高齢者グループリビング「COCO湘南台」 - バリアフリー高齢者住宅と暮らしの実験 -

特定非営利活動法人 COCO湘南理事長 西條節子

高齢期を元気印に生きようと「自立と共生」を合い言葉にスタートしたバリアフリー高齢者グループリビング「COCO湘南台」は、藤沢市（人口2000年8月現在約38万人）の中核都市に立ち上がり、10人（コーディネーター1）の生活が始まって一年、市内のやや郊外型とはいっても、居住地から小田急線湘南台駅に徒歩13分、市の総合図書館に徒歩3分、文化シアターに10分、スーパーや味の店には2～3分で手の届く恵まれた立地条件と言ってよさそう。ここに至るまで16名のグループが調査研究に3年かけ30回の研究会とワーキング30回で実現出来た歩みをまとめてみると、ほぼ10項目に分けられると思う。

研究会がまとめた提案書は当初200部印刷し、協力者を捜していたところ1998年春、梨畠を作っている地主さんが研究会がつくった基本計画を理解され、開発した建物を建てて提供してもいいと承諾してくれた。計画は具体性をおび、912㎡（276坪）の用地の上に実施計画を入れて提案書を更に600部刷り増した。計800部の提案書を持って、市、県、国に走った。新しい住宅と暮らしの提案に対して、バリアフリー部分の建築費に対し助成金拠出の可能性をさぐりたかった。何回も足を運んだが三星印と評価されたものの“前例がない”と行政側は臆病であった。「前例って誰がつくるの？」行政用語の摩訶不思議である。

さて、建築主との契約はオブザーバーの弁護士、税理士に相談し家主にも、暮らす住民にも妥当ではないだろうかという「案」を幾通りか作成しつつ、本契約にたどりついた。地主が建設し、一括して「特定非営利活動法人COCO湘南」が借り受ける20年契約にこぎつけ、入居者負担1人 370万円×10名=3,700万円 厚生省高齢者グループリビング支援事業補助金400万円（国200万円、県100万円、市100万円）のうち300万円をエレベーター設置費へまわすこととなった。

1. 「COCO湘南台」計画した背景

説明する迄もなく高齢社会を迎えることについてはすでに我が国では30数年前から推計されていたことでありその速度が、フランスの80年のテンポから見れば日本の高齢化は24年位で急速に進んだものとはいえ、国は家族単位の介護に依存してくぐり抜けられると考えていたのだろうか。又、反面国民は国や自治体がなんとかしてくれるだろうという、これ又依存型でもあったと思う。

ここで、超高齢化時代にこの俣でいいはずが無いと考えてきた。「私だったら尊厳を保ちながら自分らしい生涯をどう完結したいの？」と問う素朴な不安が先立ってきた。“誰かがやってくれると待つのはよそう。” 元気印に自分の意志で自由に暮らす老後ってどう？ 自分達自身で研究開発していこうと取り組むことになった。

私が過去20年間にフランス、ドイツ、イギリス、スウェーデン、オーストラリア、ニュージーランド、カナダの障害者や高齢者と交流しながら活動や暮らしを学んだ経験と国内の情報も収集し、政府や自治体や企業の動向も調査したことも役にたったと思う。一方、超高齢化に環境整備は追いつかず、少子化と核家族化などの現実が目前にせまり、家族間の調和は崩壊しはじめ、三世帯住宅に住む高齢者の自殺率の高さに驚いてもいる。次は企業の独身寮をリフォームして高齢者の収容に近い救済方法を考え、あわてた止まり木のりきろうとする姿さえ見られるようになって来た。

2. バリアフリー高齢者グループリビング研究会を発足

私だったらどう生きたいの？ どんな暮らしをしたいの？ 私達が考える「自立と共生」元氣印の生涯完結版の目的は、社会と交流し社会貢献をしながら“高齢者が元氣印に生きる”という合言葉で研究会員の知恵を結集させた。一人のオーナーではなく、又、仲良しグループだけで可能性を見付け出すのは無理、多角的な幅広い専門性を備えた人達の知恵と力が必要であった。

1996年5月に第1回の研究会を立ち上げ、毎月一回の研究会とワーキングチームも、月1回～2回の会合や打ち合せをしながら討論してきた3年間であった。研究会のメンバーの構成については特に次のことを念頭に置いた。一人の知恵は限られている。専門家あるいは経験者、そしてこのように暮らしたいと求めている当事者と予備軍も含めて、男女で構成していけばきっと成功するだろう。先ず一つからやっっていこうと、実験開発の知恵を集めることとなった。井之川平等氏と私で人選を始め、交渉して参加したメンバー構成は次のようになった。

利用したいとする当事者（障害者も含む）

建築家（設計者男女）

医療保健福祉関係者（民間機関の介護支援センター長やリハビリ専門家）

ホームヘルパーの経験者

市民代表（地域連合会会長経験など地域に詳しい人）

企業者で関心の強い人（救急防災機器等システム研究者など）

学識経験者 大学の先生（都市問題や環境その他への助言者として）

編集者（編集専門でしかもフランス仕込みの料理研究家）

高齢者住宅に興味を持っている人

以上男性7名、女性9名と面白いキャリアの人々の参加とオブザーバーとして、折々弁護士や税理士、高齢者給食センター運営者が参加し、多士齊々なメンバーによってスタートした。会議は会費1回300円の参加費（通信、資料、お茶代）お菓子は持ち寄り、愉快にいつも沸騰点に達した。中身は世界経済から地球環境、地域紛争から始まり、高齢者の個性、そして死に至る話など、社会科学習のような研究会が魅力となって、出席率は80%であった。

研究会の検討課題の中で、未解決の課題は各人が宿題として持ち帰り、次の会のテーブルに結果が提出された。“出会い、ふれあい、学びあい”をモットーにグループリビングのテーマを次々と追い、決定していった。この研究会の特徴は、特に規則などない、決まった時間、14～16時に集まり、テーマに向かい2時間を精力的に討論していく、遅刻して16時以降にもつれこむようなことはなかった。会議や討論に2時間以上かけるのは能力が無いのだと大方の思いでもあろう。

3. 「自立と共生」のキーワード

自立と共生のキーワードとして“元氣印” 自立と共生のバリアフリー高齢者グループリビングは5つのキーワードを検討し、その5つの柱にそった暮らしを一つ一つ追求していくこととなった。

自立と共生の高齢者住宅・・・ふれあう新しい21世紀のコミュニティー

10人の共同運営・・・COCO湘南運営委員会(NPO)のサポートによって、生活は自主的に運営する参加型

地域と共に生きる・・・地域の住民となって地域交流をはかりながら地域貢献をしていこう

心と身体も健康に暮らす・・・地域の医療保健福祉機関とのネットワークによって、地域の社会資源を活用して予防や早期発見、早期治療、介護支援センターやデイサービス等々も積極的に利用し文化的活動へも参加しつつ、心豊かに暮らしたい。寝たきりにならない、呆けない暮らし。

元気印の発信基地・・・自分が納得する生涯を明るく楽しいものにするよう、生涯型グループリビングのモデル基地として開放的実験を発信していきたい。せっかく手に入れた余暇の第三の人生をシンプルで美しいライフプランを演出しよう。

4．環境へのこだわり

どのようなところに暮らしたいか。アンケート調査によると、勿論住み慣れた街があげられるが、その中でやや郊外型の志向が60%、都市型つまり市中で駅や商店に近いところ30%、リゾート型として海岸等に近く、海の砂浜等を散歩出来たり魚釣りが出来たりするところ10%で、田園風の人里離れた地域への希望は0%であった。

そこで、居住環境はやや郊外型にターゲットを絞り、用地は約300坪希望。建築総面積約150坪を目標とした。用地も無し金も無い研究会ではあったが、目標に向かって環境へのこだわりは捨てなかった。

借地+自主建設型か、家主さんに建てて貰って一括借り上げ型か、どちらにせよ広い住居環境を守ることは、地域の景観をもそこなわずに、しかもゆとりの空間をもつこと、つまり、土と太陽と風による精神的なやすらぎと心の栄養素を求めるためであった。建築物においても同じようなことが言える。

特に、日本の施設やホームは4人部屋が多く、家庭においては老後は6畳間に引きこもって隠居、広いスペースは若い家族という習慣があり、老後は6畳間という定説が罷り通っている。施設などに於いては国や、自治体の建設コストへの助成費の基準も有ると思われるが、根底に老人の収容と言う理念が取り去られないのではないだろうか。私達はベストとまで求めないまでも、そこそこ出費出来るであろう範囲の中から、美味しい環境と暮らしと、生涯完結方法を求めて止まるところを知らず、丁々発止と次々に討論し、いつもトテツモナイ発想を歓迎していった。

5．住宅はバリアフリーと個人のプライバシー

生活の物理的バリアを先ず取り除く建築法で住宅をつくる事によって自分の体力で可能な限り自由な活動が保証されることから、先ず・点字ブロック・出入口と庭へのゆるやかなスロープ・エレベーターから始まり。

玄関・・・風除室を設置して車椅子の回転可能に

手摺り・・・全館、エレベーター、トイレ、浴室にも設置し、自立歩行を出来るだけ助長したい

浴室・・・大小浴場2カ所、特殊洗髪用器具装備、床暖房

個室・・・キッチンユニット(小流し、レンジ、小冷蔵庫付)

トイレ(ウオシュレット付き)、洗面所(床暖房)

バルコニー、テラス・・・非常時対応型

住宅の床・・・全館フローリングは車椅子対応にやさしく、高齢者の歩行も安全

(Pタイルは雨期に水滴となり滑りやすいし、ジュータンタイルは車椅子に不適當で、つまりいて転び骨折をおこしやすい。)

ドア・・・開閉横スライド式(引き戸)

その他・・・スイッチ、コンセントの位置は車椅子に対応できるように工夫した。

ゲストルーム・・・1室2人分

(家族や友人の宿泊、生活者に施設利用者がいる時の帰省の受け入れ、居住者の家族や友人達が同性とは限らないし、又、終末のケアの介護の当直等も考えた。)

面積 1階床面積 242.10m² (73.23坪)
2階 " " "
延べ面積 484.20m² (146.46坪)

個人住居は1人 25.06m² (7.58坪) 15畳×10人分 共用部分は234m²。つまり個人の居室と共用部分の面積は約50%づつとなった。設計者は高齢者の自立と共生の尊厳を守りながら研究会の意見を最大限に生かした。ご自分の海外経験も役にたったようだ。10回～12回、図面を書直しつつ提案してくれた。住む人の立場にたってあらゆる意見を可能にしようと努力する40代の女性設計者に脱帽した。個人のプライバシーと共用部分でのコミュニティの関係を想定してみると、一人のときとみんなのときを大切にしようとすると図-1のようなになる。

この表の限りでは個人の自由な時間と居住者同志の交流が円滑に流れていくと考える。肉体的行動力学から考えた間取りに工夫し、個室は1階に5室、2階に5室とし1階にアトリエと大浴場、2階に食堂とゲストルーム等ゆっくりと全館が開放的で見渡しながら行動出来るように配置しようとした。(図-2参照)

さて、建築には必需品として防災緊急通報装置、各室スプリンクラー等を配慮した。その他は家庭の生活備品であり、大家族並みの数値ということになるだけ。文化的な暮らしの一つ、室内の緑葉の配置と、コンサート用にもピアノなど設置することにした。「福祉と文化」を生活の中でも追求していきたいと思った。

6. 医食住のネットワーク

建物主義の日本のホームから脱してグループリビングは“暮らし”に重点を置かなければならない。世話すればいいのではなく、個人の能力を使って自分の意志で自由に生きることこそ真の喜びであるはず、そこでサポートシステムとして次の医食住機関とのネットワークを大事にしようと考えた。

「医、保、福」

ホームドクターと往診医、病院介護支援センター、老険法の保健施設とショートステイ、デイサービス他のあらゆる地域資源と手を結んでいった。

「食」

食は毎日の健康をささえる大切な要素、しかも年代の差と嗜好の異なりや高血圧、心臓病を持ち合わせた肉体的特徴がある。特別食までいかななくても、バランスのとれた栄養をしかも楽しく食べる方法を考えたのがコープかながわキュービックグループとの契約であった。昼食夕食、365日契約を話し合うと相手は少々たじろいだが食を預かろうとする専門集団なら365日契約は当たり前・・・と討論していくと“全く異義なし”でやる気十分となった。

朝食を自由にしたのには2つの訳がある。一つ目は年令差によって生活のリズムが異なり、起床時間が早朝5時から8時過ぎという時間差と巾があること、二つ目は食事の内容である。80代～60代と時代の変化と共に食生活が異なり、朝は、紅茶とパンの人、米飯食の人、コーヒーか紅茶のみの人。様々な自由を確保したいし、そのためにミニキッチンの出番があるのだから。

その二つ目が実際に次のように循環をしていくのが望ましい。

外出、街に買物（食品等）の楽しみ、美味しいパン屋やチーズ探しに歩く事が出来たり、庭で収穫した西瓜をデザートにしたりキュウリの糠みそ等をアレンジしたり、楽しい自分のままごとを楽しむことが出来ると、結論に達した。

「住」（メンテナンス）

住宅の管理補修については、アーキテクチュア（設計）湘南営繕（建築）双方がバックアップ。突発的なものを除いては四季折々、居住者が定期的に建築並びに器具のウォッシング表で自分の居住範囲と全体の調査を10人の20の瞳で見付けて管理会社に提案していく方法をとった。個室とテラスの清掃は個人、共用部分は「おりーぶ」という18人のグループの皆さんによって月水金 9:00~11:30、各々2人ずつ、又、毎月1回のガラス拭きを契約する。個人の依頼も受ける仕組みだが、ガラス拭きや室内清掃の依頼は（15分250円のチケット制）。その他年2回、火災通報装置、エレベーター、湯槽タンクのメンテナンス等を会社と契約をする。

7．暮らしの準備が始まる

暮らしの計画が進んだところで説明会となった。40人、40代から80代の市内外男女の住みたい人、又、グループで研究会を開いている人達であった。その時の質問の1つに「呆けたらどうするの」「女性から食事の支度を取ったら呆けるのでは」に対して「今まで30年間も人の食事づくりをして来たからもう御免」等々と意見交換しつつ2時間はまたたく間に終わった。

現場視察も終えて、希望される20名のうち、息子に反対されたと脱落。犬が住めるのはいいが自分は嫌いと脱落、370万円はそこそこだが生活費136,000円の費用がもう少し安いといいが（月10万円位に）という人もいて希望者12名になった。暮らしの研究会の当事者2名と、すでに研究会には参加しないが折々参加している人3名と計5名の推進者を除くとあと5名のスペースである。

8．生活者決定のプロセス

希望された一人一人を、私と研究会員との複数で2~3回お尋ねし、お会いし、お話を聞き、10名を決めていった。80代2名、70代6名、60代2名（内コーディネイト役1名）。60代ばかりでスタートしたら、一緒に80代になってしまうのでは。又、生活感覚の時代の差が有るだろうけれど十人十色で面白そうな共生がしていけそうと考えた。つまり、介護保険、終末等いろいろな社会資源を取込ながらの経験をし、現実的な体験の共生は必要なことだと判断したのであった。

入居決定した10名とNPO COCO湘南の理事や、研究会員にも参加してもらい、住宅完成間近い2月と3月に2回交流をかねて昼食会、引っ越し手続 銀行、その他相談会を2回開いた。いよいよ、住宅の引渡しが終わり、4月11日（日）に晴れてCOCO湘南台のオープンにこぎつけた。近隣を含めて市内外から340名の参加で、この家見会は大にぎわい。高齢者住宅への関心の強さを感じさせられた。

9．住宅への引っ越し

4月24日、各自の部屋の鍵わたしと、器具使用の説明であったが、この時、今まで自宅で使用していたメーカーの電化製品と使用方法が違うので、慣れる迄で相当の時間がかかりそうだと思った。企業によってデザインは違っても、スイッチの位置や使用順序等については、企業としてバリアフリー機器の統一があればいいのにと、各企業のバリアフリーを叫びたかった。

さて、各人世帯道具を整理されシンプルな生活に切り替えられた様だったが、それでもベット類寝具一式、整理ダンス、茶ダンス、ＴＶ、四脚付テーブル、本棚、電話機、掃除機、電子レンジ、トースターその他台所用品少々と雑用品の山であったが、一ヵ月位で見事に居心地よい自分の部屋に安住された模様。

10. 十人十色で春夏秋冬を乗り越えて

10人の個性が春を過ぎ夏秋冬無事に乗り越えて外出や海外旅行に脚をのばされる余裕に至った一年余りである。こうして3年の研究会の元気印の住まいと暮らしは実現した。これからの課題は寝たきりや、呆け高齢者をつくらない介護予防のシステムづくり研究会を進めているところである。自らの残存能力と意志を大事にして喜びと納得した生涯をサポートしていく社会的政策でもある。社会的にも法的にも財政的にも未整備である課題を真剣に追求していかなければならない。

これから自治体と市民によるパートナー時代を作る新しい研究と発信を続けていくつもりである。超高齢化時代を迎えたこの時“前例がない”と押し切れるだろうか。

(本稿の内容を詳しく紹介した『高齢者グループリビングーCOCO湘南台ー』(西條節子著、生活思想社、2000年8月発行、2000円)が発行されています。)