

総合福祉と環境精神保健

村上 千鶴子¹⁾

Comprehensive Welfare and Environmental Mental Health

Chizuko Murakami¹⁾

要約：

社会的弱者の救済から、全ての人々が生きやすい社会システム作りを目指す福祉には、さらに一歩進んで、生物として、近しい人の間に生きる者としての人間を認識し、自然環境への配慮や家庭に模した小集団処遇の展開、脱施設処遇への取り組みの必要が指摘された。その点で、福祉分野と環境精神保健分野とは密接に関連しており、両分野の積極的連携は今後ますます期待されることが示唆された。そして、環境精神保健における、自然療法、森林療法などの知見を援用した学際的研究計画の提案がなされた。

キーワード：総合福祉、環境精神保健、小集団、脱施設、自然療法

1987年の「精神衛生法」から「精神保健法」への転換に伴ない、学問分野においても、『精神衛生』から『精神保健』へと呼称が変わり、その研究対象がより一般化した。その後、1995年に、「精神保健法」から「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律（略称：精神保健福祉法）」へと変わり、福祉重点政策が採られるようになった。上述の法改正に伴ない、福祉と精神保健がより密接な学問分野として位置付けられることとなったが、その学問的交流はまだ余り活性化していない。

福祉に関しては、近年は社会的弱者の救済という従来のスタンスから、一般の人々も含めた全ての人が生きやすい社会システム作りを目指すものに徐々に変わろうとしている。精神疾患におけるノーマライゼーションが障害者の社会化の促進を目指し、社会の偏見の改善を目指すものであるのに対して、福祉分野では社会的弱者の社会化が可能な社会システムの改善を目指すものと位置付けられよう。

しかし、現段階の改善指標ではまだまだ不足であるといわざるを得ない。社会全体の改善が、社

会システム、社会の施設・設備に留まっている限り、人間の十全な健康生活の保証には実はほど遠いと筆者は考える。人が生まれ、死んで行く時に延命治療や立派な設備がどれほど必要なものなのか考えてみる必要がある。自身の老後を考えて時、どのような生活が望ましいのか、どのような老後を送りたいのかということ、我々は人間の本性を直視し、自分自身に問い掛ける必要がある。筆者は自身の老後に対して考えた時、最も欲しいと願うものは自然である。それは森であり、木々であり、土であり、海であり、湖であり、川であり、星であり、動物たちである。我々は、生活の利便性や経済性ばかり気にして、土に生きる人間という生物であることを忘れてしまっている。このような環境が我々に与える影響の大きさを看過してしまっていると思われる。

近年日本でも、森林療法分野の臨床的効果を科学的に調査しようという試みが開始された。ドイツでは、自然療法、森林療法は数十年前から臨床に付され、他の多くの代替療法と同様に健康保険の適用もなされている。しかし、日本の医療場面

1) 浦和大学総合福祉学部

Faculty of Comprehensive Welfare, Urawa University

では、西洋医学に著しく偏っており、わずかに、漢方製剤、鍼灸、一部の指圧マッサージに保険適用が限定されている。日本は、ドイツと比較しても、比較にならない程多くの美しい森や海が豊富にあるが、それらは顧みられることはなく、乱開発、道路整備の犠牲となり、日々失われている。また、食物自給率の極めて低い日本の農業政策にも危ういものを感じる。

以上のような問題を背景にして、福祉における健康な老後のためにどのような自然回帰が選択肢として考えられるのか真摯に検討する福祉研究者がいても良いのではないだろうか。スウェーデンなどでは、一歩進んで、豊かな自然の中で、家庭を模した小さな家の中で少数の老人と職員が、世話される者と世話する者としてではなく、共に生活する者として暮らすグループホームの形態が施行されている。これが、筆者が老後に望む第2の重要事項である。介護や庇護を受けるという受動的なあり方ではなく、共に生きる同等のあり方、共生のスタンスである。これは、近年児童福祉分野でも注目されている方策である。これまでの施設処遇から、職員ひとりひとりの家庭に2、3人ずつの子供を引き取り、通常はそこで職員家族として生活を共にし、不都合が生じた場合には、元の施設部分で一時子供を預かったりする制度である。これは、一部の先進的施設で自律的に始動し、現在脱施設処遇の新しい形として注目されている。これも施設から家庭へのノーマライゼーションである。老人にとっても子供にとっても、立派な設備の施設で清潔・快適に暮らすことよりも、温もりの感じられる環境が重要であるということであろう。

一方精神保健では、近年の環境研究の発展に伴ない、医学分野でも公衆衛生学から、地球環境をも含むより広いパースペクティブをもつ環境医学が登場し、その広いパースペクティブを精神保健分野に適用しようとするのが環境精神保健である。

環境精神保健が老後に果たす役割の第一は、適切な環境のあり方を科学的に実証することである。自然環境の科学的効用については、日本においては研究が始まったばかりで、今後の研究の蓄積を待たねばならない。第二の点は、生き甲斐にも関

連するが、被介護・被保護といった受動的生存に比して、共生的人間関係がもたらす効用の精神保健学的実証である。対等な人間関係の中で、残された能力を十全に活かす生き方を模索するべきであろう。現在考えられるひとつの可能性としては、老人力の農業への活用である。具体的検討の段階では、老人の心身状態、希望、経験的技能の態様から、老後生活への選択肢の幅を広げ、それを明確に提示することが必要となる。附帯する施設・設備の問題には、公の直接的助成よりも、各種NGO、NPOへの助成としてシステム化した方が、マンネリ化・硬直化といった弊害を防止できるであろう。

自然の効果的な利用の考えは、実は老人のみに留まらない問題であり、年少非行少年の処遇においては、戦後から50年余の歴史を持つ。「自然は人を感化する」という理念の元に、豊かな自然環境の中で非行に走る戦災孤児などを育ててきた。時代の変遷とともに、緑豊かな環境は都会に隣接し、自然に替わって職員の怒声と鉄拳が矯正しようとしたが、短期収容の限界とともに目立った効果は得られていない。もう一度、「自然が人を感化する」という理念に立ち還り、自然療法の効用を実践的かつ科学的に実証する必要があるだろう。児童福祉施設のひとつである児童自立支援施設の多くは、地方自治体の管轄であり、国立施設は僅かである。その意味で、官僚制度の弊害が幾らかでも緩和され、地方分権化が推進されれば、実効力のある改革が期待される。その一助として、福祉と精神保健・精神医学が連携した関連研究の成果の蓄積が待たれる。

「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」施行以来、一部の医療機関などでは連携が活発化した福祉分野と医療分野の提携は、今までのところ現場に留まることが多く、教育・研究場面では、連携的な取り組みはまだ十分に推進されているとは言えない。

以上述べてきたように、福祉分野と環境精神保健分野とは密接に関連しており、両分野の積極的連携は今後ますます期待される。学問分野のバリアを超えた学際的研究が実効力のある政策に結実することを切に望むものである。

以下に、筆者が福祉と環境精神保健の接点とし

て考案した研究計画案を載せ、今後の学際的共同研究への参画を促したい。

研究計画1. 自然に則した健康な老後の過ごし方をシステム化する試み

(目的)

現在老人関連施設の普及は進んでいるが、質的環境作りに関しては十全ではないと考える。設備だけでなく、老人の行動可能性にも注目して、能動的かつ健康に余生を送れるシステム作りが必要であると考えた。当該研究では、「自然に生きる」をテーマとして、自然の中で生き生きと生活する老人の生活を調査研究し、より自然で喜びのある老後のあり方を模索したいと考えた。

老後の健やかな過ごし方について、今日では、QOLの向上を考えることが当然となっているが、具体的取り組みとしては、施設内の行事、催しなどにとどまっていることが多いと考えられる。人間を、生命を持つ一個の存在として考えた場合、その老後の過ごし方には、もっと自然に触れ、死ぬまで自身の生活を支えて働く、仲間の中の老人個人のあり方という状況設定が相応しいと考えた。施設収容して、依存的に生活してゆくには今後老人が増えつづける人口動態の中では、その処遇の質的低下は避けがたい。農業生産自給率の極めて低い日本において、ゆっくりとした農業を細々とでも続けてゆく老人力の意義は大きいと考える。体を動かし続け、いつか大地に倒れ伏す死に方こそ本望といえよう。世話され、依存する生き方よりも、僅かでも自分の自立した足で立って生きたという感触を選ぶ老人は少なくないと考えられる。これまで、福祉の観点の相違からか、老人力の活用に前向きな研究は殆どみられない。各地で老人の自立と他者への老人力による貢献が実現すれば、老人問題が抱える多くの困難が前向きに解消され

ると考える。システム化には系統だった研究過程が必要であり、当該研究だけで実現するものではないが、当該研究がその端緒となり、自然に生きる老後の観点が広がれば、意義は果たせよう。

当該研究では、老人のあり方の選択肢を広げ、自足して暮らし、自然に死ぬあり方の有用性を検討する。現在のところ、諸研究の動向としては、施設収容の依存的あり方の中の改善点の指摘、あるいは景色としての自然の有用性を指摘する域を出ていないと考えられる。

(方法)

各地で自然の中で自立的に生きる老人とその環境について医学的、心理学的に調査を実施し、施設収容され依存的に生きる老人と比較研究し、自然の中で自立的に生活することの意義を明らかにする。老後の選択肢を広げるシステム作りにつなげたい。社会における老人力の活用可能性の探索でもある。

(研究計画の概要)

(1) 研究内容・方法

「自然に生きる」をキーワードとして、老人の生活の質、満足度、体調、自律神経機能などについて調査・測定する。使用測度としては、心理測定では、セルフエフィカシー検査、POMS、身体機能測度としては、立位と臥位の血圧、脈拍数、免疫機能など。

①全国の老人施設の生活の質に関する取り組みについて、自然とのふれあいの程度、生活レベルの自立の程度、職員との関係を主眼として、サンプル調査質問紙作成、郵送配布。

②3ヶ所の自然状況の異なる(海、山、都市部)老人施設において、入所者の精神神経学的・心理的測定を1ヵ年の間隔をおいて2度実施、併せて、各地の非施設収容の自立した老人の個別面接、身体機能測定を実施する。

参考文献

1. 今井良久、『今あかす「クナイプ自然療法」の秘密』, 東京経済, 東京, 1992
2. 今井良久、『クナイプ自然療法(上)』, 東京経済, 東京, 1993
3. 宮崎良文、『木と森の快適さを科学する』, 全国林業改良普及協会, 東京, 2002
4. 宮崎良文、『森林浴はなぜ体にいいか』, 文芸春秋, 東京, 2003
5. 上原巖、『森林療法序説』, 全国林業改良普及協会, 東京, 2003