

「介護」の先の〈介護〉はどこにあるか

安立, 清史
九州大学大学院人間環境学研究院 : 教授

<https://doi.org/10.15017/4772273>

出版情報 : 人間科学共生社会学. 9, pp.105-113, 2019-03-20. Faculty of Human-Environment Studies, Kyushu University

バージョン :

権利関係 :



「介護」の先の〈介護〉はどこにあるか

安立清史

要 旨

福岡にあって全国的に有名な高齢者のデイケア「宅老所よりあい」が小規模特別養護老人ホーム「よりあいの森」をつくった。「宅老所よりあい」や「よりあいの森」のケアの特質は何か。施設長の村瀬孝生のいう「プログラムなし、介護者にならない、何もしない」とは何か。村瀬へのインタビューと彼の著書を読み解くことを通じて考える。それは医療のように「老い」を治療しようとはしない、むしろ高齢者の生活に寄り沿うケアであり、介護保険制度での、いわゆる「介護」を批判的に乗り越えようとするものである。

キーワード：「宅老所よりあい」、 「よりあいの森」、小規模特別養護老人ホーム、
介護保険制度、高齢者ケア、認知症

はじめに——読めるけれど、論じられない

誕生から30年近くになる「宅老所よりあい」¹⁾や「よりあいの森」などを運営する村瀬孝生には何冊も著書がある²⁾。しかし本格的にそれらが書評や批評によって論じられ深められてきたとは言えない。理由はおそらくかんたんで、それらが個別のエピソード記録のように見えてしまうからだ。そして、それらのエピソードから引き出せそうなものをまとめて、何か一般化したり、制度への示唆を引き出したり、認知症ケア論を展開したり、小規模な福祉組織の運営を論じたりしようとする、そのような分かりやすい分析が困難だからだ。村瀬の著書はどれも「宅老所よりあい」における個性あふれる個人に徹底的にこだわっている。そして、老いの風景をたんとんと、そして意味深く描いている。それでほぼ完結している、そこから先に何かを論じようとする、村瀬の意図を裏切っていくようで難しいのだ。

だから村瀬孝生の本は手ごわい。すらすら読めて、驚くようなエピソードの数々に笑ってしまうけれど、やがて怖くなり、さらには、さびしさに包まれてくるのだ。そういう深い印象は残すけれども、そこから、もう一段、何かを論じることが難しいのである。多くの人が、この本を読んで、何かを受け取っているはずだ。しかし、それを言語化することが難しい。受け取ったけれど、何を受け取ったかを表現することが困難だ。だからよけいこの問題を論じてみたいと思う。

1 「介護すること」への問題提起

村瀬孝生の著書『あきらめる勇気——老いと死に沿う介護』という書名は、いきなり現在の介護や医療や看護の世界観への真っ向からの挑戦である。現在の医療や看護は「病気は治せる、あきらめるな、戦え、それを私たちが支援する」という世界観だ。介護の世界も、この世界観の影響を色濃く受けている。たとえば最近の介護業界の話題は、AIや介護ロボットの導入、科学的なエビデンスにもとづく介護の効果測定や予防、介護の専門性の向上、より高度な国家資格制度や介護段位制度、そして介護人材不足に対応するための外国人技能実習生の導入、など様々だ。これらはすべて、介護保険制度という枠組みの中で「介護」が、しだいに医療や看護の世界観に近づいていることを示している。高齢者医療から分離独立させるために「介護」という新領域を創設して、公的介護保険制度を独自の論理と制度で組み立てたのに、そのような二本立ての体制が20年もしないうちに持続可能かどうか、あやぶまれる事態になっている。持続可能な政策とは、はたして医療や看護に収斂していくことなのか。

「宅老所よりあい」は、介護保険創設時には、住み慣れた町で老いても暮らせるためのひとつの先進的な事業所モデルになっていたはずだ。しかし本書を読めば、介護保険制度が生まれ、大きくなっていく過程で、「宅老所よりあい」の目指していたケアとは別の方向性へと進んでいってしまったという疑問符が村瀬の中に深く堆積していることが分かる。

第一章は、「宅老所よりあい」における4人の死についてのエピソードである。いきなり4人の個性豊かな老人の、死に至るエピソードがユーモアたっぷりに紹介される。看取りのケーススタディでもなく、死に方の一般化でもなく、死に様の理想化でもなく、病気などの死因の分析でもなく、ただたんたと、人は死ぬこと、そしてその死に方には、これほどの多様性があること、さらに人の死の中には、この社会のあり方そのものが映し出されていること、家族や個人や社会のありかたが、人の死を通して浮かび上がってくること、が示される。

これはエピソードの形をとった問題提起なのだ。

ここから聞こえてくるものを、間違っていることをおそれず、あえて言語化してみよう。それはこうなるのではないか。人が死んでいく過程に、いったい「介護」や介護保険制度は、どれだけ関わられるのだろうか。介護保険とか介護職という資格とか、そういう仕組みだけで、こうした自然の老いや死を支えられるのだろうか。そういう怖れと懐疑のような感覚がベースにある。そして、死んでいく人たちに関わるとしたら、それはどうあるべきなのか。人の死へ向かう自然な流れを乱してしまうような医療や看護のような関わり方とは違う、できるだけ流れに沿った関わり方のほうが良いのではないか。それはあえて逆説的に言えば「関わらないという関わり方」なのではないか。介護保険という制度の枠組みにしばられた制度を媒介にした関わり方ではなく、むしろ、ひとりひとりの人間に寄り沿うという本来の形の中でこそ、見つかってくるものではないか。そういう問題意識が、ここから聞こえてくるように思う。

だから徹頭徹尾エピソードなのだ。前置きなしにいきなりエピソード。八重子さんの死、ス

ズ子さんの死、じいさんの死に顔、マサエさんの死、という第一章におかれた4つの死は、私たちの怯える「超高齢社会」の「孤独死」や「無縁社会」の「大量死時代」といった「想像上の死、抽象的な死」とは違っている。それは驚くほど「具体的な人の死」である。「宅老所よりあい」が向き合っているのは、抽象的で一般的な死ではなく、具体的な人の死である。一般的な死には関われないが、具体的な死には深く関わるができるはずだ、という「宅老所よりあい」からのマニフェストなのではないか。では、死に方に関わる、とはどういうことか。

2 「介護」の原点に立ち戻る——プログラムなし、介護者にならない、「何もしない」

第二章「僕たちが目指すもの」は、「第2宅老所よりあい」がどのように始まり、どう運営されていて、これからどこへ向かうのか、濃縮されてコンパクトにその理念が語られている。しかしここもエピソードに仮託されて理念や方法が語られているので、なかなか読みこなすことの難しい部分だ。

ユキさんの事例から語られるそのケアは「プログラムなし」の毎日だという。新規の職員はいきなり「介護者にならない」ことを求められるという。「何もしない」ようにする、という「禅」のようなパラドクスの中に放り込まれるのだ。ここには村瀬の経験にもとづいた「宅老所よりあい」運営のエッセンスがあると同時に、既存の介護施設の運営への暗黙の批判も込められているようだ。どういうことか。

介護保険事業所としてのデイケアなら、当然、様々なプログラムがあり、そのプログラムをこなすことによって利用者から利用料をえる、それが常識というものだろう。当然、職員は、様々な研修で知識や技術を身につけて専門職やスタッフとして配置され、介護者らしい介護者としてプログラムやケアの運営にあたる、それも常識だ。ましてや「何もしない」時間などあってはならない。忙しく効率的に効果的に専門職らしく働くことが介護職のあるべき姿であり、だからこそ給料ももらえる、それが介護保険事業所というものだ。

こういう「正しい」常識にたいして、村瀬は禅問答のような「否定的な問い」を投げかける。プログラムを作らない、介護者にならない、そして「何もしない」。すべて通常の介護の反措定だ。プログラムなしの毎日で、介護者にならないで、しかも何もしないって何だ。ほとんど「介護」そのものの否定ではないか。介護も介護者も、究極的には「宅老所よりあい」の存在すら自己否定するような問題提起ではないか。

この3つの否定（プログラムの否定、介護者になることの否定、何もしないこと）を理解することが、「宅老所よりあい」や「よりあいの森」のスタッフになる試金石だという。どういうことか³⁾。

第1の「プログラムの否定」とは何か。それはプログラムを優先するか、利用者本人の意向や状態を優先するか、という問題提起だろう。ふつうはプログラムがないとケアも出来ないとってしまう。そしてプログラムにそって利用者の一日の生活の流れがつくられる。そうする

と、プログラムにあわせて利用者を管理し誘導してプログラムどおりに生活させようとするようになるのだ。この逆転こそ、村瀬が批判するものだ。利用者にあわせることをせずに、ケアプランや事業所の都合や計画にあわせて、利用者をケアしようとするのを批判しているのだ。本来ならば、目の前の利用者本人のニーズや状態にあわせることこそケアや介護のはずなのに、前もって作られた計画（ケアプランや施設の当日のアクティビティ計画、入浴や食事の時間帯の設定など）があると、その計画にあわせて利用者を動かすようになってしまう。「そうしなければ、人手不足の中で、ケアが回らない」ということが多くの事業所で言われている。半分は本当だろう。しかしそれが事業所の都合で、人手不足を理由に、利用者本位のケアが行われないうことの言い訳にされることを、村瀬は批判している。そうならざるをえない事業所の事情や都合も、よく分かっているに違いない。だからこそ、利用者本位でなく事業所本位になっていく傾向を危険なものとして批判しているのだろう。介護保険での「介護」は事業所の都合に合わせて利用者を誘導していく傾向があるようだ⁴⁾。

第2の「介護者にならない」とはどういうことか。新人職員への「介護者にならないで下さい」という村瀬のメッセージは、新人職員を悩ませるといふ。一生懸命な人ほど「介護をしなければならぬ」と思っている。そこでつい上から目線の「介護者という立場」からの介護になっていく。それは上から目線で介護プランを利用者に押しつけていくものになりがちだ。そのような「介護」は時に無用の押しつけになるという。だから「介護者」という「立場」から離れる必要があるということだろう。

これは第3の「何もしない」経験をもつ、ということの意味にもつながる。「何もしない」とは、じっと見ること、いっしょにいること、何かをするのではなく、利用者本人に沿うことであるという。村瀬は「添う」ではなく「沿う」という言葉を慎重に使っている。添うのは、まだバターナリズムの色のついた、上から何かをしてあげるといふ態度に見えるのだろう。もっと立場を脱色しなければならない。そのための「何もしない」だ。「何かをする」ことは「してあげる」ことにつながる。保護者としての介護者、上から何かをするという態度が、結局は、プログラムにしたがって何かをしてあげる、という事業所や介護者都合のケアにつながるという危険性に敏感なのだ。

この3つの否定から、何が見えてくるだろう。ケアということの原点に戻ること、ゼロに戻ること、ではないか。ここで求められているのは、既存の「介護」をいちど批判的に忘れること、相手の意向や状態に沿わずにつくられたプランを実施するのではなく、相手を具体的な人として見つめ、その日のその人の意向や状態に沿いながら、対応していくこと。それは、介護の原点に立ち戻ることであり、そこから個々の人に沿ったケアが自ずと生まれてくる。介護の原点にもどって、介護保険制度の枠をはめられた「介護」を超えていくことが目指されているのではないか。この原点にもどっての介護を、まだ実現してはいないが理念的に求められるものという意味をこめて〈介護〉と表現してみたい。

いわゆる「介護」になりがちな現状から、いちど原点にもどって〈介護〉を探し直そう、そ

ういう試みとして村瀬の言葉を読むことができる。

3 「あきらめる勇気」と「70点の介護」

村瀬のいう「あきらめる勇気」とは何か。ここまで論じてくると、次のような論点が見えてくるように思う。第1に、それは「医療モデル」とは違って、介護の「生活モデル」にもとづいて、老いを無理やり治療しようとはしないという主張である。

医療の世界は「老い」に対抗して様々な治療努力を重ねる。その流れの中から、介護の効果測定、データとエビデンス、より効率的で効果的なケア、AIや介護ロボットの開発と導入、新規の薬品やテクノロジーの活用、そして介護予防……。保険料や税金を投入するからには、それに見合った「成果」や効果が必要だというのだ。この医療の論理にたいして、福祉の世界は治療できないものを直そうとするのではなく、その人の生活を大切にするとところにあったはずだ。介護保険も、要介護という誰にも訪れる可能性のあるリスクを、社会全体で受け止める社会保険として、医療化ではない福祉の「生活モデル」にもとづき制度設計されたのではなかったか。それがいつのまにか医療の論理と財政の論理に追い詰められて、制度改正のたびに、当初の理念からは遠のいていく。

村瀬のいう「あきらめる勇気」とは、逆説的な表現なのだ。まじめに「介護」に取り組む人ほど、いつのまにか「医療」の論理に包摂されてしまうことを見直そうという「勇気」なのだ。まじめに「介護」に取り組む人ほど、その効果や改善を求めたくなる。最近の村瀬は、「70点の介護で良いのではないか。80点、90点と追い求めていくことが、かえって介護の良さを壊していくのではないか」という趣旨のことを述べている。これはもちろん努力するな、ということではない。現状で良いということでもない。むしろ逆である。努力の方向に注意を向けて、医療とは違う〈介護〉の方向性にこそ注力すべきだという主張ではないか。

ふつう、努力というのは、60点よりは70点を、さらに80点や90点を追い求めることだ。その努力こそが、専門職としての向上だ、という分かりやすい論理が展開される。しかし点数化されるものとはどんな尺度だろう。日常生活を点数化することができるだろうか、それは福祉や介護に適した点数尺度なのだろうか。専門性を高めること、より高度な技術や介護を求めると、いつのまにか医療の論理、医療の点数尺度に相似していきがちだ。それは違うのではないか、もっと違う論理で対抗したい、というのが村瀬の「70点の介護」という表現になるのではないか。

村瀬の提示するエピソードは、医療によっては治療できない領域があることを、治療しようとする生活が破壊される危れがあることを示している。むしろ「老い」に寄りそいながら、老いという日常生活を大切に守っていくことが、「介護」の先にある〈介護〉なのかもしれない。そういうことを、問題提起しているのではないか。

4 「理想の介護」のもたらす不安

さてここまで「宅老所よりあい」や「よりあいの森」に沿ってめぐられている〈介護〉とは何か、介護保険の「介護」と比較しながら考察してきた。もう少し先まで行ってみよう。それには「たすけあい佐賀」の事例が参考になる。「たすけあい佐賀」は福岡の「宅老所よりあい」をモデルのひとつとしながら佐賀市の中心部につくられた複数の宅老所やグループホームなどを運営するNPO法人である。この事例を長期間取材した福岡賢正の『いのち寿ぐために―「たすけあい佐賀」の宅老所から』(2015)は多くのことを教え、そして考えさせる。この本も村瀬孝生と同じく徹底した事例紹介である。制度の解説は極小にして、そこでお年寄りとスタッフとが、どのように泣き笑い、どのように生きているかを、たんねんに記録している。病院や大規模施設では不可能な「介護らしい介護」が「宅老所」という小さな場所でひっそりと実践されている、しかもそれが一種の奇跡のように実現されている、という報告になっている。

読み進めると、じんわりとした不思議な感動に包まれる。たとえ小さくて古い民家でも、設備は整っていないくても、医療は必要最小限でも、このような理想的な「介護」が可能なのだということを教えてくれるからだ。厳しい条件のもとでも、このような「介護」を支える人たちがいるということも教えられる。それは大きな希望である。そして同時に「不安」も覚える。どうということか。

ここに紹介されているような「介護」を受けて、幸せな終末期を迎えることができるかどうか、それは意思や努力ではなく「偶然」に左右されるのではないか、という「不安」である。これまた、どうということか。

ここに紹介されている人たちが、「宅老所よりあい」や「たすけあい佐賀」に出会えたのは、本人の意思を超えた偶然の僥倖だったのではないかと、とも見えるからだ。かかりつけ医や家族らの理解にもめぐまれ、しかも近くに宅老所があったから、このような幸せな日々を送ることができたのではないか。それは偶然なのではないか、と見えてしまうからである。

ここにあるのは幸せな介護と幸せな看取りの記録である。しかし、私たちは、あるいは私たちの老親は、このような幸せな「介護」にどうしたら出会うことが出来るだろうか。この幸せな「介護」の記録を読むほどに、そういう「不安」や「後悔」が生まれるのをどうしようもないのである。本書を読んで積極的に求めたとして、地理的な条件などで、かならずしも、そのケアにたどり着けるとは限らないからだ。

もっと言えば、ここに理想的な〈介護〉があるように見えるからこそ、認知症の人にとっての「救い」があるように見えるからこそ、この理想的な〈介護〉を受けることが出来なかった時には、天国と地獄のように分けられてしまうのではないかと、という「不安」に襲われるのだ。「ここには理想の介護がある（ように思われる）、しかし私や私たちの老親には、このような幸せな最期を送らせてあげられなかった」という思いを残す。そしてまた「私や私たちの老後には、このような幸せな場所があるだろうか」という読後感を残すのである。

5 「宅老所よりあい」はどこから来て、どこへ向かうのか

さて「宅老所よりあい」や「よりあいの森」はどう運営されているのか。日々、制度との葛藤の毎日だという。その一端が村瀬の著作には批判的に列挙されている。制度化されると監視と規制のいたちごっこが始まる、その結果は介護現場が自主的な判断が出来なくなり思考停止におちいることになるという。画一的な指導がいきわたると「コンプライアンスという殺虫剤が強すぎて、害虫どころか益虫まで殺すことになる」。さらに介護保険の持続可能性を高めるため、要支援や要介護1、2を給付からはずして保険の範囲を限定し、個人の自己負担を高めようとする制度改革の動向は、政府や行政の負担は低めるが個人や家族のリスクを高めていく……。すべて2010年時点での予測だが、事態は正確にこのとおりになっている。介護保険制度はまさに社会保険であることを自己否定するような方向へと歩み出している、という現場のリアリティが伝わってくる。

こうした流れの中で、「宅老所よりあい」と「第2宅老所よりあい」だけでなく、小規模特別養護老人ホームの「よりあいの森」が作られた⁵⁾。これは一見したところ「逆コース」ではないかと思える。本書に現れているような村瀬の介護保険制度への批判的な立場からすれば、制度の外側にて、制度に縛られない介護やケアをめざすべきなのではないか。そう思われるのに、制度の中へさらに踏み込んでいって、より多くの規制のある「小規模特別養護老人ホーム」として「よりあいの森」を作るのは、逆方向なのではないかという疑問がわくのだ。

ところがそうではないという。そのキーワードが「老人ホームに入らないための老人ホーム」だ。これはどういうことか。

「老人ホームを否定する老人ホーム」、「介護を否定する介護」ということなのだろうか。そうではない。これまで見てきたように、「宅老所よりあい」の基本コンセプトは、制度にあわせたケアや事業所の都合を優先した画一的なケア等の対極をいくものであった。むしろいわゆる「介護」をかつこの中にいれて、その先に個別に沿った〈介護〉をめざすものだ。だとすれば特別養護老人ホームでも同じことが可能なはずだというのである。通いと泊まりの「宅老所よりあい」では出来ない24時間のケアが特別養護老人ホームでは可能だという。しかしそれでは、より管理的で、より制度側にたったケアになりがちである。そうしたケアにならない運営をめざすキーワードが「老人ホームに入らないための老人ホーム」というコンセプトではないか。これは、従来の特別養護老人ホームの「安心して預けられる施設」というイメージの真逆をいく方向性だ。

これまで見てきたように「宅老所よりあい」は「託してしまう施設」ではなく、町中の普通の場所、「自宅のような在宅」として「関わりつづけられる」場所をめざしてきた。だからこそ理念や意識先行でない、利用者に寄り沿う介護を、ある程度、脱力しながら実践してきたのだ。それがこのままでは諧謔ではなく、ほんとうに疲弊して、「へろへろ」や「ヨレヨレ」になってしまうという事態に直面して、「老人ホームに入らないための老人ホーム」を立ち上げたという

ことではないか。

「安心して預けられる施設」になることは拒否しながら、「自宅のような」「普通の生活」を維持するためにこそ、施設が必要になるというパラドクスである。

その意図は、「委ねきりにしないで下さい、預けきりにしないで下さい、関わって下さい、関わりつづけて下さい、家族は家族だし家族以外にはできないことがあるのだから」という「宅老所よりあい」が言っている、以前からのメッセージではないか。

そもそも介護保険が「成功すると失敗する」のは、このあたりに落とし穴があったのではないか。介護保険ではみんなが「介護」を受けようとし、安心して施設に預けようとする。それが「失敗への道」なのだ。安心して任せてしまう、預けきりにしてしまう、制度に依存してしまう、施設にお任せしてしまう、それが「成功すると失敗する」メカニズムをうみだすのではないか⁶⁾。

ここに至って、私たちは、高齢社会や「介護」についての社会の意識を問い直す必要に出会う。「宅老所よりあい」のような介護施設やシステムへの無意識的な依存や期待について、もういちど考え直す必要に直面する。「宅老所よりあい」や「よりあいの森」は理想郷ではない、安心して預けきりにできる施設でもないし、そうすべきでもない。それは私たちの介護不安や先行き不安の潜在意識をあぶりだす。そこに私たちも「不安や寂しさ」を感じる。だからこそ、いっしょに関わりながら、いっしょに作り出していきたいという「宅老所よりあい」や「よりあいの森」からのメッセージが意味ぶかく聞こえてくる。

それは「老人ホームを否定する老人ホーム」、「介護を否定する介護」ではなくて、「老人ホームを超える老人ホーム」、「介護を超える介護」へ向かっていくのではないだろうか。

私たちは、この問いかけにどう答えることができるだろうか。社会の外部に「病院」や「施設」を作って「介護」を「医療職」や「介護職」に委ねてしまうのではなく、私たちの身近に、ほけても普通に暮らし続けられる「地元」を作ることができるだろうか。そういう問いかけを、「宅老所よりあい」や「よりあいの森」は発し続けている。

注

- 1) 「宅老所よりあい」については、すでに多くの紹介文献がある。[井上・賀戸 1997]、[浜崎 2008]、[豊田・黒木 2009] など。
- 2) 村瀬孝生の著書としては『あきらめる勇気—老いと死に沿う介護』、『おしっこの放物線—老いと折り合う居場所づくり』、『看取りケアの作法—宅老所よりあいの仕事』、『おばあちゃんが呆けた』、など多数。
- 3) これは本書の中に明示的に書いてあることではないので、村瀬孝生本人へのインタビューをふまえた評者による解釈である。
- 4) 私は、何度か「宅老所よりあい」、「第2宅老所よりあい」、「第3宅老所よりあい」「よりあ

いの森」などを訪問して村瀬孝生さんから直接にお話しをうかがった。くわえて彼の講演や、その他の会話の機会などをもとに、彼の意図を推測することとした。しかしあくまで筆者個人の解釈であることをお断りしておく。

- 5) [鹿子 2015] にその経緯が紹介されている。また同時期に刊行されていた雑誌『ヨレヨレ』にも多くの情報が掲載されていたが、残念にも4号で終刊となった。
- 6) 介護保険における「成功なのに失敗」というねじれた逆説については、安立清史「介護保険のパラドクス—成功なのに失敗?」、ウェブマガジン「SYNODOS」(2017/04/13)を参照のこと。

文 献

- 安立清史, 2018, 「介護保険と非営利はどこへ向かうか」(認定NPO法人・市民協公式サイト)——, 2018, 「高齢社会」というペシミズム—日本の人口高齢化に取り憑いた呪文, 『共生社会学』Vol.8, pp101-112
- , 2017, 「介護保険のパラドクス—成功なのに失敗?」SYNODOS (2017/04/13)
- , 2016, 「非営利組織の「経営」とは何か—介護保険における非営利法人の「経営」をめぐる—」, 『共生社会学』, Vol.7, pp.105-122
- 福岡賢正, 2015, 『いのち寿ぐために—「たすけあい佐賀」の宅老所から』, 南方新社
- 浜崎裕子, 2008, 『コミュニティケアの開拓—宅老所よりあいとNPO笑顔の実践に学ぶ』, 雲母書房
- 井上英晴・賀戸一郎, 1997, 『宅老所「よりあい」の挑戦—住みなれた街のもうひとつの家』, ミネルヴァ書房
- 鹿子裕文, 2015, 『へろへろ—雑誌『ヨレヨレ』と「宅老所よりあい」の人々』, ナナロク社
- 村瀬孝生, 2001, 『おしっこの放物線—老いと折り合う居場所づくり』, 雲母書房
- , 2007, 『おばあちゃんが、ほけた』, 理論社
- , 2010, 『あきらめる勇気—老いと死に沿う介護』, 雲母書房
- , 2011, 『看取りケアの作法—宅老所よりあいの仕事』, 雲母書房
- 村瀬孝生・東田勉, 2016, 『認知症をつくっていののは誰なのか』, SBクリエイティブ
- 豊田謙二・黒木邦弘, 2009, 『「宅老所よりあい」解体新書』, 雲母書房