

失って初めてその重要性に気付くもの

失ってみて初めてその大切さが分かるとよく言われるものに健康があります。自らの問題としても、加齢や疲労、日頃の不摂生が原因で病院のお世話になって初めて健康のありがたさを悟ります。また、同じように加齢に伴い、失って初めて気づかされものに、長年の友との繋がりとつながっている思い出があります。友と共有していた思い出が、今を生きる自分の栄養素になっていることに気付かされます。そんな友との出会いと交流がやまなしライフサポートの活動、生活困窮者の訪問相談支援の原点となっています。

2011年ごろ、山梨日日新聞に掲載された NPO 法人やまなしライフサポートの活動に関する記事で、私が山梨県におけるホームレス支援に携わっていることを知り、30年ぶりに電話をしてきてくれた友がいました。彼は、健康維持のため日課としていた散歩で橋の下で暮らすホームレスの方を発見したので、私をその橋の下まで案内すると申し出ました。

当時笛吹市の金川原森林公園内にある2つの橋のたもとには、4人の方々が別々に距離をおいて野宿生活をしていました。最初に案内された K さんは廃材などを利用して実に巧妙に造られた小屋に住んでいました。鍵のついたドアがある小屋の中はきれいに整頓されていました。無口で厳格な職人気質の方で近寄りたくない雰囲気を漂わせていました。私のごこちない自己紹介と支援の申し出が終わるまで、彼は無言でした。

数回の訪問のあと支援を受け入れてもらい、炊き出しのご馳走を弁当にして配布し始めてから1年以上経過して初めて名前と生年月日を教えてもらいました。時間をかけてお互いの信頼関係を築き上げてから、K さんの健康状態を聞いてびっくり仰天してしまいました。

彼の血圧は上が240下が140で、これまでに2回ほど脳梗塞らしき状態になり意識を失ったことがあったが、お金が

NPO 法人やまなしライフサポート理事長 中山八十司

ないので病院には行かず、玉ねぎの皮を煎じて飲んでいると、他人事のように冷静に話してくれました。

訪問を繰り返し、時間をかけて無料の診療制度があることを説明し、ライフサポートが車で送迎をして、病院まで同行支援をするので承諾してくれるようお願いしました。しかし頑固に拒絶し続けました。その理由の一つに、「病院に行くと、生活保護を受けるように勧められるが、自分のことが身内に知られるのでいやだ」。もう一つの理由として、「以前この辺で野宿していた人が下流で白骨化した死体で見つかった、と警察官が話してくれた。俺もそれでいいと思っている」。

2年以上の交流の結果、2013年4月12日に石和共立病院での受診が実現。金川原の橋まで迎えに行き、ライフサポートのセンターにお迎えし、軽食を取ってもらってからシャワーを浴びてもらい、ホームレスの方のためにストックしてある新しい下着に着替えてもらってから病院に向かいました。

病院の待合室ではまわりの人々の視線が気になるらしく、かなり不機嫌な様子でした。診察室での医師との対話においても、彼が路上生活者であることを医師には知らせずに診察してもらっていたので、医師の質問や諸注意は彼にとって苦痛以外の何物でもなかったようでした。診察後、30日分の薬を受け取り、次回の予約も決めてもらいましたが残念ながらそれは実現しませんでした。

これまで数多くの橋の下や公園で野宿生活をしていたホームレスの方々をライフサポートは支援してきました。弁当など食料や冬の衣類、寝具などを提供しながら交流を続け、信頼関係を築きあげてから就労や生活保護、年金受給へと支援し、良い結果を残してきました。しかし、ホームレスの方々に共通する悲しい問題として、ほとんどの方々が何らかの重い病を抱えていること、そしてその原因が彼らの辛酸な過去の生活にあると思われることです。

2022 年度(1年間)の主な活動実績

2022 年 4 月～2023 年 3 月 人数は延べ数

食料配布(炊出しに替えて)	1,881名(47回)	緊急一時宿泊(ライフ荘)	362泊(51名)
健康相談	2,073名(143回)	生活保護申請同行	9名(受給実績10名)
路上生活者面談	63名(61回)	就労相談	99名(就労実績21名)
生活保護・年金受給者面談	261名(132回)	見守りパトロール	138名(58回)

特集 健康

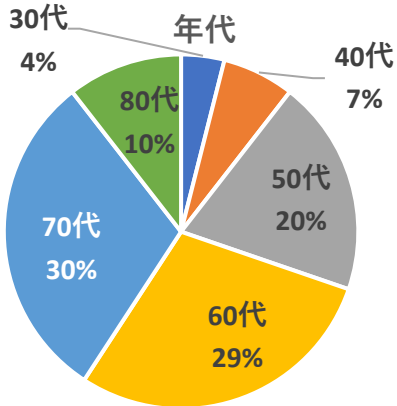
やまなしライフサポートの関わる方々は、高齢、独居、低収入の方が多くを占め、健康維持や回復への支援が必要な方が多くおられると感じています。この度、このような方々の実態を把握し、課題をまとめ今後の活動に活かすためアンケート調査を行いました。

被支援者アンケート

1. 支援対象者のプロフィール

【年代と性別、世帯人数】

60代以上の高齢者層が約7割。男性のひとり暮らしが多数を占めています。



男性:女性=61人:16人

世帯人数

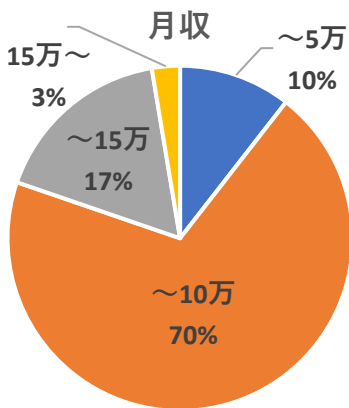
単独 64人
2人以上 12人

アンケート調査の概要

- ・実施日
2023年4月13日～4月28日
- ・実施対象
食料配布会場への来場者及び、訪問相談支援の対象者
- ・実施方法
当法人職員による面接聞き取り
- ・回答数
77名

【月収と収入手段】

1ヶ月の収入は10万円以下の方が8割近くを占めています。収入の種別では、生活保護のみの方が一番多く、年金のみ、年金と生活保護併用の方が続きます。生活保護受給者が全体の半数を占めており、働いている方は2割未満です。



収入の種別

51%	年金※	27%	58%
	生活保護	31%	
	年金+生活保護	17%	18%
	就労+生活保護	3%	
就労+年金	10%		
就労	8%		

2. 健康について

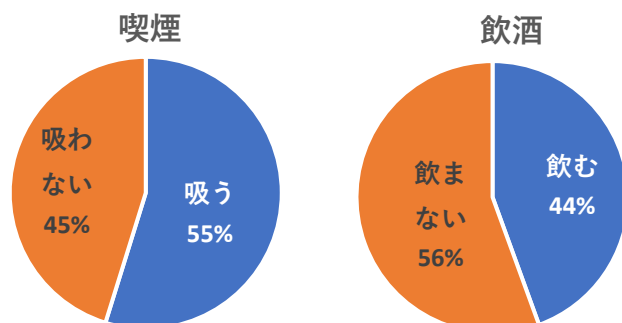
【持病の有無とかかりつけ医】

持病をお持ちの方は49名(64%)でした。病名では糖尿病、高血圧、心臓病、脳梗塞・脳出血の順でした。かかりつけ医がある方は43名(56%)でした。

【酒とタバコ(男性のみ)】

男性の喫煙率は55%で、日本全体の27%(2019年調査)を大幅に上回っています。

週3日程度以上飲む飲酒習慣者率は44%で日本全体の36%(2008年調査)を上回っています。

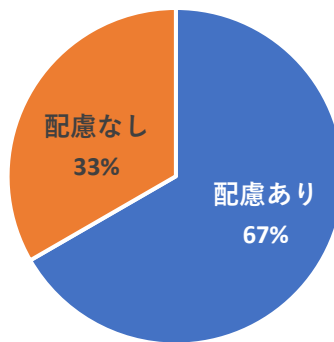


【健康への配慮】

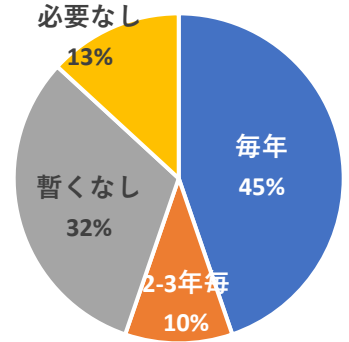
日頃の食事については、塩分やカロリーに気をつけたり、野菜を意識的に摂るなど食べ物に配慮している方が多数でした。

一方で、健康診断を毎年受けている方は半数に満たず、しばらく受けていない方や必要と感じていない方も多数おられました。

食事への配慮



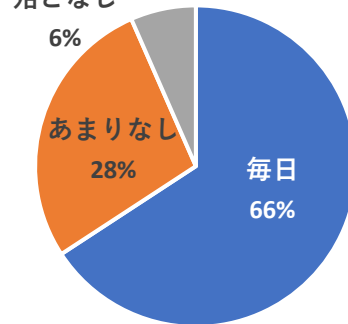
健康診断の受診頻度



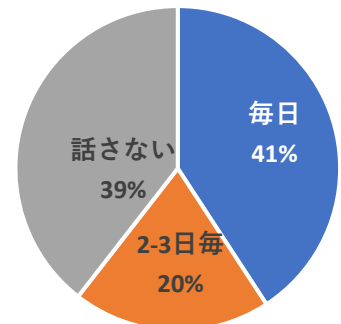
【外出と交友】

外出は毎日されている方が多い一方で、友人や知人との会話が少ない方が多く、ほとんど話さない方が約4割を占めています。

外出や運動



友人との会話



3. アンケートから見たこと

高齢で独居、低収入の方が多く、健康面で以下のような大きな問題を抱えていることがわかりました。

- ◆ 持病をお持ちの方が多く一方で、喫煙や飲酒習慣のある方の率は日本の平均値よりも高い。
- ◆ 食生活に配慮はしているものの、健康診断を利用されている方は少ない。
- ◆ 外出や運動はしているものの、交友関係は少ない。

やまなしライフサポートとしては、健康維持のために禁煙や健康診断受診促進を行うと共に、孤立や孤独死防止のために、困ったときに頼れる人間関係づくりの支援(居場所提供等)を強めていきたいと考えています。

健康支援の事例

Kさん(60代女性)

両親の介護のため県外から移ってきました。両親が亡くなり自宅に戻るつもりでしたが、肺疾患に罹り入院や治療で帰れなくなりました。

収入は数万円の年金のみで、医療費もかかるので生活は困窮していきました。国民健康保険の滞納があったため市の職員が自宅訪問し、健康と生活困窮の問題が判明、ライフサポートの支援につながりました。

ライフサポートの看護師が初めて訪問したのは雪の降る寒い日。暖房のない部屋からふらふらと出てきて「もうどうなっても良いです」。食べるものがなく、まともな固形物は食べていないと話しました。しばらく食料支援の訪問を続け、少しずつ元気になっていきました。

生活保護申請を手伝い、病院受診の送迎も行い、最近では「太極拳をやりたい」と笑顔で話すまでになりました。

Aさん(50代男性)

民生委員から市役所に糖尿病で衰弱しているAさんへの支援要請があり、ライフサポートの看護師と相談員が民生委員と共に自宅訪問しました。

Aさんは病気のため会社を解雇され、滞納により電気・ガスが停止し食べるものもままならない状況でした。

看護師はその場で入院治療が必要な状態と判断し、無料診療をしている甲府共立病院の相談員と連絡を取り、速やかな入院に結びつけました。前後して民生委員は生活保護の申請を行いました。

Aさんは3週間の入院を経て、現在は自宅療養をしています。生活保護受給によりライフラインも回復し生活環境も整いました。近い将来の就労復帰に向けた意欲を示しています。

Mさん(50代男性)

本人からライフサポートに食料支援を要請するメールが届きました。病気で仕事を休んでいるが休業補償がもらえず困っているとのことでした。相談員が食料を持って訪問したところ、足がむくんで歩行困難、素人目にも深刻な状態であることがわかりました。その場で甲府共立病院の相談員に連絡し、翌日の無料診察をお願いしました。

翌日、ライフサポートの看護師が通院同行し、その3日後に精密検査。その結果、心臓に重篤な疾患が見つかりそのまま集中治療室に入ることになりました。その後1ヶ月で退院し、現在は自宅療養しています。ライフサポートの支援のお陰で命が繋がったと話していました。

無料低額診療事業

山梨県民主医療機関連合会の調査によると、生活困窮などを理由に受診が遅れ、2022年に死亡した県内在住者が5名いました。医療費の支払いが過重な負担となり、受診を控えるなどしたとのこと。

保険証がない、お金が無いなどの理由で必要な治療が受けられず、取り返しのつかない事態にならないように下記の医療機関では無料または低額での診療を行っています。やまなしライフサポートでは、路上生活者や生活困窮者で健康に問題を抱えている方を発見した際にはこの制度を活用し速やかに受診に結びつけています。

無料低額診療事業を実施している医療機関

甲府市	甲府共立病院	南アルプス市	巨摩共立病院
	甲府共立診療所		巨摩共立歯科診療所
	共立歯科センター	甲斐市	竜王共立診療所
	住吉病院	北杜市	武川診療所
笛吹市	石和共立病院		武川歯科診療所
	御坂共立診療所	大月市	共立診療所さるはし
	御坂共立歯科診療所		

無料低額診療事業の内容

- ◇無保険者、ホームレス、外国人労働者、住所不安定就労者、DV 被害者、人身取引被害者が対象です。健康保険への加入または生活保護開始までの期間、医療費の全額が減額又は免除されます。期間は原則1ヶ月、最大3ヶ月です。
- ◇1ヶ月の収入が基準より少ない方は、保険分配負担額の全額または半額が6カ月間免除されます。基準については医療機関にお問合せください。

申込み方法

事前に医療機関の相談員に連絡していただきます。緊急の場合は受付で申し出てください。相談員がお話を伺い、収入状況が分かる書類を提出していただいで審査します。

物品のご寄付を募っています

家を失った方が新たにアパートでの生活を始めるにあたり、様々な生活用品が必要になります。多くのご寄付をいただいておりますが、現在右記の物品が特に必要です。ご連絡いただきましたら当方より受け取りに伺いますのでよろしく願います。(家電製品は製造後10年以内の物をお願いします)

小型冷蔵庫、洗濯機、電子レンジ、
小型テレビ、電気炊飯器、コタツ、
電気ポット、自転車、カーテン、布団

会員寄付金も募っています

貴い寄付金が食料や衣類となって困窮されている人を支えます。

お振込みの前に、電話かメールでその旨お伝えいただけると幸いです。

振込先

山梨中央銀行 南支店 普通預金 865629

名義人 特定非営利活動法人やまなしライフサポート 理事 中山八十司

(トクヒヤマナシライフサポート)

会員募集中です

やまなしライフサポートの活動を資金面で支えてくださる方を募集しています。

正会員(当団体を支援し活動に参加して下さる方。総会での議決権あり)	年会費 個人 5,000 円 団体 10,000 円
賛助会員(当団体の活動を応援して下さる方)	年会費 個人 3,000 円 団体 5,000 円

入会申込書は、やまなしライフサポートのホームページ(<http://yls.or.jp/>)からダウンロードすることができます。