2014年度

グループリビング訪問記

自由な暮らし。自分らしく、ともに住まう。

発行日　2015年3月20日
発行　〒960-0211 福島県福島市飯坂町湯野梁尻1ー1
社会福祉法人福島福祉会
編集　土井原奈津江
デザイン　池田紀久江

独立行政法人福祉医療機構　社会福祉振興助成事業

目次

はじめに ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.02

自由な暮らし。自分らしく、ともに住まう。・・・ P.03
―阪神大震災後の災害復興コレクティブ住宅が教えた暮らし方―

グループリビング
モーニング
訪問記 ・・・・・・・・・・ P.04
概要 ・・・・・・・・・・・・ P.06
建築図 ・・・・・・・・・・ P.07

ＣＯＣＯ結いのき・
花沢
訪問記 ・・・・・・・・・・ P.08
概要 ・・・・・・・・・・・・ P.10
建築図 ・・・・・・・・・・ P.11

家計簿 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P.12

訪問記　著者のプロフィール
グループリビング運営協議会
会員のグループリビング一覧 ・・・・・・・・・・ P.14

はじめに

社会福祉法人　福島福祉会
常務理事 清野恭子

高齢者生き活きグループリビング「モーニング」は、十人十色の人生模様が醸し出されて生活しております。平成２１年４月に開設して、平成２３年３月には、東日本大震災・原発爆発事故という未曽有の災害と「安全神話」の崩壊から４年が過ぎようとしています。私共法人は、平成１５年４月高齢者グループリビング「モルゲン」（定員９名）の福島県高齢者対策モデル事業として県内唯一のオープンが始まりとなります。

当初は、介護を必要とされない家族的な環境での共同生活を送る在宅型のお住まいという従来の老人福祉施設や介護施設とは異なり、新しい住まい方、生き方へのご提案でした。

ＪＫＡ補助事業を受けて２番目の「モーニング」は、建物のグレードや設備もより充実した内容になりました。全体的にはより広い間取り、アトリエやゲストルームの居心地の良さやゆったりと寛げる空間は好評です。

４年前の震災直後には、災害ボランティアの皆様が（北海道から大分まで）駆けつけて、被災者の方々や職員のサポートに懸命にご尽力をいただきました。

「モーニング」があったからこそ、故郷から避難された方、途方に暮れ辿り着いた方々、様々な状況の中で、もう一つの「わが家」として、安心してお住まいになられています。

今回の東北発ワークショップでは、震災から新たなつながりを求めて、大震災からのメッセージという福島・米沢からの発信をさせて頂きました。

関係者の皆様、講師の方々、訪問記への取材でお世話になった運営協議会会員のご支援とご協力に心より御礼と感謝を申し上げます。

自由な暮らし。自分らしく、ともに住まう。

―阪神大震災後の災害復興コレクティブ住宅が教えた暮らし方―

神戸女子大学 教授
上野勝代

今年１月で神戸は阪神大震災 20 年を迎えた。この震災と復興経験はわが国におけるその後の都市・住宅づくりや支援の在り方に大きな影響を与えている。私は建物の倒壊破損調査に一員として加わったが、グループリビングとの関連で、わが国初の公営コレクティブ住宅であるひょうご災害復興コレクティブ住宅の取り組みから学んだことを紹介したい。この住宅が建設された背景には、仮設住宅における孤独死が社会問題化し、高齢者にとってのコミュニティの必要性が求められたことがあった。事実、この公営コレクティブ住宅は「集住を通じた高齢者相互の助け合いを促進し、孤独感や老後生活の不安の解消を図ることを目的」とされたものである。モデルはスウェーデンで実践されたコレクティブハウジングであり、計画内容とプランにはこれを模したものが多く、それぞれが独立した専用の住居とみんなで使う共用スペース（ふれあい空間）をもつ住宅である。ただ、これが北欧型コレクティブハウジングと大きく異なるのは、入居者は公営住宅層に限られ、建設後に抽選で決められることにある。つまり、北欧型のコレクティブ住宅では初めに入居者のグループができ、入居者が共用のスペースを計画し、生活の一部を協同化するかを決めていることとはなりたちが大いに異なっていた。北欧型は人と人との新しいかかわり方をつくりながら、より自由に、楽しく、安心安全に住み続ける暮らし方としてオルタナティブな住宅づくりとして出てきたものであった。したがって、その後研究室で行ったひょうご災害復興コレクティブ住宅調査では、計画意図とは異なる暮らし方がなされていたことがわかった。同時に、その姿から、高齢者がともに住み続けていくためには何が必要なのかを学ぶことにもなった。

初期のグループづくりが大事

災害復興コレクティブ住宅は当初から人気はなく、調べた 6 か所中 5 か所で定員割れが起こっていた。その理由はコレクティブという暮らし方がわからず、公営住宅基準面積から、共有空間（ふれいあい空間）の面積を引いた残りが各住戸面積であるため、各住戸の広さは他のタイプよりも狭くなっていたことにあった。入居動機としては、半数以上の人が「早く落ち着きたい」「家賃が安いから」「他の公営住宅より倍率が低いから」と答え、「入居者間の交流が活発だと思ったから」や「一人暮らしが不安なので」という理由の人は 2 割弱であった。中には、少数であるが入居対象ではなかったはずのほとんど寝たきりの人も含まれていた。

リーダーは重要、しかしフラットな関係であること

リーダーは行政から指名され、協同生活を活発にする使命を持つ住宅であると意識した人が多かった。このことは、当初の立ち上げ時には有効であったが、他方、グループ内の平等を保障する上では問題を抱えていた。建設後 16 年を経過した 2014 年に 5 つのグループを訪問したが、そのうちの 2 つは当初のリーダーが継続しており、自身も高齢化によって、従来のような活発な活動はできず、後継者がいない苦労を語っていた。

ふれあい空間の重要性

ふれあい空間の使われ方はグループによって異なっていた。活発なところは日常的に使われたケースもあるが、光熱費がかかり共益費に跳ね返るからと、当初より、リーダーによってはできるだけ使わないようにと注意するところもみられた。しかし、16 年後になると、行事のためその空間を使う機会が増えていた。LSA（生活支援員）の手助けや地域の保健師さんや民生委員そして近くの大学生が中心になって月一度くらいのペースで継続して集まりが開かれており、周辺に集える空間がない所では、地域の人たちを巻き込んだ会もあった。また、夏場には節電対策の一環としてふれあい空間に集まって涼をとりながらの将棋や趣味の会に使うケースもあり、あるコレクティブ住宅では葬式を執り行っていた。昨年、インタビューしたリーダーの方たちに共同のスペースをもったことについての感想をきくと、異口同音に「よかった」と答えていた。

コレクティブ住宅では孤独死を出さなかった

阪神淡路大震災後 20 年を経過しても、いまだに一般の復興公営住宅では孤独死が続いている。しかし、入居後 16 年たって調査した 4 か所の災害復興コレクティブ住宅では、特養や病院、こどもの家に移られたケースは聞くが、孤独死はみられなかった。

このように、災害復興型コレクティブ住宅は当初から志を共にする仲間による住宅づくりではなかったが、「入居の際には“この住宅は高齢者が相互に助け合ってくらすということを目的にしているのですよ”と行政からいわれているからでしょうかね。お茶会などのイベントをしても、コレクティブ住宅の方が一般住宅の方よりも参加率が高いし、手伝ってくださいます」とある LSA（生活支援員）は語っている。

コミュニケーションの取り方が苦手だと言われる日本人において、居心地のよい暮らし方はどうあるべきか、まだまだ模索は続くが、1 つ言えることは、身近に共同のスペースを持つことは、居心地の良い暮らしを豊かにする手段になると。

グループリビング モーニング

福島県福島市

福島に来てくなんしょない

仙台空港から電車を乗り継いで約２時間。新しい家や建物・道路が目に入る度、自然の残酷な面にも打ちひしがれない人間のたくましさを感じながら、向かったのは福島福祉会の運営するグループリビング「モーニング」。

飯坂温泉の風情ある温泉街を楽しむ間もなくタクシーに乗り込み、やっとたどり着いた頃にはとっぷりと日も暮れていました。

夕食の準備に追われる５時過ぎ、すっかり心細くなった私を、すでに食卓についている入居者のみなさんとスタッフの方々の明るい声と笑顔が、救ってくれました。

昼食と夕食は、先に県のモデル事業として建築されていた隣のグループリビング「モルゲン」の方々が合流するそうで、男性もちらほら見られ賑やかさを感じました。

まず目に入ったのは、広々とした廊下。聞くと３mあるそうで、車椅子とすれ違っても譲る必要もないほどゆとりが感じられます。

そして、平屋ならではの天窓のある高い天井と明るい壁が解放感を増していました。

居室は15畳で、物置も兼ねられるほど広いトイレと洗面所にミニキッチン。

宿泊させてもらうゲストルームは10畳の和室。トイレ、洗面所にミニキッチンもあり、なんとお風呂まであって感激！

なるほど、家族が泊まるには部屋にお風呂があると助かりますよね。

食事や清掃などはシルバー人材センターから派遣のベテラン主婦達が担っており、家族にかわって毎日を支えています。その快活な笑い声には、頼りがいがありほっとさせられます。

夕食をいただき、さっそく入居の方にお話しを聞かせてもらうことに。

Ｉ番初めにお話してくれたＩさん（90歳）は、震災で家が崩壊し、一時娘さんと暮らしながら住居を探し、広々としたここが気に入ったそうです。

玄関の風景画、ゲストルームや学習室の床の間に飾られた書の掛け軸などはＩさんの作品。それと一緒に季節の花々もＩさんが添えてくれ、日々の暮らしを素敵に演出していました。

Ｉさんを含め震災を機に入居された方が４名。震災前は全盲ながらも身の回りのことはご自身で不自由なく暮らしていたＳさん（80歳）は震災以来、恐怖をぬぐいきれず、部屋に閉じこもりがちだそうです。そんな中、デイサービスを利用したり、ヘルパーさんの助けを借りながら暮らしている姿をそっと見守る仲間の気遣いが見受けられました。

いずれにしても震災の恐怖を味わった方々が支えあい、認め合いながら静かに暮らしています。暮らし方はそれぞれでも、大きな痛みを受けたとは思えない笑顔、いえ、同じ痛みを味わったからこそ分け合えるのでしょうか。お互いを尊重し、その人の歩幅で進む事をちゃんと受け入れてもらえるような、そんな暖かさを感じました。

これも自由な暮らし、自分の生活を自分で組み立てられるグループリビングの暮らし方だからできるのかもしれません。

「ここのＩ番気に入っている所は？」と尋ねると、みなさん「職員の方々が親切！」とのお返事でした。本当に明るく、元気をくれる対応に信頼感を感じます。

モーニングには、先に開設されている盲老人ホームやデイサービスなどの24時間在宅サービスがあり、緊急時には看護師さんや介護士さんが駆けつけてくれる安心もあります。「80歳でハワイ旅行へも行ったんだよ」というＡさん（92歳）は、全国あちこち旅行したそうです。「北海道にも行ったよ！」と楽しかった旅の話をまるで目に浮かぶようにあれこれ聞かせてくれました。

帰る日の朝、「あのね、この間聞かれた時は答えなかったけど・・・」と、ここへ住んだきっかけについてＷさん（84歳）がポツリと話してくれました。

初対面で触れられたくない方もいるだろうに、配慮のない自分を反省した場面でした。

帰りの新幹線の窓から、終わりかけの紅葉の中に、積雪でコースだけがくっきりと浮かび上がった蔵王スキー場が現れました。スキーを愛し昨年他界した父の事を思い出しました。

私にとって父の死は、自分の終わりをどこでどのように迎えたいか、そしてそれを考えるには早すぎるという事はないんだという事に気づかせてくれました。

今回「モーニング」を訪問させていただき、「自由である」という意味の広さ、深さ、豊かさに気づきました。そしてそれは自分が自分らしくあるために不可欠だという事を改めて感じ、私もそんな居場所に縁がありますようにと願います。

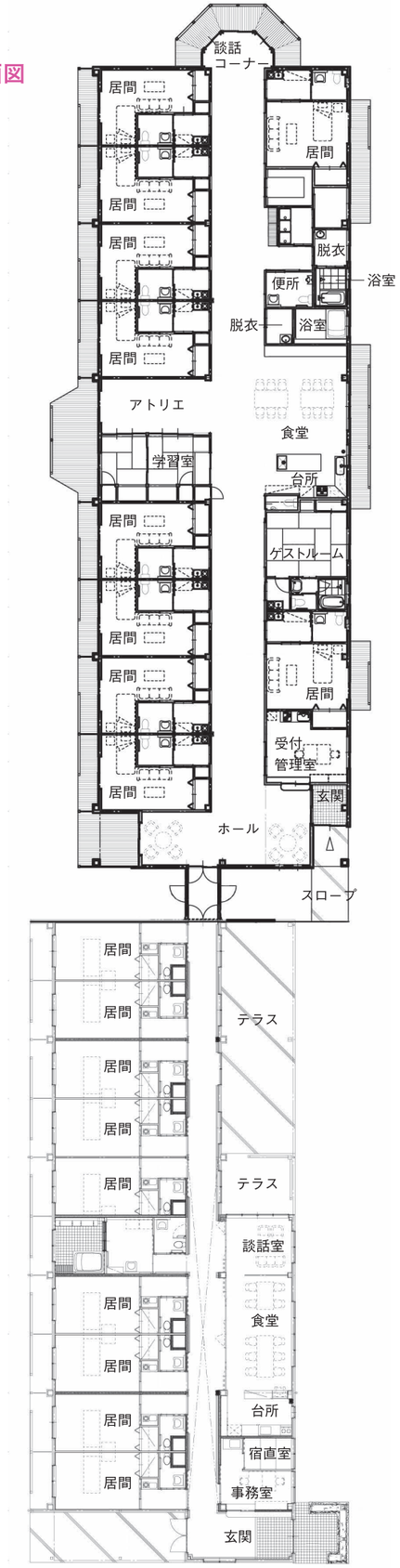
後日、礼状のお返事に「また、福島に来てくなんしょない。」とのお言葉にほっこりと心があたためられました。（川島育子）

概要

名称	高齢者生き活きグループリビング　モーニング
所在地	福島県福島市飯坂町湯野字梁尻1番の1
アクセス	福島交通飯坂線　終点　飯坂温泉駅より徒歩15分
事業スキーム	土地所有／建物所有
事業主体	社会福祉法人　福島福祉会
開設時期	2009年4月
構造・階数・延床面積	鉄骨造・1階・586.13㎡
戸数	10室
居室規模	25.2㎡　8室、　26.01㎡　1室、　26.3㎡　1室
居室設備	便所・洗面・ミニキッチン・浴室
共用部	食堂・キッチン・居間・浴室・トイレ・アトリエ
併設施設・機能	グループリビングモルゲン、養護盲老人ホーム、、在宅ケアセンター（地域包括、居宅介護支援、通所、訪問介護、訪問看護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護他）
入居契約	賃貸借契約
利用料（入居一時金・家賃・家事労働費・共益費等）	敷金、100,000円、家賃65,000円、共益費21,000円（冬期は26.000円）、家政業務委託費22,750円、食材費43,750円、その他3,500円 月額計（2食付）156.000円（冬期161.000円）
入居条件	60歳以上で自立可能な方
入居率	100%
平均年齢	85歳
食事サービス提供者（朝）	外部委託（民間）
食事サービス提供者（昼）	外部委託（民間）
食事サービス提供者（夕）	外部委託（民間）
掃除サービス提供者	外部委託（民間）
掃除サービス提供範囲	共用部分のみ
その他の生活支援サービス提供方法	外部委託（民間）
提供している生活サービス	・入居者による調理の支援・通院への付き添い・通院以外の個別の外出（散歩・買い物など）・買い物の代行・ゴミだし・個室の清掃・洗濯サービス・金銭の管理・介護予防を中心とした運動教室等・栄養指導や料理教室
夜間の職員の有無	有
職員のいる時間帯	9：00～17：00（平日）9：00～17：00（土曜）9：00～17：00（日曜）
居住者の生活把握の方法	食事の際の安否確認
居住者ミーティング	有　（月1回）
居住者の外出時のルール	ホワイトボードに外出理由記入及び職員へ外出の旨申し出て頂く
地域住民とのコミュニティ形成のための支援	近隣住民との交流イベントの実施、支援・地域のボランティアの受け入れ・地域に開放したスペース・イベント等の常設的な運営（カルチャー教室等）・地域の行事情報、活動に対する情報の積極的な提供・地域行事への参加
サービス付き高齢者向け住宅の登録の有無	無
有料老人ホームの登録の有無	無

建築図

1階平面図



S=1:200

COCO結いのき・花沢

山形県米沢市

それぞれの生活スタイルがある暮らし方

12月初旬に青空の福島駅から山形新幹線でたった35分走っただけで、景色は一変し米沢の町は一面の銀世界でした。高齢者世帯でこのような雪深い冬を過ごすことの厳しさを痛感しました。

グループリビング「COCO結いのき・花沢」は、2009年3月に開設しました。米沢駅から車で5分の静かな住宅地にあり、デイサービスセンター「結いのき」が隣接し、歩いて数分のところにスーパーや病院、市役所、市立図書館などがあり、ドラッグストアも近々開店するというとても便利なところです。

「COCO結いのき・花沢」は、米沢生協の理事の家族が認知症になり、それを支え合おうと始めた宅労所の理念が原点です。現在米沢生協は、生活クラブやまがた生活協同組合と改名しグループホーム「結いのき」を運営し、生協から生まれたNPO法人「結いのき」がデイサービスセンターとグループリビング「COCO結いのき・花沢」を運営しており、お互い密接に連携し地域の高齢者の生活を支えています。

建物の玄関ポーチは雪囲いがしてあり階段4段ほど高くなっていますが、側には車椅子用リフトも設置されています。風除室前の壁には、屋根の雪下ろしの雪量の表示のプレートがあり、雪国であることを感じさせます。

居住者は65歳から94歳までの幅広い年齢層の男性4名、女性7名の11名が、10の個室と同じ作りのゲストルームに助け合いながら暮らしています。私は、地域交流室に泊めていただきました。1階には、4つの個室（8畳の和室、キッチン、押入れ、トイレ）とゲストルームと地域交流室、2階には、6つの個室と食堂と調理室、それぞれの階に洗濯室・物干し室・浴室があります。食堂は、明るく見晴らしのよい開放感のある造りとなっていてカウンターを挟んで調理室があります。テレビやソファー、キャビネットには、お茶の準備もあり、談話室の役割も兼ねています。

食事は、希望により3食提供されますが、6時からの夕食だけは全員で食卓を囲みます。全員参加のイベントや季節行事などは特に行っていないので夕食の時間はとても大切な時間となっています。一緒にいただいた夕食はとても美味しいものでした。提携する生活クラブの安心安全の食材を使った手作りの献立で（大根といかの煮物、カレーコロッケ、焼き野菜、ブロッコリーのサラダ、みそ汁、ご飯）は彩りも良く野菜たっぷりで、心のこもった塩分控え目の味付けです。居住者の方々は、口をそろえて「ここの食事はおいしい」と話します。男性2名は、缶ビールを持参して晩酌を楽しみ「ここの食事のお陰で健康でいられます」と話します。夕食を終えても、時間のある人は席を立たずにその日の出来事や生活の情報などで話が弾みます。食事の準備や共有部分の清掃などは、「結いのきグループを支える会」の会員がシフトを組んで担っています。朝食と夕食は、調理室で調理しますが昼食はデイサービス「結いのき」から運んできます。

入浴は、それぞれの階ごとに居住者同士が話し合い、自分のライフサイクルに合わせて午後3時頃から夜8時頃まで順番に入浴します。

朝、居住者のIさんが6時45分にラジカセのスイッチを入れるとラジオ体操の音楽が流れました。それぞれが好きな場所で体操を始めます。終わると食堂に集まり、朝食の準備ができるまで新聞を読んだり、おしゃべりをしたり、テレビを見たりと思い思いに過ごします。ゆったりとした朝の時間が流れます。

朝食は、NPO理事のMさんが毎朝「COCO結いのき・花沢」に通って担当しています。前日に下準備したものを完成させるとMさんの「お願いします」の掛け声で男性二人がご飯とみそ汁を皆さんに運んでくれます。

居住者の3名は、お仕事を持っていて、ここから出勤しています。高齢のため日常生活に支援が必要な2名の方は、隣接するデイサービス「結いのき」に通所しています。デイサービスを利用することで、入浴時の事故を未然に防ぎ、職員の手助けで清潔保持や健康管理ができることで、安心して「COCO結いのき・花沢」の生活を継続できると言えます。他には、公民館活動に参加したり、図書館に行ったり、お買い物をしたり、お友達が訪ねてきたり、お部屋で静かに過ごしたりと一日を自由に過ごしています。外出する時はだれかに行き先を告げることが約束です。

ここでの「自立」とは、「依存しないこと」ではなく、必要に応じて必要な分だけ依存して生活していくことだと感じました。その重要な調整役を担っているのが理事のMさんです。朝食の準備を通じて居住者の様子を観察し変化に気づき、居住者の声を聞き、その人に必要な生活支援サービスを提案しています。Mさんは、「その土地にあったグループリビングがあって良いと思う。その人が可能な限りここで住み続けられるよう共に考えていきたい」と話します。そこには、制度枠から外れる柔軟な生き方を許容し支援していこうとする「ＮＰＯ結いのき」の理念が流れていると言えます。

居住者は、それぞれが自分の生活スタイルを持ち、適度な距離感を保ちながら暮らす事を心地よく感じているのです。居住者の誰もが口にすることは、「声を出せば隣にだれかいてくれる安心感」「人の気配がある心地よさ」です。

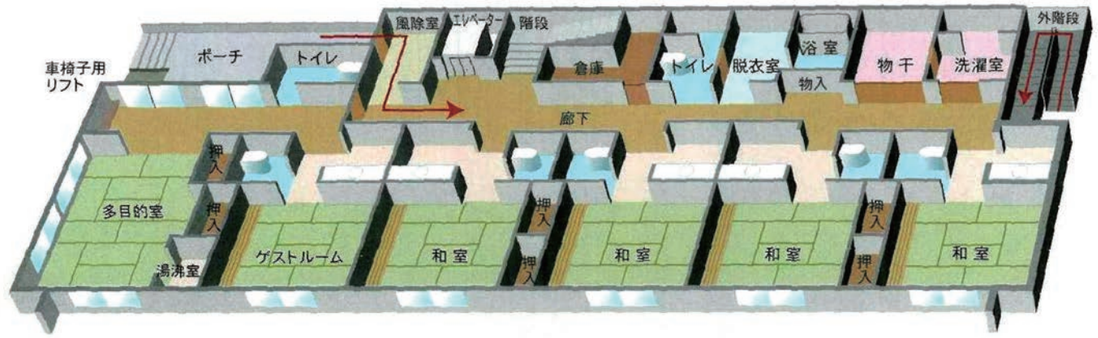
訪問最終日に、ゴミ出しの問題で居住者の方々が初めて自主的に会議をすることになりました。日頃の疑問や不満や希望を話し合うことで皆さんの顔が明るくなったような気がしました。12月23日には会費制のクリスマス会を開くことまで決まりました。楽しい会になるだろうと思いながらお別れしました。（角田由美子）

概要

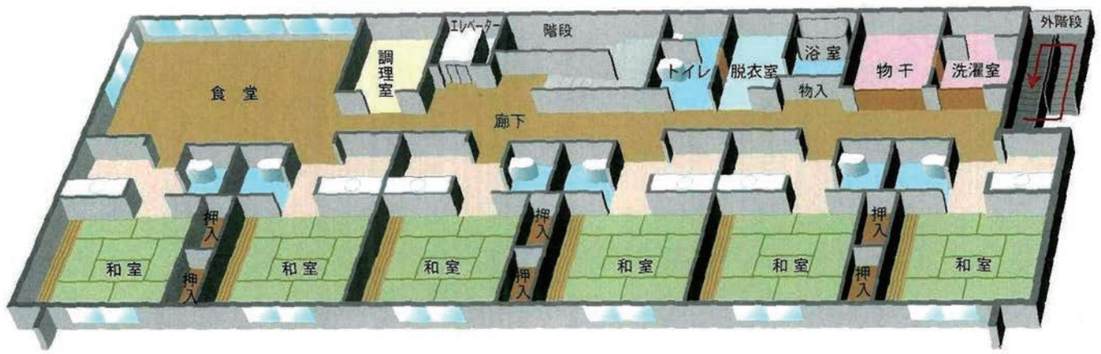
名称	COCO 結いのき・花沢
所在地	山形県米沢市花沢町 2686-7
アクセス	山形新幹線米沢駅より徒歩10分
事業スキーム	土地賃貸・建物所有
事業主体	特定非営利活動法人　結いのき
開設時期	2009 年 1 月
構造・階数・延床面積	木造・２階・514.93㎡
戸数	10 戸
居室規模	25.39㎡
居室設備	便所・洗面・ミニキッチン・押入
共用部	食堂・キッチン・居間・浴室・トイレ・
	地域交流スペース・ゲストルーム
併設施設・機能	デイサービスセンター（隣の棟）
入居契約	賃貸借契約
利用料	入所一時金　300 万円又は 50 万円、家賃　63,000 円又は 72,500 円、
	食材費（昼、夕）　24,686 円、共益費　23,657 円、家政委託費
	20,572 円
入居条件	契約書を遵守していただく
入居率	110%
平均年齢	82 歳
平均要介護度	要支援２
食事サービス提供者（朝）	外部委託
食事サービス提供者（昼）	外部委託
食事サービス提供者（夕）	外部委託
掃除サービス提供者	外部委託
掃除サービス提供範囲	共用部分のみ
その他の生活支援サービス提供方法	外部委託
提供している生活サービス	通院への付き添い、買い物の代行、ゴミだし、薬の管理
夜間の職員の有無	無
職員のいる時間帯	（平日）6：00 ～ 8：30　10：00 ～ 14：00　15：00 ～ 19：30
	（土曜）6：00 ～ 8：30　10：00 ～ 14：00　15：00 ～ 19：30
	（日曜）6：00 ～ 8：30　10：00 ～ 19：30
居住者の生活把握の方法	食事時間にサービス提供者による見守り（NPO 法人の役員が訪問）
居住者ミーティング	有　（2 ヶ月に 1 回ほど）
居住者の外出時のルール	サービス提供者に断っていく（おおよその帰宅時間を伝える）
地域住民とのコミュニティ形成のための支援	地域の行事情報、活動に対する情報の積極的な提供、地域行事へ
	の参加
サービス付き高齢者向け住宅の登録の有無	無
有料老人ホームの登録の有無	無

建築図

1 階アイソメ図



2 階アイソメ図



家計簿

＊○印の項目は居住者が直接グループリビングに支払う料金です。
○印以外の項目は各居住者が自分の生活に応じて支払う料金です。

グループリビング モーニング

Oさんの家計簿

項目	金額（円）	備考
○家賃	60,000	
○食費	23,250	31日分（昼450円、夕300円）
○共益費	21,000	水道・光熱費等込（10～3月は5,000円増）
○家政委託費	22,750	
○食事サービス業務委託管理料	20,500	固定費
電気料	0	共益費に含む
電話料	2,000	
自治会費（GL内）	–	
新聞代	3,000	
病院代	3,000	
介護保険利用料	5,000	要支援1
その他	10,000	朝食5,208円、その他
合計	170,500	

COCO結いのき・花沢

Aさんの家計簿

項目	金額（円）	備考
○家賃	75,500	
○食費	24,686	昼食・夕食
○共益費	23,657	水道光熱費、町内会費等
○家政委託費	20,572	
電気料	–	
電話料	2,000	
自治会費（GL内）	–	
新聞代	3,000	
病院代	3,000	
介護保険利用料	5,000	要支援1
その他	15,000	朝食代、おやつ代、書籍代等
合計	172,415	

訪問記　著者のプロフィール

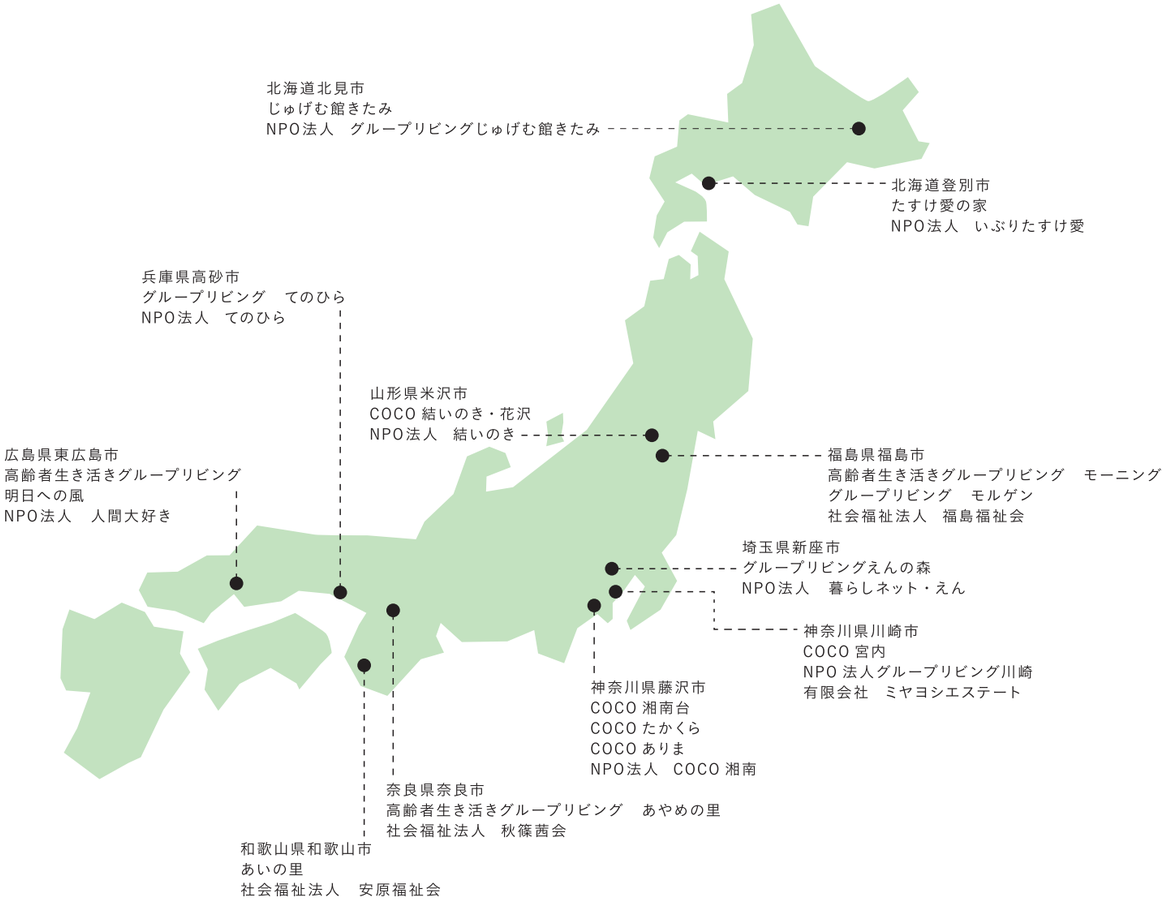
川島育子

北海道登別市　NPO法人いぶりたすけ愛のグループリビング「たすけ愛の家」のライフサポーターです。2004年厨房ボランティアとして入会。その後、ライフサポーターに就任してから、あっという間の５年目となりました。失敗を繰り返しながらも、日々奮闘中です。

角田由美子

社会福祉協議会で地域福祉の仕事をしています。老後の住まいのあり方を模索中です。

グループリビング運営協議会会員のグループリビング一覧



グループリビング運営協議会会員募集中

グループリビング運営協議会はグループリビング運営者や運営者をめざす団体、個人の相互支援、相互啓発とともに、全国に向けてグループリビングの普及啓発活動、調査研究等を行い、我が国における豊かな高齢者居住の推進に寄与することを目的とします。

会員種別	内容	会費（一口）
正会員	運営に参加できる団体	20,000 円
	運営に参加できる個人	10,000 円
賛助会員	活動を支援する団体	10,000 円
	活動を支援する個人	10,000 円
学生会員	活動を支援する 18 歳以上の学生	1,000 円

連絡先　事務局　土井原奈津江
〒 252-0804 藤沢市湘南台 7-32-2
NPO 法人 COCO 湘南内
TEL 0466-46-4976　FAX 0466-42-5767