

# ケアとまちをつなげる

訪問看護ステーション、カフェ、  
その他が集まるまちのたまり場

# #07

## 訪問看護事業者が運営する カフェとコミュニティ

東京都府中市、京王線の多磨霊園駅から徒歩1分の商店街に〈the town stand FLAT〉(通称FLAT STAND、以下フラスタ)という小さなカフェがある。このカフェを主宰する糟谷明範さんは、理学療法士として2006年から5年間病院に、4年間を国立市の訪問看護ステーションに勤務した後、2014年に株式会社シンクハピネスを立ち上げ、訪問看護、リハビリ事業を行う〈LIC訪問看護リハビリステーション〉を始めた。その後、2016年にフラスタをオープン、さらに、2017年からフラスタの裏にある古いアパート(糟谷さんの父親が管理)の空室を活用することを決め、最初にシンクハピネスの一事業として居宅介護支援事業を行う〈life design village FLAT〉をアパートの一室で始めた。その後、さまざまな入居者が新たに集まり、それまで別の

場所にあったLIC訪問看護リハビリステーションも、2020年に近くのビルに移転した。それらのコミュニティ全体を〈たまれ〉と総称し、さまざまな活動を行っている。

「たまれ」という名称はこのコミュニティの最寄り駅である多磨霊園駅にちなんだものだが、そこには人やことに集まってほしいという「溜まれ」という想いも込められている。糟谷さんは『「たまれ」は場所の名称でも、団体の名称でもない。それは人・もの・ことの出会いの場であり、そこから生まれるものやことをつくっている場』なのだという。

## 「健康」を前面には 打ち出さない

2023年4月現在、たまれには、大学生が運営する中高生の学びの場〈Co-study space “posse”〉、あそびを通じて、考え、楽しみ、関わり合う場〈あそびのアトリエ ズッコロッカ〉、シェアス

ベース〈i部屋〉、パティシエが営む小さなお菓子屋〈Laboratory Lantern〉、食料支援と食品ロス削減のNPO〈シェア・マインド〉、地物野菜専門の八百屋〈jimono〉、「超ニッチ」な商品をつくる小さな文房具メーカー〈株式会社ノウト〉といったさまざまなテナント(糟谷さんは住人と呼んでいる)が入居。家賃は格安に抑えられ、ユニークな活動をしている若い人の拠点になっている。

フラスタはコーヒーとフードを提供する普通のカフェ(たまに夜のバー営業もしている)であると同時に、2階部分はワークショップやイベントに利用できるシェアスペースにもなる。ハロウィーンやひなまつりイベント、「キッチンジャック」と称した1日貸し切りカフェ、「出張スタンド」と称して、スタッフがいろいろな場所に出かけて行ってカフェを営業するといったことも行っている。たまれ全体としても、駐車場の敷地でフリマやマルシェを開催するなど、地域の人たちが参加できるさまざまなイベントが開催されている。2022年9月には「FLAT STAND @旧国立駅舎—ヒト・モノ・コトの出会い」として、JR国立駅前の国立旧駅舎に1週間出張し、コーヒースタンドを設け、映画上映会やラジオトーク、ワークショップなどを行った。訪問看護ステーションの事業者がコミュニティカフェやイベントを行うというと、カフェで健康関連のイベントや相談を行うというイメージがある。しかし、フラスタもたまれも、シンクハピネスの事業の一つではありながら、健康や医療介護の相談等を前面に打ち出すということはしていない。そこには糟谷さんが理学療法士としての経験の中で感じた、医療や介護の世界に対する違和感が関係している。



左：糟谷明範さん  
右上：〈フラスタ〉の外観  
右下：〈たまれ〉への入り口



## Sachiko Takenouchi

(株) シナリオワークにて女性消費者を中心とする消費者研究、マーケティング戦略立案を多数手がける。  
2015年4月、自宅を改装し、シェアハウス&シェアキッチン『okatteにしおぎ』をオープン。  
(株) コンヴィヴィアリテ代表取締役。

### 医療介護の専門家が普通のカフェと コミュニティを運営する理由

# #02

## 病院で感じた違和感

糟谷さんはなぜ、訪問看護ステーションと、〈フラスタ〉や〈たまれ〉を並行して運営するに至ったのだろうか。そこには、理学療法士として病院や訪問看護ステーションに勤務していたときに感じた2つの違和感が大きく関係しているそうだ。

一つは、病院勤務時に覚えた違和感である。病院で患者のリハビリを担当していたとき、医師や看護師、理学療法士といった、患者の「ケアをする」専門職と「ケアされる」患者の間に目に見えない「主従関係」があるように感じたのだ。いわゆる「パターンリズム」(強い立場の者が弱い立場の者に対して、「あなたのため」という理由で行動に介入したり干渉したりすること。父権主義)といわれるものだが、医師は高圧的に患者に接し、看護師や理学療法士もなんとなく「上から目線」で患者に接していた。

ある日、入院している患者の一人に呼ばれた糟谷さんは、「いつもリハビリをしてくれてすごく感謝しているわ。でも一つだけわかってほしいことがあるの。私たちもあなたたちに気を遣って、リハビリを受けているのよ」と言われた。その言葉を聞いた糟谷さんは、自分がもし患者だったらこういう医療を受けたくはないと思った。しかし、病院の専門職の間にも職種によるヒエラルキーが存在し、なかなか内部から改善することは難しかった。

それなら外に出て、患者さんの家に直接出向いてリハビリに携わることによ

り、病院では見えていない患者さんの暮らしの部分での援助をしたいと、糟谷さんは訪問看護ステーションに転職した。しかし、そこでもう一つの違和感を覚えることになった。

## 医療専門職と住民の 距離を縮める

訪問でのリハビリは医療機関の医師の処方のもとに行われるが、糟谷さんは、不調はあるが受診するほどではない、いわゆる未病段階の人がどこに相談すればいいのか困っているのではないかとこの仮説を持った。そこで、ステーションの近所にある古い喫茶店で、そこに来る高齢の客を対象に、看護師や理学療法士と共に健康意識についての座談会を何度か実施した。

ところが、座談会の出席者は「自分は健康だから大丈夫」とか、「ジムに行っているから相談の必要はない」という発言をするばかりで、自分が困っているという話はなかなか出てこない。それがもう

一つの違和感だった。どうやら専門職の肩書を前面に出して「困っていることはないか」と聞いても、人は本音で話してくれないようなのだ。しかし普段専門職との接点があれば、本当に具合が悪くなって医療機関を受診する前に、いろいろなサポートについての情報を知ることができ、実際にサポートを得ることも可能だ。糟谷さんはどうしたら一般の人と専門職との距離を縮めることができるか考えた。

そして糟谷さんがたどり着いたのは、医療専門職としての顔とは別に、コミュニティの住人の一人としての顔も持ち、両方向から地域の住人にアプローチすることで、住人が日常生活の中で医療や介護について専門職に気軽に相談できるようにするということだった。

糟谷さんはシンクハピネスを起業。訪問看護ステーション、ケアマネジメントという専門職としての事業と、カフェ、コミュニティマネジメントという、医療福祉とは別の文脈で地域住人と日常的に接し、「いつか、そのうち」訪れるかもしれない専門職への相談を受け止めるきっかけとなる「たねまき」を行う事業を共に行うことにした。



左：〈フラスタ〉2階のイベントスペース  
右上：起業前に糟谷さんが作った5年後のイメージ  
右下：株式会社シンクハピネスのWebサイト  
<https://sync-happiness.com/>



## 医療福祉と地域住民の「弱いつながり」が育む「いい感じ」の関係を求めて

# #03

### 「弱いつながり」を 持続させる

地域の住民が、医療福祉の専門職に相談しやすい環境をつくるためには、健康をテーマにしたイベントなどでアプローチしていく形もある。しかし、専門職側がどんどん距離を詰めていこうとするとうまくいかないことも多い。糟谷さんは健康イベントの利用経験者が「病院で聞かれたのと同じことを、また繰り返し聞かれるのは嫌だ」と言うのを聞いたことがある。また、とある地域の自治会長から「医療関係者だからといいきなり個人の身体のことを聞いてくるな。地域の生活のことがわかってから聞け」と言われたこともあるという。

糟谷さんは、医療者も住民も同じ地域で一緒に生活する仲間としてつながることで、初めてお互いにフラットに話することができると考えている。その結果、医療者は地域のことを知り、住民は医療福祉のことを知ることができる。そのために、医療福祉の文脈以外でなんとなく顔見知り、知り合いになり、日常的に接していく機会を増やすことが必要なのだという。

仲良しでなくてもよいが、何か必要性が生じたときに、「そういえば、あそこのカフェでよくコーヒーを淹れているお兄ちゃんって、リハビリとかの仕事もしているらしい」ということから、ちょっと相談してみようと思うことができる。糟谷さんはそんな関係性を「弱いつながり」と呼ぶ。「弱いつながり」を持続させていくことにより、医療者と住民が「い



左：〈たまれ〉で行われた音楽イベント  
右上：〈フラスタ〉店頭で医療スタッフがコーヒーを淹れる  
右下：たまれの夏祭りに参加する糟谷さん

い感じ」(心も身体もご機嫌な状態)で暮らしていけるコミュニティが理想的だという。

### 地域住民と医療者が 共につくるご機嫌な暮らし

実際、カフェによく来る客の友人の娘さんががんで終末期を迎えたとき、糟谷さんに相談があり、年末年始を家で過ごすためのケアのコーディネートを急遽行い、自宅で2日後に看取ることができたといった事例もあるそうだ。もし、同じことを病院の正式なルートでやろうとしたら、年末ということではなかなか難しかったかもしれない。いざというとき、「弱いつながり」があったからこそ、直接地域のケアとつなげるといった臨機応変な対応が可能になったともいえるだろう。

現在〈たまれ〉は、地域での出会いの機会を生む、さまざまなものやことが起こる場となっている。一杯のコーヒーを通じた会話、地元野菜やお菓子などの食、子どものアートを通じた文化……糟谷さんはそれぞれの「弱いつながり」がい

ずれ地域の健康につながると考えている。そして、そこには常に一緒に暮らす医療専門職が自然に存在する。

今後、糟谷さんは、カフェで月に1、2回、インターンの医師や看護師が研修の一環としてコーヒーを淹れる日をつくることを計画中だ。ひな祭り、もちつきといった季節行事にも力を入れ、地域の生活文化を深めていこうとしている。また、イベントに参加した人が泊まることのできるゲストハウスなどの施設を造り、地域の外からも、たまれに人を呼び込みたいと考えている。

衣食住を含めた「暮らし」そのものを住民と医療者が共につくっていくことで、「心も身体もご機嫌な「いい感じ」(ウェルビーイングと言い換えることもできる)の関係を生み出していこうとしている糟谷さん。それは、孤立することで健全さを失ってしまった都市の暮らしに、かつての村社会とは異なるフラットで開放的な新しい「村」(あるいは里の暮らし)の要素を取り入れることで「健康」を取り戻す試みなのかもしれない。