

JKA補助金事業

グループリビング ももとせ

特定非営利活動法人 住まい・まち研究会



■ハウス理念■

暮らしの三大要素は衣・食・住、それらの安定が日々の安寧をもたらします。中でも住は高齢社会となった今日において、もっとも大切です。「元気に年老いて心豊かに暮らしたい」とは誰もの願いです。高齢期を「誰と、どこで、どのように暮らすか」は大きな問題です。〈個の住まい〉を〈集って暮らす〉と置き換えれば、見えてくるものがあるはずです。

百歳まで元気で生き活きと暮らす。新しい住まい「グループリビング ももとせ」は、JKA（旧日本自転車振興会）の補助金を得て実現しました。

敷地は、京成電鉄が開発した成田市公津の杜の新しい市街の住宅地区内にあり、成田市の保存緑地に隣接して良好な環境を形成しています。春には鶯が鳴き、時には野うさぎの姿が見られ、雉も鋭い鳴き声で飛び立ちます。

ハウスは保存緑地の緑豊かな森を背にして、まち並みを懷に抱き寄せるように計画しました。1階には、“まち”の人たちと共同で活用するアトリエを設けました。ハウスとハウスの住人が、“まち”の一員であることを望んでいるからです。

さあ、新しい生活が始まるイメージを、皆さんと共に描いてみましょう。

グループリビング ももとせ

[所在地]

〒 286-0048

千葉県成田市公津の杜三丁目 1 1 番 1

Tel : 0476-26-3098 Fax : 0476-26-3099

E-mail : info@sumai-machi.org

[施設概要]

利用人数	9 名+1 名（コーディネーター）
居 室	1 0 室 (25.96 m ² ≒ 15.7 帖)
居間食堂	食事は一堂に会して
浴 室	1 階：桧風呂（個浴） 坪庭付き
	2 階：ユニットバス（個浴）
洗 濯 室	1 階：共用
地域交流	1 階アトリエは地域に開いて利用
駐 車 場	3 台

[建築概要]

敷地面積	575.83 m ² (174.18 坪)
建築面積	283.84 m ²
延床面積	558.37 m ² (168.90 坪)
建ぺい率	49.30%
容 積 率	96.97%
構造規模	木造 2 階建て（簡易免震構造）
最高高さ	8.475m
軒 高	6.570m
駐車台数	3 台
地域地区	第 1 種低層住居専用地域

[設備概要]

空 調	各居室、アトリエ、居間・食堂 ゲストルーム、事務室
床 暖 房	アトリエ、居間・食堂
暖 房	浴室、脱衣室
上 水	成田市上水道接続
下 水	成田市下水道接続
ト イ レ	各居室に専用トイレ 共用トイレ 3 ヶ所 （1 ヶ所：車椅子、オストメイト用）
電 気	各居室：30 アンペア（単独契約）
T V	各居室に端子（地上デジタル対応）
電 話	各居室設置 可
インターネット	各居室接続 可
エレベーター	3 人乗り 1 台





1 階平面図



2 階平面図



配置図



「ももとせ」名物、有機野菜の食事



リビングの集い



部屋でお喋り

入会のご案内

住まい・まち研究会は特定非営利活動促進法に基づくNPO法人です。グループリビング「ももとせ」の運営と、その関連事業を通じて、誰もが生き活きと暮らせる地域社会のシステムをつくることを目指して活動します。皆様のご協力、ご支援をよろしくお願いいたします。

- 正会員
この法人の目的に賛同し、入会した個人及び団体(議決権を有する)
- 準会員
この法人の目的に賛同し、共に活動するために入会した個人および団体(議決権を有しない)
- 賛助会員
この法人の目的に賛同・賛助する個人および団体(議決権を有しない)

■ 会費

	年会費	入会金
正 会 員	6,000	2,000
準 会 員	1,000	2,000
賛助会員	一口 1,000	なし

振込口座 ゆうちょ銀行 00130-0-669514

口座名義 NPO 住まい・まち研究会

- お申し込み・お問い合わせ
TEL : 0476-26-3098
FAX : 0476-26-3099
e-mail : info@sumai-machi.org

特定非営利活動法人 住まい・まち研究会
〒286-0048 千葉県成田市公津の杜 3-11-1

特定非営利活動法人 住まい・まち研究会



e-mail : info@sumai-machi.org
<http://www.sumai-machi.org>



グループ・リビング「ももとせ」って？

100 歳まで仲間と寄り添って 自立して生き活きと暮らせる「わが家」です

- NPO住まい・まち研究会が提案する「高齢期を豊かに暮らすための住まい」です。
- 地域の中の「住み慣れたわが家」を目指します。
- ハウスに住む人も、運営に関わる人も、それを支える地域の人たちも、みんな仲間です。
- ハウス・コーディネーターが生活を共にしながら暮らしを支えます。
- ハウスの住人を中心に、家族や地域の人々と共に、新しい社会のシステムづくりを目指します。
- ハウスの中心にコミュニティー・ルーム（アトリエ）を設け、地域の子供からお年寄りまで、幅広い人々が参加できる場を提供します。
- コミュニティー・ルームが地域活動の基点となり、住みよい地域ネットワークを構築する核となるハウスです。

NPO 住まい・まち研究会

かつて、私たちは家族の中で老いを迎え、老後を家族とともにすごしました。生活に何らかの支障をきたしたときには、介護は家族の責任で、肉親・親族が互いに助け合い、その暮らしを支えるのは当たり前でした。そして、その頃「老後の期間」はそれほど長くはなかったのです。

しかし、今日本は世界一の長寿国となり、社会の構造も大きく変わりました。核家族化が進み、子が巣立った後の高齢者世帯、伴侶を亡くした高齢者の単身世帯、共に高齢者の二世帯同居家族の老々介護など、どれも深刻な問題です。高齢者の自死、事故死の数も急速に増え続け、その痛ましい様子が新聞紙上やテレビなどで報道されます。

日本の高齢化は予想を超えて急速に進み、2025 年にはそのピークに達します。家族だけでは「長い老後の期間」を支えられません。介護保険制度が施行され、在宅での暮らしを支援するさまざまなシステムの整備が進み、施設もつくられています。しかしそれでも追いつかないのが現状です。

高齢期を「誰と、どこで、どのように暮らすか」は、最大の課題です。

高齢になっても、すべての人が障害を持つということではありません。多くの人は安心できる環境と暮らしを支える最低限のケアの体制があれば、互いに助けあい、その人らしい暮らしが地域で持続できます。そのような環境を創ることが、「個の住まい」では困難でも、「集まって暮らす住まい」なら可能になるのでは、と国内外の制度を学び、先進的事例の調査研究、学習を重ねてきました。

その成果として、2007年夏、千葉県成田市公津の杜の緑豊かな森を背にして、グループ・リビング「ももとせ」が竣工、運営がスタートしました。

「長生きしてよかった」といえる社会を自分たちでつくりたい、安心して老いを迎えたいと願い、人まかせではない、自分たちでつくる理想の住まい、生き方を目指して活動します。

代表 夏目 幸子

ひと・つなぐ

浦安
グラン
ホテル
スマ
ン・ニ
加者を
応募
ナ)、
齡、参
成イ
279・
9、同
へ。1

J1
ら、房
大多暑
グを毎
道大多
ルに、
残る1
20日ま
受に
時半、
で（休
コース
もら

北総
ンに在
(京成
日乗
ラー
いる。
沿線
ら東武
を、自
がら昔
ク」を
は、日
公園で

ち
ば
沿
線
版

成田・公津の杜発

ももとせ



「おいしいと言って食べてくれる人がいるから、野菜を作っていて楽しいよ」。同市公津の杜一丁目の中村恒和さん(76)は、ももとせに取れたての野菜を届けるサポーターの1人だ。

郡内の繊維卸会社を定年退職し、約10年前に娘の家族が住む成田市に引っ越してきた。野菜作りは約30平方メートルの市営農園で始め、3年目からは作り手がなく空き地になっていた畑を借りて、有機無農薬栽培に取り組んでいる。

野菜届けるサポーター

る。現在約一千平方メートルまで広がった。「トマトは嫌いだから作らないけれど、ほかは何でも作るよ」
見暮は本各内どが家庭菜園の正装どころ、収めた野菜

規模は本格的だが家庭菜園の延長だから、

は自宅で食べるか知人にあげる程度で、販売はしていない。「どうせ売ってないなら、協力しろよ」。NPO理事の丸徳也さん(62)から声をかけられたことがきっかけで、ももとせに旬の野菜を届けるようになった。

ももとせでは夏目さんたちが、届いた野菜を見てメニ
ューを考える。中村さんも夫婦で入居者と一緒にできた
料理を囲む。野菜のことやその目の出来事など、時間を
忘れて夜遅くまで会話ははずむ。

毎月イベント

地域と一緒に

小学校が夏休みの8月の土曜日、ももとせ1階のアトリエからバス・トロンボーン之音が聞こえてきた。ももとせが聞いているコンサートは3回目。近所のお年寄りや子どもら約50人が、約1時間半の演奏を楽しんだ。

半の演奏を楽しんだ。

ほかにも医療セミナーなどのイベントを毎月のように開いている。8月からは成田市の委託事業で介護予防体操教室も始めた。隣接する空き地では、地元の市立公津の杜小学校の子どもたちが入居者らと一緒に花壇を作った。

者らと一緒に花壇を作った。

ある雨の日、近所の小学生が、
もとせにトイレを借りに来た。鍵
を持っていないのに母親は外出中
で家に入れないのだ。「花壇
づくりを思い出して」来たとい
う。母親の携帯に「もとせとい
る」とメールを送り、入居者に教
わりながら宿題を終えたころに母
親が迎えに来た。

親が迎えに来た。

夏目さんは「地域と一緒に
 ことで、この暮らしが豊かにな
 る」と話している。（的場正）

る」と話している。
(的場正)

高齢者の「自立と共生」の家

成田市西部で宅地開発が進む公津の杜地区。ここに高齢者のグループリビング「ももとせ」ができて2年余りになる。自宅でも介護施設でもない住まいで、60〜80代の6人の女性が新しい暮らし方を始めている。

高齢者福祉施設と違って介護サービスはない。キッチンやトイレが付いた16畳ほどの居室はすべて個室だが、食事の時は食堂に集まるなどマンションのような孤立感はない。同年代が共同生活を送るという点で、学生寮に似ているといえるかもしれない。

運営するNPO「住まい・まち研究会」の夏目幸子理事長(69)も入居者の一人だ。「夫と死別したり、独身だった。子どもも独立した家庭を持っているのが頼りたくない。だけど独り暮らしを続けるのは何となく不安。そんな人たちのための住まいです」と説明する。夏目さんは夫を習志野市の自宅に残して「単身赴任」している。

夏目さんはグループリビングを「元氣な高齢者が豊かに暮らすための、自立と共生の住まい」と定義する。秋田県出身の佐藤タミさん(82)は、地域の敬老会に参加して新しい友達ができた。東京・新宿から引越してきた田中和子さん(80)はももとせで週2回、書道教室を開いている。地域との交流も始まっている。

も始まっている。

野菜を差し入れた中村恒和さん（手前左）も入居者と一緒
に夕食を楽しんだ。成田市公津の杜3丁目の「ももとせ」



ご近所力

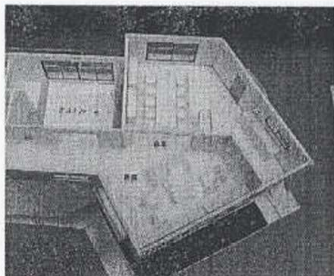
その一 住む人からの情報発信
その二 支援の側にもやりがい
その三 催しには子どもも参加

今回は、柏市高田の農産物直売所「かしわで」の取り組みを紹介します。

クローズアップ

100歳まで自立して暮らせる

終の棲家を



◀▲「公津の社ハウス」の模型

成田市に「公津の杜ハウス」

千葉県成田市で、高齢者の新たな住まい方を提案する「公津の杜ハウス」の建設が始まった。NPO「住まい・まち研究会」(夏目幸子代表)が提唱する「グループ・リビング」を具体化する施設で、10人の高齢者が集まり、ハウスコーディネーターと共同生活することで、100歳まで自立して暮らせる「終の棲家」を実現する。高齢者が集えるパブリックスペースとしての食堂や仲間、地域のコミュニティの場となるアトリエなども整備され、高齢者が健康で新しい暮らしをしながら、豊富な経験に基づき高齢者の文化を地域に役立てられる環境を臨む。

ハウスコーディネーターと
ともに生活

夏目代表は、夫妻で夏目設計事務所を主宰する建築家でもあり、誰かが安全で快適に住み続けられる住まいと街づくりに取り組んで

NPO「住まい・まち研究会」

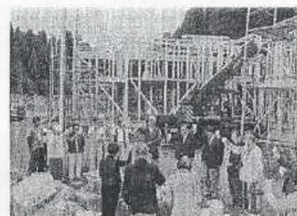
高齢者が支え合うグループ・リビング

ワークシヨップで
暮らし方をイメージ
実現に向け、既存のNPOや介

團體にクブ・リンゲの取り組みを呼びかけたが、理解が得られなかったところから、05年12月に自「NPO」住まい・まち研究会」を設立した。カナダと通ってNPOに対する社会的理解が不十分なか中、土地の手当てや家賃の確保に奔走し、さまざまな機関への直談判を繰り返しながら、日本自転車振興会の補助金に自「資金を加え、1億2000万円の事業費

緒になって暮らし方をイメし、必要な設備などを詰めた食事や団らんをともに家族のように

興体したのは「ライブ・ベース」である。個室のほか、2段分にアブリックスペース、高窓の間と食堂を設けた建物。は個室を出て食事や団らんをし、支え合いながら家族の



上様式のようにす

を工直した
グループ・リビングを具体化する
「六津の杜ハウス」は千葉県成
田市公津の杜3丁目に整備され
る。施設の具体化にあたっては、
グループ・リビングの考え方を次
世に引き継ぐためのインスタン
シッパ（税抜体験の一環として、
日本の学生に施設内容を伝えるワ
ークショップおよび模範的作製を
任せたいワークショップ）では、図
面を見ながら、学生を高齢者が一
人に、通常は多目的ルームとして使

品を収める個人用のトランクルーム、風呂上りに滑める露天デッキなども整備した。

木造の隣建て延べ517平方メートルの建物で、設計は青島設計事務所がボランティアで行った。施工店は街風しの観音から地域工務店に依頼し10月末に着工し、10月27日には上棟式が行われた。完成は07年3月の予定だ。

融通するが
グループ・
ピングの中
いろいろな

「さきほどお話しした社会システムがバリエーションにならないといふことが年々取れない状況の中で、良い環境をつくるために建築にはあるべきかを考えてきた。福祉の施設ではなく、どのような制度・住まいがあれば高齢者にとって安心が考えられる場合、一人では無理という結論に至つた。介護の施設はサービスの頼つても限界があり、高齢者が支え合つて暮らすことを考えた。自宅を地域に開放し、ヘルパー・ステーションのようになれば、万が一、起きられない状況になったとき誰かが駆けつけられる。また、自宅に人を呼ぶなぐても、コミュニティールがあれば地域交流もできるはずだ。これら二つが鍵になればよいと考え

なつめ ゆきこ
夏目 幸子代表



「集まって暮らす住まい方」を提案し始めた」

「昨年、高齢者とハウスコーデ
イナーターが10人集まって暮らすカ
ナダの施設を訪れ、システムや暮ら
し方を勉強してきた。中には100

然で自立し暮らしている女性も多い。こうしたグループ・リビングの施設を日本でも作りたいと考えた「自立」のつばは、仮にできないことがあっても、ちょっと支えてもらって自立決定して暮らすことだ。結の模様とは書いても、何が何でも住み続けると言うわけでもない。自立を支え合って暮らせる状況、況なきをけ度く保つことだと、フレキシブルに考えている。医療が必要であれば認知してこられる必要はない。認知症が進めば専門スタッフのいるグループホームに移す方が良ケースもある」

「二人でいて刺激がないと能力が

豊富な経験に基づく文化を地域に

と接し、決して食事をすればは健康に事ながら、それぞれが自分の事としてを所望せながら、パブリックスペースでは緊張感を持って生活すること、健康に過ごせれば、医療費の削減にいった経済効果も期待できる」。「NPOの会員は現在30人だが、グループ・リビングの考え方に共鳴してくれる人をさらに増やしたい。入居者は誰でも良いわけではなく、会員の中から個々の事情に応じて運営委員会が優先順位を決め、入居者を選ぶ。入居には新しい暮らしを造りながら、豊富な経験に基づいた文化地域に立ってほしい。高齢者の文化を新しい街に持ち込みたい。そのためには、ハウスコーディネーターや地域を支える人も含め、すべて会員になってほしい。(高齢者の新たな住まい方であるグループ・リビングを持続させるために、新たな補助金策などもいろいろある。施設運営も考えていた)。

※NPO「住まい・まち研究会」
電話047・452・4593、FAX
047・452・1591。

より深く
知ろうとする
人のため

中央公論

2009
April
launched
in 1887

4

創刊
1500号

特集「おひとり様」の死に方

大衆天皇制の終わり

吉見俊哉

共通通貨が開く
日本とアジアの未来

中曽根康弘

佐藤優の新・帝国主義の時代

帝国主義の悪魔祓い

特集 日本の没落

自民党の自然死

御厨 貴

製造業立国・日本の終焉 水野和夫／田中直毅

官僚支配打倒のチャンスを見逃すな 堺屋太一

平成「空気」の研究

斎藤環／加藤紘一×藤井裕久×岩見隆夫／天野祐吉
溶解する日本の政治と社会



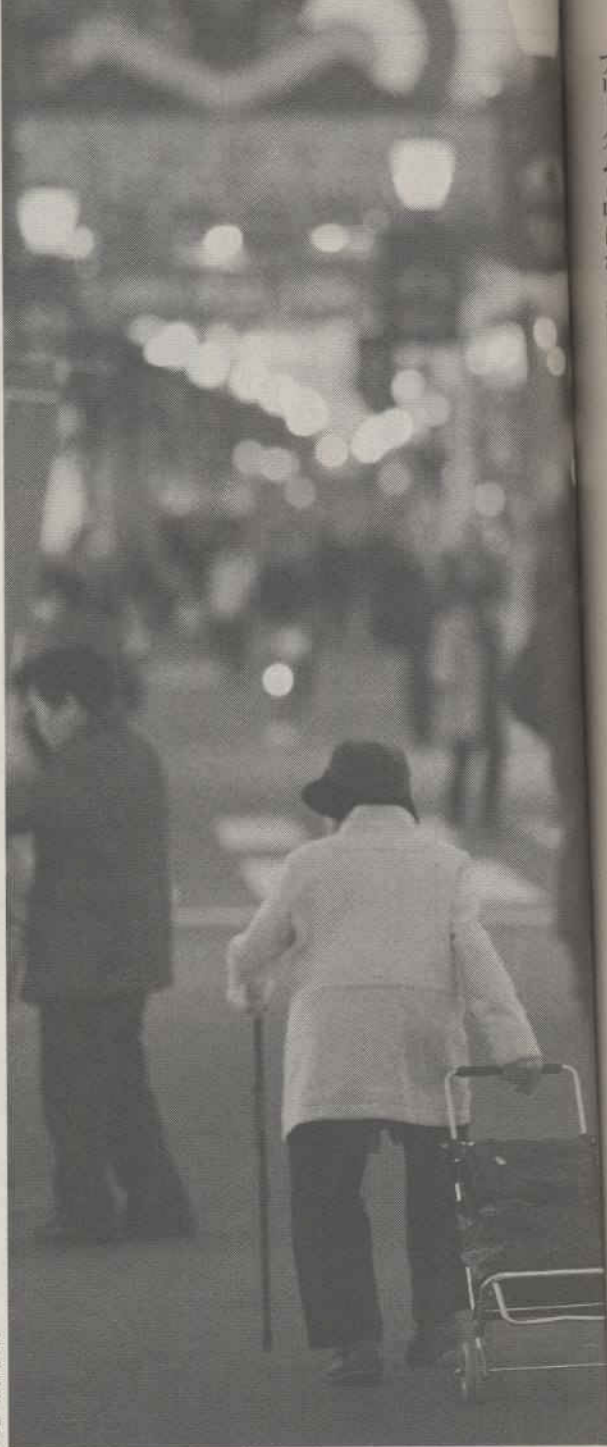
麻生・中川
問題が示す

特集

「おひとり様」の死に方

六十五歳以上、一人暮らしの、いわゆる「おひとり様」が急増中。
二〇三〇年には七一七万人と倍増も予測されている。
最期まで自分らしく生き抜くために、いまなにをするべきか

写真提供・時事



CHUOKORON 2009.4

ルポ●グループプリビングという選択

家族に頼らず、自分らしく暮らす 「終の住み家」の新しいかたち

福島安紀／医療ジャーナリスト

自立した老後を送るための条件

生涯シングルを貫いても、結婚していても最後はひとり。子どもに頼らずいくつになっても自立し、自分のペースで暮らしたいという人も増えている。一方で、「急病で倒れたとき、どうしたらよいかわからない」「孤独死したら困る」――。一人暮らしに不安を抱える高齢者も少なくない。

そんな高齢者が、小さなグループを作って必要な援助を受けながら暮らす

ことで、独居の不安を解消し、個室部分では自分らしい暮らしを続ける「グループプリビング」が少しずつ広がってきている。グループプリビングは、一〇人前後の高齢者が、コーディネートやボランティアの力を借りつつ、互いに助け合って暮らす新しいタイプの終の住み家だ。なお、介護保険の対象で、認知症の人が暮らすグループホームとは、言葉は似ているがまったく別のものである。混同しないでいただきたい。グループプリビングの一つで、NPO

法人住まい・まち研究会が運営する「ももとせ」は、二〇〇七年八月、千葉県成田市の閑静な住宅街に誕生した。最寄りの公津の杜駅は東京駅から約一時間半、京成成田駅の隣で、子育て中の若い世帯も多い新しい街だ。

住まい・まち研究会理事長の夏目幸子さん（六十八歳）は、高齢者のための住まいや施設造りを行ってきた建築家であり、グループプリビングを立ち上げる構想を長年温めてきた。

様を介護中だったノンフィクションライター向井承子さんと「ポストファイフティの会」という五十代以降から老後を見据えた生き方、暮らし方を考える勉強会をしていました。その会の参加者には、社会で活躍するシングルの女性たちも多かったんですね。そ

周囲に縁も多いグループプリビング「ももとせ」の全景



れで、そういう方たちが老後を迎えたとき、最期まで自立しながら暮らすにはどういう住まいが必要か考え、行き着いたのがグループプリビングだったのです。

夏目さん自身は、夫と二人の息子がいる。長期化する介護を支える住まいや認知症高齢者グループホーム、特別養護老人ホームなどの施設の設計に携わってきたが、整備されつつある施策のなかで、介護が必要ではない元気な高齢者の暮らしの場が抜け落ちていると考えた。

「私は、息子たちと良い関係を保ちながら、自分らしい生き方を可能な限り持続したいと思っています。生涯シングルの人や私のような人が、家事や社会活動に参加して介護が必要にならないようにしながら、調子の悪いときには誰かに助けてもらえる終の住み家として、グループプリビングが必要だと思いました」

〇四年には、アビィフィールドハウ

スと呼ばれるグループプリビングの先進国であるカナダを訪れ、一〇カ所のハウスを見て回った。その一つのゲストルームに一〇日間滞在し、日本でのグループプリビングの必要性をさらに痛感したのだという。

ブライバシーのある共同生活

「ももとせ」は、建築家として高齢者の住まいを考えてきた夏目さんの集大成だ。また、介護が必要にならないためには、どんな暮らし方をし、どんな社会の仕組みがあったらよいか実践しながら考える場でもある。

木造二階建て、明るい色彩のおしゃれな建物に入ると、木の香りに包まれた。玄関、ダイニングルームと居間、台所、風呂場、洗濯機とアイロンスペースは共用で、すべてバリアフリーである。二つある浴室の一つは檜風呂で、大きな窓から外の緑が見え、露天風呂の雰囲気を楽しめる贅沢な造りだ。

入居定員は、六十歳以上の高齢者九

人とハウスコーディネーター一人で、計一〇人で生活する。定員に関しては、認知症の人を対象にしたグループホームが九人で一つのグループとなっているのと同じである。九人くらいなら、お互いに関係が築けるが、それ以上だと一つのグループとして生活するのは難しいとされる。

ハウスコーディネーターは、日本にはまだ定着していない概念だけに、人材確保が難しく、現在は、夏目さん自身が、夫の住む自宅を離れ、入居者の一人として調整役を務める。

一〇室ある個室はすべて南向きで、約一六畳のスペースに、ミニキッチンと収納、トイレと洗面所がついている。これも車椅子が必要になったり、身体に多少の障害があっても暮らし続けられるようになっていく。それぞれの部屋の入り口の廊下に面した小さな棚には、花瓶や書、人形など、思い思いの品が飾られ、個性豊かなミニ玄関のようだった。



「ももせ」の食卓の風景。右列の手前が調整役を務める夏目幸子さん

入居金は三六〇万円（二〇年間均等割償還）、家賃、共益費、その他で月額利用料は一万円、食材費は朝夕で四万円である。同NPO法人理事の丸徳也さんら、地元で有機野菜を作るグループがサポート会員として野菜を提供しており、豊かな食事は「ももせ」

「せ」の自慢だ。それでいて生活レベルは落とさずに自分らしい暮らしが楽しめることもグループリビングの魅力といえる。

プライバシーを守りつつ快適に共同生活を送る工夫も随所に見られた。たとえば、個室の前の廊下からは居間が見える構造になっている。入居者が、自分の部屋から一歩廊下へ出ただけで、そのときの居間の雰囲気やわかる仕掛けだ。眠れない夜でも、居間に明かりがついていればそれだけでほっとするし、ちよつとおしゃべりをしに行こうかなと思えるわけだ。ダイニングルームの隣には、家族や友人が泊まれるゲストルームもある。

「ももせ」の朝は、六時半のラジオ体操から始まる。これは、入居者の一人が、長年の習慣から続けているもので参加は自由。体調が悪くない限り、朝食と夕食だけは、基本的にダイニングルームで一緒に食べるようになっていく。

一度も一緒に暮らさないままだったという。

「長女と長男も海外にいますし、親しい友人を立て続けに亡くして、一人暮らしに限界を感じていたときに、知人の紹介で『ももせ』を知りました。大規模な有料老人ホームに入って人任せの暮らしをするのは嫌だったので、すぐに入居を決めたんです。娘や息子は驚き、『お母さんみたいな人がよその人と暮らせるわけがない』と反対しましたが、家事や地域活動に参加しながら暮らせるいまの生活が気に入っています。一人でいたときは食事でも不規則でいい加減でしたが、みんなで食べる食事はおいしくて、つつい食べ過ぎてしまうくらいです」

そう話すTさんは、昨年の夏から、地域の子どもたちに書道を教えた。書を通じて母親たちの子育ても応援したいという。高齢者は、既存の施設に入れば、世話をされる一方になってしまふ。しかし、Tさんのように、グル

七時半からの朝食では、饅頭を削って出汁を取った味噌汁と白飯、魚料理、有機野菜を使った副菜と漬物などがずらりと並び、入居者が昔の大家族のように食卓を囲む。ここから職場へ通う六十代の居住者もあり、一人でいたいときは個室にこもっていてもいいし、居間で友人とお茶を飲み、おしゃべりを楽しむこともできる。夜は、酒宴を楽しむこともしばしばだ。

食事は、夏目さんと入居者が一緒に準備し、ときには、地域の有償ボランティアに作ってもらっているという。今後は、家事や入居者の通院などをサポートしてくれる地域ボランティアも募る予定だ。

広がる地域住民との交流

掃除や食事作り、片づけなどの家事は、ハウスコーディネーターなどの手を借りながら、できる限り自分たちで行い、百歳まで自立して暮らすことを目指す。一人暮らしでは食事もおろそ

かになりがちだが、具合が悪ければ、温かいものを部屋まで運んでもらったりできることもグループリビングのよいところだ。実際、入居してから不眠症や骨粗鬆症が改善したり、体調がよくなった人もいる。

一階の右側は地域の人たちとの交流の場であるコミュニティスペースである。コンサートやメデイカル体操などが行われ、まるで公民館のように使われている。すぐ近くにある小学校との交流も進んでおり、同NPO法人が四年生の総合の授業を担当し、子どもたちと一緒に隣接した公有地に花畑を作るなどの活動も行う。地域住民との交流は、グループリビングがその土地に根づくためにも不可欠だ。

居住者の一人で七十九歳のTさんは、四十四歳のときに夫が急逝し、書道の師範として三人の子どもを育ててきた。老後は二男家族と暮らすつもりで千葉県内に二世帯住宅を建てたが、二男は仕事の都合で海外生活が多く、結局、

ープリビングを足場に地域で新たな役割を発揮できる人が増えれば、老後はもっと明るいものになるに違いない。

八十三歳のSさんは、東北地方の自宅を引き払い、「ももとせ」に入居してきた。夫と息子、娘に先立たれ、縁もゆかりもない土地で新しい生活をスタートさせたかったのだという。長年住んできた地域では、近所の誰もが家庭の事情を知っている。ときにはそれが気詰まりになる場合もある。年をとったら住み慣れた土地で暮らしたいのが高齢者であるかのようにいわれるが、誰にとってもそれが当てはまるとは限らないのだ。

オープンから一年半が経ち、入居者たちは、新しく移ってきた土地でできた友人をグループプリビングに招くなど、地域の人たちとの交流も徐々に深まってきた。それまで知らなかった人同士が昔の下宿屋のような形で個室以外のスペースを共用するグループプリビングは、人間関係が希薄になりがちな都会

で、新たなコミュニティを築き始めている。

資金繰りなどの課題も

ただ、何もかも理想的のようには思える「ももとせ」も、すべて順風満帆というわけにはいかない。

〇七年四月の竣工式が、事前に新聞に掲載されたところ、二〇〇人以上の来訪者があり、その場で二三人が入居申し込みをしたが、その後全員キャンセルになったという。現在の居住者は六人で、四部屋が空いた状態。いまま入居者を募集 중이다。

入居をやめた理由の多くは、息子や娘に、自宅を売り払ってそんなところに入るなんてとんでもないと反対されたことだった。近所の人や友人に引き止められたという人もいた。なかには、自分の居室まで決めていたのに、占いに「方角が悪い」といわれ、土壇場でキャンセルした人もいる。

「老後を誰とどこでどうやって過ごす

かは非常に重要ですが、それを高齢者が自分で選んで貫き通すのがいかに難しいかを痛感しました。グループプリビングが根づいていない日本では、親を施設に入れるのと同じように捉え、世間体が悪いと考えた息子さんや娘さんもいたようです。本当に自分で終の住み家を選べる自立した高齢者はまだまだ少ないのかもしれない」

夏目さんはそう指摘する。

高齢者の多くは健康に不安を抱えており、既存の施設のように、提携医療機関がないため、反対する家族を説得できなかった人もいたようだ。入居者の一人も、「高齢者だけの住まいであり、急に倒れたときどうなるのかはやはり心配です」と話す。入居時は要介護ではないのが条件だが、介護が必要な状態になっても、自宅にいたのと同様、医師の往診や訪問看護、在宅介護サービスを利用することは可能だ。医療機関との協力体制などは、今後の課題だろう。

また、建設・運営資金と場所の確保も困難を極めた。グループプリビングを新たに建設するとなれば、多額の資金が必要だが、NPO法人への信用保証制度などはなく、実績のない法人の資金調達は非常に難しかったのだ。州政府がグループプリビングの建設をバックアップし、低所得者の入居金を援助するカナダとは異なり、日本では、まだグループプリビングが公的に位置づけられていないことも大きい。

そんななか、夏目さんの夢の実現を後押ししたのは、財団法人JKA（旧・日本自転車振興会）の補助事業「高齢者生活共同運営住宅（高齢者生き生きグループプリビング）」の助成金だった。この助成金は、代表者の福祉分野での実績や資金計画が問われるなど、厳しい審査を経て交付されるものだ。〇五年度から始まったこの補助事業を利用して、〇八年度までに全国一二カ所のグループプリビングが誕生している（うち三カ所は現在建設中）。

JKAから「ももとせ」に交付された補助金は七九二七万円。しかし、建設費とスタート時の運営費を含めた事業費は約一億二〇〇〇万円であり、残りの約四〇〇〇万円を自分たちで捻出しなければならなかった。

「日本では、NPO法人への融資制度が確立していませんから、お金を貸してくれるところがなかなか見つからず、本当に困りました。まるで、何の練習もせずに舞台に出て空中ブランコを始めてしまったようなもので、せっかく補助金交付が受けられるようになったのに、約四〇〇〇万円が調達できなければ墜落してしまう状態でした。グループプリビングの必要性を銀行の支店長などに直談判する形で訴え、何とか国民生活金融公庫と地元の銀行から融資を得られたときはほっとしました」（夏目さん）

非営利団体が運営しなければ、入居者の費用負担はさらに増える可能性が高い。NPOの資金繰りの問題は、グ

ループプリビングが今後、広がっていくかどうかのカギを握る大きな課題だ。中小企業の起業や経営を支援する融資制度があるように、NPO法人に対しても、果や国が低利の融資をバックアップする制度があってもよいのではないだろうか。

「新しい仕組みであるだけに、いろいろ課題もありますが、グループプリビングが全国に広がっていけば、年をとって健康に不安があっても、自立して地域で生活できる高齢者が増え、結果的に介護給付費や医療費も削減できるはず。今後は、そういった経済的な効果もアピールしていきたいと思えます」と夏目さんは強調する。

都が展開する高齢者集合住宅

一方、行政が、グループプリビングに似た取り組みをしている地域もある。東京都では、都営住宅の中にある高齢者向けのバリアフリー住宅、シルバークーピアに住み込みの生活協力員（通

称・ワーデン。相談業務も行う生活援助員を置いて（ところもある）を配置し、安否の確認や緊急時に救急車を呼ぶなどの活動をしている。ワーデンは、家族で住み込むのが条件になっている区市町村が多く、都の予算から報酬が支払われるシステムだ。

シルバーピアは、六十五歳以上で一人暮らしの人や高齢者のみの世帯で、持ち家がないなど、条件を満たした人だけが入居できる集合住宅。各部屋には緊急通報システムがついており、調子が悪いときにブザーを押すと、二四時間体制でワーデンがかけつける。部屋に設置された生活リズムセンサーで、一二時間以上動きがないと察知されたときには、ワーデンが安否確認をすることになっており、一人暮らしの高齢者の安心感につながっている。

東京都三鷹市のシルバーピアに住む七十六歳のYさんは、今年一月、昼間突然体が動かなくなり、緊急通報システムを利用した。下の部屋に住むワ

デンが、「どうしました」と声をかけてきたところまでは覚えていたが、その後は意識が朦朧としたという。すぐにワーデンが救急車を呼び、大事に至らずに済んだ。入院セット一式を揃えてワーデンに置き場所を教えておくのがシルバーピアのルールであり、それも役立ったそうだ。

さらに、同じ三鷹市では、三つのボランティア団体が、六十五歳以上の高齢者が支え合う関係作りのために、月一〜四回、手芸サークルや食事を催す。これらの活動は、市が「グループリビング事業」と位置づけ、都の補助金を利用する形で活動費の支援を行っている。この手芸サークルや食事に、シルバーピアの入居者に限らず、おおむね六十五歳以上の市民なら誰でも参加できる。

二月四日の食事に、三十一人が参加した。その一人で八十六歳のMさんは、夫に先立たれ、一〇年前からシルバーピアで一人暮らしをしており、毎

回食事を楽しみにしているという。近隣の市に娘と息子が住むが、迷惑をかけたくないという思いが強い。

「食事で知り合いになった人に誘われて、老人会のランドゴルフや輪投げにも参加するようになりました。以前住んでいた江戸川区では近所づき合いもありませんでしたから、ここへ来てからは友人も増え、楽しいです」とMさんは話す。

食事を開催するボランティア団体「けやきの木」代表の大森まさ子さんは、シルバーピアのワーデンでもある。高齢者同士がコミュニケーションを図る場所を作るために、この食事をを行うボランティア団体を立ち上げた。大森さんは、さりげなく生活をサポートするコーデイネーターのような役割も果たしているが、食事に誘い出すことで、日常的に心配事や悩み事を話してくれる高齢者も増えたという。

ただ、手芸サークルや食事に参加するのは女性がほとんどで、そういつ

た会への参加や人づき合いが苦手な人もいる。

「本当は、家にこもりがちなのほうが心配です。そういった人も含め、ほどよい距離感を保ちながら、困っていることはないか、認知症などになっていないか、目配りするようにしています」

いまはそう話す大森さんだが、どこまで高齢者をサポートするか、悩んで体調を崩した時期もあったという。ワーデンの仕事は、安否確認や緊急対応以外は、それぞれの人の裁量に任されている。同じ都営住宅には、自分が担当するシルバーピア以外にも一人暮らしの高齢者が住んでおり、そういった人まで含めてどこまでサポートするかは悩ましい問題だ。ワーデンには、法的な位置づけがないので、在宅介護が必要になったときなどに、たとえ、これまでの生活ぶりを最もよく知っている立場であっても、介護ケアプランに関われないジレンマもある。

「もととせ」のような民間のグループリビングのハウスコーデイネーターについて、今後、同じような問題が発生してくるのかもしれない。

老後はどこで誰とどう暮らすか

NPO法人共生のすまい全国ネットワークの事務局長の岡本健次郎さんは、「個人の住宅を改造したような小規模なもので含めれば、民間で、すでに一〇〇カ所くらいのグループリビングができているのではないだろうか」と話す。

思い返せば、一五年くらい前には、認知症のグループホームも、数カ所の先駆的な民間ホームが資金繰りに苦労しながら運営していた。認知症の人に對しては、大規模な施設よりも家庭的な少数人数のグループでケアしたほうがよいことが認められ、介護保険で公的に位置づけられるや否や、全国に九八〇〇カ所以上のグループホームができつつあった。「もととせ」のようなグループリビングも、助成制度ができた

介護予防効果が認められたりすれば、急速に広がる可能性を秘めている。

六十五歳以上で一人暮らしの人は、現在、高齢者世帯の約三割で四〇〇万人以上いる。国立社会保障・人口問題研究所の推計では、二〇年後の二〇三〇年には七十七万人がいわゆる「おひとり様の老後」を過ごすことと予測されている。

配偶者に先立たれたり、一人暮らしが少し不安になったりしたとき、どこで誰とどんなふうに暮らしたいのか。自分たちでグループリビングを作るのかどうかも含め、五十代くらいから考える必要があるという。最期まで自分らしく生きるために、グループリビングが新たな選択肢の一つとなることは間違いない。

ふくしまあき 一九六七年千葉県生まれ。立教大学法学部卒業。医療系出版社「サンデー毎日」専属記者を経て、九六年フリーランスに。医療・介護問題を中心に取材・執筆活動を行う。著書に「データでみる「良い病院」図解でわかる病院を使いこなす法」などがある。