に行けた！！！

外国からいらっしゃったCさん。子宮不調が原因の病気の諸症状がでていたが日本語が話せないためにどう対処していいか困っていた。その様子を見たおせっかい人が、地域内で医療英語が話せる方を見つけ、相談にのってあげた。その後、病院へも付添い、通訳をしてあげたことで、治療を受けることができ、症状が改善された。

学校には行けなかったけど、地域で誰かの役に立つことができた！

ふとしたことがきっかけで学校にいけなくなってしまったDさん。昼間することもなく、いつも自宅に引きこもっていた。それを聞きつけたおせっかい会議のメンバーがDさんにおせっかい会議の参加メンバーになることを提案。学校にはいけなくても、Dさんはおせっかい会議で多くの大人におせっかいをしながら、たくさんのことを学んでいる。

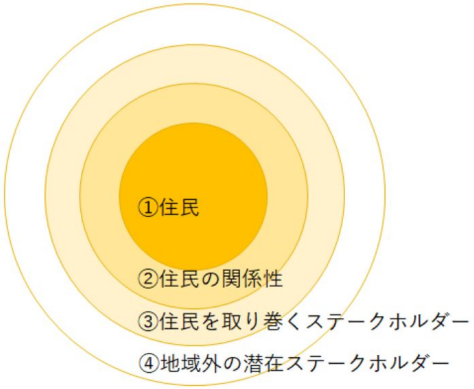
興味がなかった健康講座にハマった！

毎日、家事や子ども・孫の世話が忙しくて健康に関心を向けている暇もなかったFさん。地域で働くコミュニティーナースと仲良くなったので試しに地域の健康講座に行ったら、普段の生活に役立つヒントがもりだくさん。しかもお友達も増えた。以降、健康講座に敵的に顔をだし、自分と家族の健康維持に役立てている。

参考 – コミュニティナースが果たした役割

雲南市CN地方創生インパクト評価業務報告
平成30年3月
より抜粋

- コミュニティナースは、直接的に住民当事者だけでなく、制度や周辺組織(ステークホ ルダー)にアプローチすることで、健康づくりや地域づくりが促進されるコミュニティを 再構築している。このことは、雲南市内のどの地域における実践においても、必ずコミュ ニティナースが地域自主組織及び地域の主要なステークホルダーを巻き込んで企画を運営していることからも明らかである。各ステークホルダーへのヒアリングからは、実際に地域行政や地縁組織、そして住民グループの主体性を引き出し、具体的な取り組みを支援していることがわかった。
- コミュニティナースが生み出すシステミックな変化を模式的に表したのが下図である。医療分野の取り組みは、①住民(特に個別住民)への対応と変化に注目されがちであるが、雲南市内の事例にみられるように、コミュニティナースは②③④のような複数のレイ ヤーに戦略的にアプローチすることにより広義の地域コミュニティに変化を生み出してい る。対処療法的ではなく予防的、かつ地域住民のチャレンジを引き出すコミュニティナースのアプローチは、雲南市の地方創生モデルをより進化させていくうえで、全国をリードする有効なモデルとなることが期待される。



図：コミュニティナース活動が影響を与えるレイヤー（CNC 作成）

参考 – コミュニティナース活動による経済効果

雲南市CN地方創生インパクト評価業務報告
平成30年3月
より抜粋

コミュニティナース活動による社会保障費用削減効果

コミュニティナース活動が生み出す「居場所」は、単なるコミュニケーションの場ではなく、医療や介護、リハビリテーションに関する知識を得る場所であり、住民が主体的に 活動する場でもある。こうした活動に関する既往研究は存在しないため、そのインパクト を現時点で推計することは難しいが、本章の冒頭で整理した JAGES によるコミュニティが健康に及ぼす影響に関する研究結果を援用し、インパクトを推定した。

当該研究では、月に 1 回程度行われている高齢者サロンに参加している人たちは、非参加者と比べて、要介護になる比率が約半分に抑制されていた。これはより健康な人がサロンに参加しやすい傾向にあることを考慮した調整済みの数値である。200 名が新たに定期的にサロンに参加したことによる要介護認定者の削減期待値は 12 名である。

これをベースに平成 28 年度の平均月額費用 15.7 万円を用いて、平均介護期間を 10 年(132 ヶ月) と仮定すると、約 2.5 億円の介護給付費用の削減が見込まれる。これまでのサロン参加者数を 40 名とおいても、約 4,140 万円の費用削減となる。

本推計には医療知識の向上による健康へのインパクトが組み込まれてないため、実際には 一層の社会保障費の削減効果が期待できる可能性がある。

また、こうした取り組みによって居場所や活躍の出番を得た 200 名の OQL の向上は、経済的指標には置き換えられない成果であるといえるだろう。現時点ではこうした主観的健康感や幸福感の変化を計測することは難しいが、コミュニティナース活動が拡大し、年数を経ることで、導入前後の比較が可能になると考えられる。地域づくり活動の一環とし て全住民アンケートを実施している地域自主組織も多いため、あわせてこうした調査を実施することは、今後さらに他地域に展開し、その知見を市外にも提供していくうえで極め て意義深いものになると期待される。

※ ここでは平成 28 年4月における介護給付費用の受給者 1 人当たり費用額である 15.7 万円を基準とし、平成 28 年時点の平均寿命と健康寿命の差異 (男性 9.79 年、女性 12.93 年)の人口比を考慮した平均値 11.4 年を要介護期間として算出した。

参考 – パンデミック下の「おせっかい」

「おせっかい」の活性化。COVID-19パンデミックは日本の自主的ソーシャルワークの 重要性をいかに強調したか

より抜粋

コロナ禍による緊急事態は、経験とエビデンスに基づき、様々なリソースを巻き込みながら活動する自主的なソーシャ ルワークの重要性を浮き彫りにする。パンデミック時には、マスクの着用、手洗い、社会的距離感の実践 など、エビデンスに基づいたアプローチが求められる。人々は病気を広めないように最善を尽くすべきであるが、コミュニティ内の社会的なつながりやサポートを育み、維持するためにお互いに依存し続けるべきである。**自然な社会的距離感の高い日本の中山間地域では、エビデンスに基づいた予防法を実践している人は、医療従事者であるかどうかに関わらず、協力して地域社会を支えていくことができるであろう。**今回のパンデミックでは、合理的な地域医療従事者をはじめとする専門家への信用が高まり、日本の 中山間地域でのパニックは回避され、中山間地域の高齢者にはCOVID-19に関する適切な情報が提供された。

この未曾有のパンデミックは、慣習的な医療習慣や感染予防の重要性だけでなく、日本の伝統的なソーシャルワークである「おせっかい」を例に、社会の激動の中でも柔軟かつ効果的に対応できるコ ミュニティの社会的なつながりを育むことの重要性を教えてくれたのである。

よくあるご質問

よくあるご質問

Q1. コミュニティナースは、なぜ暮らしの中で関わっていくのですか？

A. 1947年に採択されたWHO憲章では、前文において「健康」を次のように定義しています。**「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。（日本WHO協会訳）」**。コミュニティナースは、暮らしのそばで地域の人たちと一緒につながりを育むことで、健康な毎日を一緒に作り出します。そして誰もが誰かの健康・元気を応援できる社会を目指しています。

Q2. コミュニティナースは、なぜ「楽しい」を活動のキーワードにしているのですか？

A. 社会的健康は、嬉しいや楽しいを起点にした繋がりから生まれるものであるため、このキーワードを大切にしています。一方で、健康への関心が薄い方や、仕事や子育てなどで時間がとれない方にも出会っていくために、医療の枠組みに捉われない楽しい場をつくることや、住民サークルやお祭りなどすでにまちにある楽しい活動に入っていくことを大切にしています。

よくあるご質問

Q3. 地域で活動する自治体や医療従事者とコミュニティナースとの違いは何ですか？

A. コミュニティナースは実践のあり方なので、自治体や医療従事者もその役割を担っている例もあります。自治体や医療福祉の方々もまちの一員として連携しながら、地域の実情にあわせて、多様で自由な実践を行っています。

Q4. コミュニティナースは、看護資格が必要ですか？

A. コミュニティナースは、資格や認定を必要とするものではありません。「看護」の本来の役割は、「人が持っている力を引き出し、より健康で、より幸福な暮らしを支えること」であり、コミュニティナースもその本来の役割を、社会の中で誰もが実現することを目指しています。さらに、まちの中で地域の人たちと関わり合い、共に生み出すあり方を指しています。

Q5. コミュニティナースプロジェクトのこれまでの実績を教えてください。

A. 2016年に第1期を開始し、400名以上が講座を修了し（2021年8月現在）、実践家として活動しています。実際にコミュニティナースの活動が地域の健康や幸福にどのような変化を生みだしているかについては、修了生や住民の方々、行政、研究者など様々な人と一緒に検証をしています。いままでの受講者は看護師が約9割となっていますが、医療福祉に限らず多様な方々の地域での実践を広げるため、医療福祉分野の資格保有者に限らず募集しています。

よくあるご質問

Q6. コミュニティナースを実践する人たちの主な収入源について

収入源はさまざまです。郵便局の方や企業の方がコミュニティナースの実践を行うケースもあり、その地域やその人の実情に併せて、それぞれの実践と収入を得ています。地域おこし協力隊などの予算を活用した自治体による雇用のほか、医療機関や一般企業、NPOなどに雇用されるケースが増えてきています。また、フリーランスとして複数のプロジェクトに参加したり、地域振興や農業、福祉などの領域で自ら事業を立ち上げるケースもあります。

地域おこし協力隊：京都府綾部市、愛媛県久万高原町、岩手県紫波町、
奈良県奥大和地域、長崎県対馬市、宮城県石巻市

医療機関：愛媛県久那高原町病院、医療法人オレンジ（訪問看護）など

一般企業：医療法人オレンジ（カフェ店員）、西部ガス（まちづくり事業）、
日本郵便（雲南市局長さん）、産業保健師

NPO：愛知県岡崎市（若者への訪問型サービス）、宮城県亘理町（地域交流）
島根県江津市、静岡県島田市

起業：カフェ運営、訪問看護サービス、一般社団法人てとわ（山端さん）、

コミュニティライフケア（江津・津和野・益田）

誰もが誰かの
心と身体の健康を
応援できる社会へ

THANK YOU

Community Nurse Company 株式会社