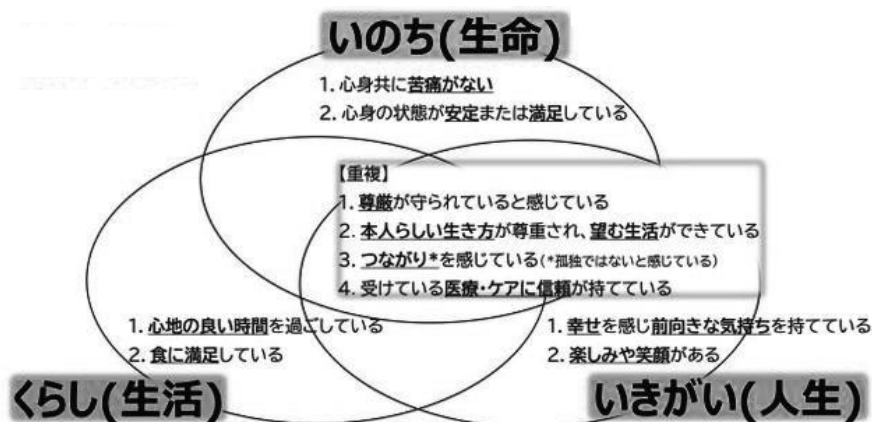


在宅の医療や介護にかかわる団体で構成される日本在宅ケアアライアンスが在宅療養者のQOL指標をテーマに研究している。日本在宅ケアアライアンスが示したQOL簡易指標（暫定版）では図に示したようにQOLを「いのち（生命）」「くらし（生活）」「いきがい（人生）」の3要素が相互に重複するものとして捉え、生きがい独自の指標としては、「幸せを感じ前向きな気持ちを持てている」と「楽しみや笑顔がある」と説明している。QOLは「生命の質」や「生活の質」を指すといわれてきたが、生きがいの質を指すことはあまりいわれることがなかったので、新鮮な気分になった。同時に、人々が生きがいを得るためには、どのように支援すればよいのかが気になっていた。

私はケアマネジメントの研究をしているが、ケアマネジメントでは従来、「生命」を含めた「生活」における課題を解決するためにサービスを調整する支援を提供してきた。一方で、最低限の生命や生活を確保する支援はできるが、それだけでは自ら生命や生活の改善に向かっていく生き生きした生活にはならないことが問題になってきた。そこから、利用者や地域社会の「したい」や「できる」といったストレングスを活用した支援をすることで、利用者がエンパワメントすることが実証されてきた。こ

図 【暫定版】日本在宅ケアアライアンス版QOL簡易指標



出典：日本在宅ケアアライアンス第16回学術委員会 (<https://www.jhhca.jp/committee-20251117/>)

これは、問題解決型の支援ではなく、目標達成型の支援であり、利用者の「したい」や「できる」の実現を支援していくことである。

私は、在宅ケアアライアンスのQOL指標研究で示された「生きがい」と、利用者のストレングスの活用は関連しているのではないかと感じている。すなわち、ストレングスを活用した支援を実施することで、利用者の生きがいが高まり、生命や生活の質を超えたQOLが高まるのではないかと考えている。

2024（令和6）年12月に、認知症の当事者も参画し、「認知症施策推進基本計画」が作成された。そこでは、認知症の人も「できること」「したいこと」があるという新しい認知症観を確立することをうたっているが、これは認知症の人のストレングスを理解することであり、認知症の人も生きがいをもって生活していくことのできる地域共生社会の構築を目指すものだといえる。

若い頃の愛読書であった神谷美恵子の『生きがいについて』（みすず書房）では、生きがいは努力してつくり上げるものではなく、発見すべきものであるといていたのを思いだした。

認知症の人もハンセン病の人も誰もが、「したいこと」や「できること」といったストレングスをもっていると社会全体が捉えることが、誰もが生きがいを発見しやすい社会につながっていくのだと思う。