

高齢者の非制度的シェアードリビングへの意識と可能性

-当事者意識と潜在的ニーズを探るワークショップを通して-

POSSIBILITIES AND AWARENESS OF ELDERLY NON-GOVERNMENTAL SHARED LIVING

-Through the workshop designed to reveal ownership and latent needs-

都市系専攻 上田真有佳

家族による看とりは減少し、施設に入居するという選択を意識的・結果的に出来ない高齢者が老後に一人暮らしを想像することは容易である。また、身体的な衰えにより共同居住を選択せざるえない高齢者も少なくない。その受け皿となる高齢者の非制度的シェアードリビングをワークショップにより【仮想】することで、画一化された施設や独居とは異なる住まいの可能性と問題点を明確にし、「自分らしさ」と仲間意識が暮らしに与える影響と時間経過による住まいの発展・多様性を示す。

The numbers of the elderly who are under the care of their family members are decreasing. For those who, whether out of personal choice or other circumstances, cannot move into nursing homes or similar facilities, it is increasingly likely that they would have to live alone. Moreover, declining physical abilities with age often force some into shared living. This paper investigates the possibilities of and issues concerning non-governmental elderly shared living as viable alternatives to the standardized age care facilities or the continuation to live, often alone and unassisted, in their own homes through workshops on hypothetical case studies. The study explores and develops the diversification of shared living through the effect of each elderly person's "uniqueness" and the group's perceptions and feelings, relative to the passage of time.

1. はじめに

1-1. 背景と目的

近年、高齢者の一人暮らしは増加傾向にある。2010年には高齢者人口の2割であった(内閣府高齢者白書)。さらに、今後団塊世代(1947年から1949年生まれ)の高齢化により、高齢者の割合はピークを迎え、高齢者の今後の生活に注目が高まっている。しかし、精神的・身体的な安心を求め入居する高齢者施設は十分に対応しきれておらず、孤独を感じている単身高齢者も少なくない。また元気高齢者の存在からも多様な高齢者の生活が伺え、施設での一般化された共同生活ではなく、「自分らしい生活」を送る事の出来る場所として戸建てでの高齢者の共同生活の需要が伺える。本研究では高齢者共同生活を【仮想】し、潜在的なニーズを探ることで今後手持ち無沙汰になることが予想される空家の活用、地域との繋がりを維持・発展させながら安心出来る老後の生活の課題と可能性を明らかにする。

1-2. 研究の位置づけ

高齢者の共同生活について実態を元に明らかにするのではなく、今後の生活の場の選択肢の1つとし

て高齢者の共同居住を捉えた場合、高齢者は何に期待・抵抗を示すのか。非血縁者同士の高齢者が集い、非制度的共同生活を行う場を【仮想】することで多様な生活の可能性を示唆することに独自性がある。

1-3. 非制度的シェアードリビングについて

本研究では、共同居住の1つとして、「非血縁者が集い、戸建て住宅を選択・共有し、行政の力を借りずに居住者の判断で1から規律を作り上げ、住み良い環境に変化させて行く暮らし」を非制度的シェアードリビング(以下SL)とする。

1-4. 調査方法

①高齢者の老後の住まいへの潜在的ニーズを探るワークショップ(以下WS)の開催②参加者の基本属性、WSに関する意見、SLへの評価を把握するアンケート調査(表4)③WSの振り返り、評価、参加者の属性に対する個別ヒアリングを行った。WSは参加者を1)空家活用を想定した人数、2)性別、3)既存の高齢者グループという3つの視点で選定した、4グループ15名(表2)を対象に、2013年8月～2014年1月の期間中に複数回開催した。各WSの方法、目的、詳細は次頁表1に示す。

2. 高齢者の将来への意識

2-1. 共同生活への意識

①頼れない親子関係 高齢者は将来の住まいに関して、子どもを頼るのではなく「自分で考えていかなければならない」という意識を持っている[1]。(以下[数]は表3の会話番号を示す)持ち家を子どもに受け継ぎ長男は親の面倒を見るなどといった考え方は薄れ当たり前ではなくなった。離れた場所に暮らす子ども夫婦の場所へは今から住むには馴染むのに時間がかかり、子共やその配偶者に「迷惑をかけるのでは」と懸念し老後の安心とは結びつかない[2]。

②施設への抵抗 施設への入居は、“される”環境であること、食中毒を考慮した食べ物も転落防止を考慮した建物も“安全すぎて窮屈”と感じ、頭を使わない生活は老化を促進するのではと抵抗を持っている[3・4]。出来ることなら元気な間は、ひとりになっても自宅で暮らし、人の世話になることは避けたいと考える[5]。将来への選択肢として、今とは違う環境での暮らしの想像は難しく、直面した時でないと判断できない[6]。

③共同生活への意識 老後はひとりの生活を好む一方で、しゃべる相手がいないという孤独への不安も

大きく、食事や掃除、外出も面倒になり無気力状態になるのではと考えている[7]。同居者の存在は、知らない知識を得るチャンス、外出や習い事など行動範囲の拡大となり、料理や食事など日常での行為すら楽しみと感じ、孤独の解消、さらには帰宅すると電気が付いているといった誰かがいることが安心に繋がると感じている[8・9]。しかし様々な境遇の人間が集まる暮らしに対して、プライバシーの確保はどうか、将来的なサポートはあるのか、ひがみや仲間はずれなどの人間関係のこじれは無いかなどの不安も感じ、知らない人との暮らしに上手く慣れ、続けることが出来るのかを懸念している[10~12]。

2-2. 死の準備への抵抗と近い将来への期待

散歩や軽い運動による健康面への配慮は各々行っており、元気なまま夫婦での老後生活を描いている[13]。その為、現時点でひとりになる生活は想像していない。身近なお年寄りの存在から死を「明日は自分」と感じ、荷物整理やエンディングプランを行動に移さなければと考える[14]。しかし、「したくない」「勇気が出ない」と感じており実行するには至らず、まだまだ自分が認知症になるのは先のことであり、“お年寄り”としての実感は薄い[15]。夫婦での旅行、地域の為に何か社会貢献をとリタイア後の時間のゆとりを楽しみたいと期待する気持ちの方が目立ち、【今】の継続を望んでいる[16・17]。

表1 ワークショップ概要

ワーク0：説明と交流		A	B	C	D
方法	①(C・Dグループは代表者のみに) 資料を配布し、大まかなWSの目的と当日の流れを説明②開催日時の決定③質問の受付を行う	2013/02/08	2013/02/08	2013/02/08	2013/02/08
目的	WS当日までにSLについて自由に考える時間を設ける 参加者と交流することで当日に話しやすい環境を作る	2013/02/08	2013/02/08	2013/02/08	2013/02/08
ワーク1：イメージの共有		2013/08/20(4H)	2013/08/20(4H)	2013/08/20(4H)	2014/11/29(3H)
方法	①ポストイットを2色使い、高齢者SLの漠然としたイメージのメリット(期待)、デメリット(不安)に分けて記入②記入したポストイットの発表、意見交換を行う③似たような意見に分類④全体を通して強く共感した意見にシールを貼る	2013/08/20(4H)	2013/08/20(4H)	2013/08/20(4H)	2014/11/29(3H)
目的	発見 他者の意見に予想外の視点を見つける 共感 意見が重複することで共通認識へ 整理 SLを【仮想】する為の材料となる	2013/08/20(4H)	2013/08/20(4H)	2013/08/20(4H)	2014/11/29(3H)
ワーク2：SLの具体化		2013/10/22(2H)	2013/10/22(2H)	2013/10/22(2H)	2014/01/18(3H)
方法	①<ワーク1>で話題が上がった内容をもとにグループオリジナルのSLを【仮想】②個人の要望をポストイットまたはコピー用紙に記入③発表・模造紙に張り付け④ファシリテーターを中心にグループの意見へと変化させる話し合いを行う	2013/10/22(2H)	2013/10/22(2H)	2013/10/22(2H)	2014/01/18(3H)
目的	転換 「自分ごと」になることでうまれる意見 選択 グループに必要なルールの取捨選択 比較 現在の暮らしとの継続・断絶 個別 グループごとの特徴が反映されたSLが浮かび上がる	2013/10/22(2H)	2013/10/22(2H)	2013/10/22(2H)	2014/01/18(3H)
ワーク3：理想のSLを追求		2013/12/20(2H)	2013/12/20(2H)	2013/12/20(2H)	2014/01/18(3H)
方法	①<ワーク2>の内容をもとに【仮想】だからこその生活の広がりを考える②ファシリテーターが中心となり話し合いを行う③平面での大まかなゾーニングを行う	2013/12/20(2H)	2013/12/20(2H)	2013/12/20(2H)	2014/01/18(3H)
目的	展開 楽しみの工夫・同居者との関わり・地域との繋がりを考える 措置 安全・安心の確保	2013/12/20(2H)	2013/12/20(2H)	2013/12/20(2H)	2014/01/18(3H)
ワーク4：高齢者による評価		2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)
方法	<ワーク1~3>の内容を踏まえ、(B・Cグループは個人ヒアリングにより)高齢者SLへの意見交換・振り返りを行う。	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)
目的	成長 WSによる意識の変化 追考 グループのSLを通して老後の生活を見直す	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)	2014/01/18(3H)

表2 参加者概要

グループ	A				B				C				D			
参加者	Aa	Ab	Ac	Ba	Bb	Bc	Bd	Ca	Cb	Cc	Cd	Da	Db	Dc	Dd	
年齢	56	71	66	66	68	66	66	63	65	67	64	68	68	88	61	
性別	女	女	女	男	男	女	女	女	女	女	女	男	男	男	男	
職業	教師	無職	無職	不動産	無職	無職	無職	無職	自営業	無職	無職	無職	無職	自営業	無職	
前職業	教師	無職	薬剤師	不動産	会社員	ヘルパー	無職	無職	自営業	無職	無職	技術職	事務職	自営業	銀行員	
配偶者	有	無	有	無	有	有	有	有	有	有	有	有	有	有	有	
居住形態	持家	持家	持家	持家	持家	持マ	持マ	借家	持家	持家	持家	持家	持家	持家	持家	
趣味	園芸	散歩	テニス	飲酒	テニス	ウォーキング	ボランティヤ	テニス	フラワーアレンジ	手芸	ボランティヤ	写真	仕事	新聞		
関係	近隣関係				NPO			テニス		習い事		地域同好会				

表3 ワークショップでの会話内容

関係	内容
頼れない親子関係	[1]前は、息子の所に行くのが当たり前だったんや。家を処分していったんやけど。それが当たり前や無くなってきてるからね。けどね、最終的には息子の言いなりになって施設に入る人もいばる。孤独死の人も。そういう風に(今は)なってきたの。私らはしがらみも無いから家も売れるけど。売ってもね、たいていは駐車場。で、(子共は)大学行って働いて遠く行ってたら帰って来れ無いや。うちんこは娘がいるけど、旦那さんもいるし…だっで育った環境も違うからね。そこまで世話になりたくない。考えなあかん。1人で。 [2]それにね、今の若い子は生活も変わってきてるから、こういう時に親と一緒に住めるかって言われたら住めんもんね。住めんから、こういう(SLみたいな)話しが出てくるんやろうね
施設への抵抗	[3](施設は)自分から何かするって言うのは無いのよね、だから、与えられる方ばかり。だから、なにかそういうのを受け入れてしまうと、ボケるって。しっかりした人は。 [4](ベランダの扉)開けられるけどね…施設の方からしたら、転落防止やって言うけど、つまらないよね。 [5]やっぱりあれやね、自分で料理が出来る間は施設に入りたくないわ。1人で出来る間はいるやろうね。ひとりでも [6]ねんか、これね、1人になってみたら家のイメージはまた違うんやろうけどね。だから、その辺のイメージがしづらい。
共同生活への意識	[7]それこそ(今の生活は)無意識にできてるルールとか、家の維持管理をしなあかんというね、そういうのでなってるよね。それこそ(ひとりになって)家にばけっつとあったら何するんかかってね。料理なんかもつくるのもめんどくさいんかかって。女房があったら作る気にもなるけど。 [8]行動範囲がひろがる。お友達とやったら、ひとりやったら行く気にならないけど、家の中閉じこもってそうやけど。 [9]帰ってきて家明るいのがいいよな。夜遅く帰ってきた時とか。 [10]プライバシーの時間がね、すごく心配 [11]気の合う人ばかりやといひのになって [12]ひとりでするのときもある
先の準備への抵抗	[13]気が向いた時だけやけどね、駅から小学校までグルーっと。1時間くらいかな。歩くの。 [14]でも、おばあちゃん無くなったときは、おばあちゃんのもの(荷物)ぼんぼんほって。だから、明日は自分やなって。 [15]けど、若い時はそれ(荷物整理の必要性)分からんのですよ。70近くになってやっと分かってきたわ。けど、自分が認知になるとか思っへん。 [16]そう、だから今旅行お父さんといひてるの。お金いっぱいおろして [17]女。金。名譽あきらめてへんよ。やし、こんなん(服装のお洒落)やってるんや

表4 ワークショップでの会話内容

【参加者概要】	【共同生活について】
<ul style="list-style-type: none"> 名前 年齢 職業/前職業 居住形態 薬年数 同居者数(年齢) 趣味 生活費 介護経験 主な交通手段 子どもと会う頻度 定期的な運動の有無 交友関係 	<ul style="list-style-type: none"> 施設入居希望 施設の印象 SL入居希望 将来の展望(10・20年後) 配偶者との入居 WSの感想

3. 環境移行への意識

3-1. 環境移行の受け入れ

①きっかけ 高齢者が住まいの選択、つまり環境の変化を受け入れなければならなくなるきっかけは【配偶者の死】である[18]。(以下[数]は表5の会話番号)その不可測な事態はいつか訪れると理解しながらも、その時の自分の精神状態、身体機能の衰え、子共の状況も想像し難い。仲の良い友達との老後の暮らしを理想としながら、そのタイミングは同じように訪れるとは限らない[19・20]。急なきっかけの訪れの為、事前に準備・想像の出来ていない高齢者ひとりの生活、または施設での生活の選択を余儀なくされている。

②いままでとの繋がりに 高齢者は、これまで大切にしてきた思い出の詰まった家、自然な助け合いや楽しみを共有してきた地域、子どもの成長や家族の記録が積った荷物、遠く離れていてもたまに会える家族をかけがえの無いものと思っている。それら全て切り離し、新しい生活へと意識を向けることは非常に寂しく、難しいと感じており、今とは違う場所で1から新しい人間関係を築くことへ抵抗を持ち、今とは違う老後の生活を選択することへの決心がなかなかつかない現状がある[21・22]。その一方で持ち家の管理はひとりになってからは負担に感じるのではと懸念している[23]。

3-2. シェアードリビングへの意識

他人との生活に対する抵抗は、これまで培ってきた経験から個性を作りあげてきた高齢者の集団へ対するものが大きい。若者と比較をしても、高齢者は頑固さが目立ち、同居者と上手く同化していくことが可能なのかに不安を持つ[24]。また、住み替えに対して「出来ることならしたくない」と感じているため、若者のように人生の【過程】としての暮らし方ではなく、【終の住処】としての安心を求める[25]。その為老いへの身体的サポート、医療の充実などの対応がどの程度可能であるかを意識する[26]。

3-3. シェアードリビングへの要望

①暮らす環境への意識 楽しい暮らしを安心して送る為の“SLの理想”は、考えていく程に【施設化】する。図書館や病院、スーパー、散歩の出来る公園等地域環境、各個室に台所、シャワー、トイレ等の設備、広いリビングや温かく広い風呂などの住宅環境、身体的なサポートの充実を目指していた[27・28]。しかし、金銭面や想定される借家の状態を考えると必要最低限の設備に絞られる為、「今は段差も大丈夫だから、将来的に改築するとしよう」と、最初から整った環境ではなく、時間とともに必要となった時に改築し、解決する選択を行う[29]。

②居住者の設定 学生時代の友人など気の置ける仲間との暮らしがお互いを尊重し、プライバシーを保ちながらも安心した共同生活を楽しむことが出来るのではと感じ、知らない人との生活には抵抗を見せる[30・31]。その一方で、馴染めなかった時には辞めて出て行きやすいのではとも考える。若者との同居は会話から刺激が得られる、電球の交換など困った時に頼りになると考える一方で、帰宅時間など生活リズムの違いや騒がれたら困ると懸念する[32・33]。夫婦という関係に気を使い、本当の自分が出せないために夫婦での入居は考えられ無い[34]。また、SLへの入居理由も金銭的な理由からほかに行く所が無いというネガティブな場合と、孤独の解消や他の楽しさを求めてのポジティブな場合では暮らしへの態度に差が出る為、入居者の平等性が求められた[35]。異性との同居は身だしなみへの配慮に繋がる、自然な相互扶助へ繋がると考える[36]。また、入居者数は4人程度では仲間割れや意見の食い違いが心配される為、5~10人での暮らしが個性を出し影響し合いながら人付き合いを選択出来るのではと考える[37]。

表5 ワークショップでの会話内容

環境移行の受け入れ：きっかけ
[18] 一番問題になるのは、今ならこういうことも言えて、こういう風に割り切ってできそうやけど、あくまでも1人にならなかつたらシェアハウスには入らないと思うけど
[19] 今一人暮らしで、そういう風な話し(SLを始める)になったら良いけどね。(友達を)まってる訳にも行かないからね。なんて言うかな。今の3人やつたら行けるけど、先のこととは分からないし。同じ時期になるかな。それが一番難しいよね。
[20] し、それも精神的にも肉体的にもね、そういう共同生活が上手くできるだけのものが自分だけのこっているかなっていう。介護施設の方がはやいのかなって。
環境移行の受け入れ：今までの繋がりに
[21] 出来れば前に住んでたりして土地勘がある。土地勘があるとやっぱり、お友達がしやすいし。と、思うんだけどね。だってね、話しに入れるでしょ？けど、わからなかつたら入れないでしょ？言葉も違うし。これって悲しいことやなって。だって、話していることの意味が広げられないやもん。土地勘のあるとはずいぶん違うなっておもうよ。だって、いうてることが分からへんのやもん。だから、年取ってもどこそこ行きたくないなって。
[22] 1からっていうのが嫌なんですよ
[23] わたし、あのおおきな家嫌やなって時々おもうの。お金があるから。お金が要るのよ、管理するのは。定年退職して、収入が決まってしまうとね大変やなって思うからね。
SLへの意識
[24] 若い人のようにすぐに打ち解けられるか不安
[25] シェアハウスでもね、若者とか子育て世代とかね、趣味とかね、若い世代って言うのは1つの体験としてその期間？1つの共有のテーマとして、ま、その枠を広げてるんや、自分の枠を広げる為に出来るけど、我々はある程度もうもう、その、年期が経ってきて、これからどどんん何かを広げていこうとかの若者とは違うと思うんやね。
[26] 動けんようになってたら、これはメンタルな部分も体の部分も。元気なうちはいいけど。歳とってどうやると。
SLへの要望：暮らし環境への意識
[27] それぞれ個室で、トイレとシャワーできるのがついてて、おつきい風呂は別について、入りたい人はって。そこに入りたくない人は自分の部屋でできるって
[28] 私も買い物で、病院が近くにある場所で、緑があって、公園が近かつたらいいなっておもって、交通の便利な所。
[29] なんとでも出来るからね(改築は)。心配しなくても
SLへの要望：同居者の設定
[30] やっぱ、仲のいい人の方が知らない人のとこいくよりも、元気な間はそこで楽しみたいと思うし。
[31] 私たちの年代になるとね、もう1人になつてる方もいらっしゃるでしょ。だから、そういう人が友達同士であなたひとりなの？どっか一緒に住みましょうかという相談が来ますのよね。気心の知れた人というのはね、もとの戻ることが出来るので。学生時代の気持ちにね、戻ることが出来るので
[32] 電球かえるのもね、届けへん。必要なもんやからね。けど、お金出して頼むもんでもないしな
[33] 一緒に住むとほら。時間帯とか色んなことで。
[34] 何時まで立ってもその人がでないやね。夫いう、嫁いう仮面でしかしゃべれへんのやから。
[35] だから、自分から1人は淋しいし、あれだからってシェアハウスを望んではいって来た人との、生活保護を受けたくなくて、自分の年金だけで3万くらいで入れるのはシェアハウスしか無いわと思って入った人では全然違う。やっぱこんなところに入れたとか、入らざるおえなかつたとおもって来て生活するのは楽しくないし、そういう雰囲気振りまくとまわりも楽しくないだろうなと思うのね。
[36] 両方性があるって言うのは自然なことやと思うの。女性だけで楽になる、男性だけで楽になるじゃなくて、きつと偏るから。死ぬまで男女混合ってね。
[37] なんていうたら、個性がやすい4人やつたら。やから、嫌われる。けど、8人やつたらそれがないから仲良くしていけると思う。ある程度個性を發揮しながら、しかしそれ以上無理をしない。

4. シェアードリビングでの生活

高齢者の暮らしとして、環境、設備の充足された【施設化】したSLを理想と考えていたが、自分ごととして捉える高齢者のSLは【自由な暮らし】を可能とするものであった。

4-1. 老いへの安心

高齢者は義務に縛られない、住民を思いやることの出来る配慮をもって助け合い・分かち合える暮らしを求めている。自然発生的な信頼関係は、悩み相談や日々の会話での情報交換などの同居者の存在がもたらす楽しみ、毎日の晩酌や食事、ハイキングや旅行、季節のイベントなどの人と共有する楽しみへと繋がる。ひとりでの生活では起こりえない、また自ら行動し、求めることで得ることの出来る日常的な人付き合いは、施設と比べて不足する老いへの安心を埋める役割を果たす[38~41]。(以下[数]は表6会話番号)

また、楽しみはゆったりとした広めのお風呂や庭にピザ釜、皆の集まれる暖炉や映画・スポーツ観戦のできる大きなテレビなど非日常的な時間の楽しみ方を描き住宅機能へも広がりを見せ、平均的で画一的な施設にはない光景に繋がった[42・43]。参加者が持つあこがれの生活を、同居者と共有し、楽しみたいと主体的に選び、決定することの出来る共同生活でなら取り入れ、贅沢を共有する喜びへ繋がりをみせた。

4-2. 思いやりの会食

弧食と比べると皆と準備し、談笑しながら食べる食事は楽しく、美味しさへ繋がると感じている。毎回の食事をルール化すること無く、「ちょっとついでに」、「今日は特別な日だから」、「風邪を引いたみたいだから」といった自然な助け合いや思いやりが育む会食を理想とする[44・45]。それらから、高齢者は施設のような受け身の生活ではなく、主体的な人付き合いやお互いを思い合える環境・出来事を求めていることが伺える。

4-3. 家事当番

自発的な会食の喜びを感じながらも、必ず皆一緒に食べなければならないという状況への心配が見られた。食事づくりへの自信の無さや趣向の違いへの不安から食事当番の討論は各グループ念入りに行われた。“しなければならない”という状況に【義務感】を感じると抵抗を示した[46・47]。人によって味や好みが違う、食べたい時間や物も違う、たまには外食や内緒で贅沢したい時もあると感じる為、各自自由な食事が求められる。

しかし、健康のことを考慮すると、強制的な食事づくりは人の為、さらには自分の為となり、考えな

がら手を動かすことで老化防止にも繋がると考えられる[48]。男性はこれまでの家事経験の少なさから特に強い抵抗を示していたが、持ち寄りによる自然発生的な会食から、食事づくりに興味を持ち、「人の為になら料理教室に通うかもしれない」と、主体的でその時々人付き合いを選択できる共同生活は個人の価値観の変化に繋がる可能性をみせた[49]。

4-4. 柔軟なルールづくり

高齢者は起床時間、食事回数、窓の開け閉めに至るまで生活リズムを成り立たせる要素をどこまで共有できるかが心配である。“これまで”同じ生活リズムを長く続けてきたことから、すぐに生活リズムを変えることが出来ないのではと自身でも懸念している[50]。無理をして同居者に合わせるのではなく、夜遅く帰ってきてはいけない、朝は早く起きなければならぬなどといった禁止のルールを作らずに常識の範囲で、夜遅くに帰宅するときは連絡をする、ご飯が要らないときは伝えておくなど相手のことを思いやる配慮をし合える関係を求める。しかし、ルールを完全に排除するのでは無く、掃除等は分担することでひとり分が少なくなり楽になる共同性や、風呂の順番を決めるなどの最低限のルールづくりが人付き合いを円滑にすると考えている[51]。

その一方で、加齢に伴う身体的・精神的衰えにより共同生活上の役割を担えなくなったり、同居者に負担をかけたりにするのではと不安をもつ[52]。非制度的は共同生活上のルールづくりは主体的なものであるため、その時々合わせ、柔軟なルールの変更、取捨選択を行うことで対応できる可能性が伺える[53]。

表6 ワークショップでの会話内容

SLでの生活：老いへの安心
[38] おしゃべりが出来る。何かの時の相談ができる
[39] 夜は皆で飲みたい
[40] 毎日散歩したり、たまには喫茶店でお茶を飲んだり、そういうことができたらいかな。年に何回かは温泉旅行にいつて
[41] 誕生日会。なんか食べにいこうかと。
[42] 私は、物干し台。時たま、月と星をみれるそういう昔ふうの物干台があったらね。面白いな。中秋の名月とかね。酒の肴もってあつまるかってね。
[43] 暖炉なんかあったらね、そのまわりをかこってね、ビールでもものうかってね
SLでの生活：思いやりの会食
[44] 聞いてておもったけど、魚とかさばいた時にね、4人やったら食べられるけど、ひとりやったら食べられないし。
[45] おい、ちょっとめんどくさいから3人分一緒につくろうとか言うてね。反対にそうならへんかね。一人やったらつくらんけどね。一緒に作るって言うたらつくるかもね。カレーなんか僕すきやし、カレーなんかやったら作るわーいうて。4~5人分ね
SLでの生活：食事当番
[46] 責任というか。負担のかからないように、あなたがしないといけないというのは作らない。
[47] 私も書いたけど、自分の時間は自由に。この時ご飯ですよーって言われても、自分のペースに合わないとしんどいかな。長年一緒に住んでるんやったら
[48] けど、健康の為には朝はしっかり食べた方がいいですよ。定時に起きて、食べて、それから寝るとかしないと... 寝たきりになる
[49] 皆に喜んでもらえる料理を作れるように、男の料理教室。行くでしょうねたぶん。行くと思います。
SLでの生活：柔軟なルールづくり
[50] 生活習慣というのはね、それぞれ産まれ育って、70年、80年って生きてきたらね、起きる時間が違えば、寝る時間も違えば。2食の人も要るかもしれないじゃないですか。そういう違いはどうするか。私は、大変だと思って
[51] 共有スペースをする回数減るから良いなって。自分の家やったら共有のスペースも、自分の部屋も全部しなあかん。交代してやったらね、自分の部屋は毎日するとして、共用やたら6人くらい追つたらね、6日に一回でいいから、共有スペースの掃除はすこい楽やなって
[52] だんだん出来なくなる。元気には絶対ならない。分かんなくなったり、できなくなったりね。
[53] ルールはね、いくらでもね、その人たちの能力によって変えたいんやし、生き方によって変えたいんやし。だから、これは辞めようとかいうのも、伸ばされたいんやしいくらでも変えられるよ。公共や無かったら、帰られるんやから。

4-5. 個室の必要性

①**集団からの避難場所** 「ずっと一緒に疲れる」、「寝るときはひとりで」と考える高齢者にとって、好きなテレビ番組を選択できる、本に集中できるなど自分だけの時間・空間を楽しみ、確保出来る個室は、集団からの避難場所として必要不可欠である。高齢者は個室があるからこそプライベートが守られていると感じ、同居者とちょうど良い距離を保ち、長く暮らすことが出来ると感じている[54・55]。(以下[数]は表7の会話番号)

②**自己表現の場** 部屋のレイアウト、かける音楽、ペットの飼育など自分の好き勝手にできる個室は同居者への配慮を必要としない自分だけの世界としても重要であり、癒しの空間となる[56]。

③**公私分離欲求** 個室と共用部ではオンオフの切り替えを行えるよう、ちょっと顔だけでも洗いたいと簡易な洗面台が求められた[57]。そのため、個室での頻繁な居住者同士の付き合いには抵抗を示し、なるべく共有スペースを使用したいと希望した。また、同居者の無断での侵入を懸念するものの、鍵の取り付けに関しては気の置ける仲間であることから個人の判断に任せるとした[58]。入るときはロックをするなど配慮をし合うことで、明確なルールを避けた。

④**荷物の保管場所** 個室は荷物の保管場所としての機能も必要とされた。SLへの住み替えを機に荷物を必要最低限に厳選するが、広めの押し入れがあれば多く持ってくる事が出来るので嬉しいと考える[59]。高齢者にとって荷物を保管できる場所があることは住み替えの必要最低条件である。

⑤**家族を泊める場所** 共同居住への来客は友達の友達は友達といった人脈を広げる楽しみとなるが、共有スペースへの頻繁な来客は同居者の迷惑になるのではと懸念する。そこで、来客時は個室をゲストルームとすることで宿泊をまかなえるとした。しかし、個人によって来客量に違いがあれば、ひがみにつながりかねないといった不安もあり、家族や友人の訪問は高齢者にとって大きな関心ごとである[60・61]。

4-6. 金銭面での配慮

金銭面では平等性を重視し、全ての生活費は年金の範囲内に納める[62]。しかし人によって使用量に差がでる光熱費を等分するのは不公平であると考えている[63]。その一方で等分することで節約意識が芽生え、寒い時は一緒に部屋で過ごす等の工夫へと繋がることに期待する[64]。また、車の共用は持っているだけで維持費がかかることから懸念され、タクシーの利用で済ませれば良いと考える[65]。しかし、現在の行動範囲を維持する為には最初から排除するのは無く、状況に応じた選択も可能だとした[66]。

4-7. 元気なうちに地域連携

高齢者が集まるSLは家族ばかりの住宅地にとって異質であり嫌がれるのではと懸念する[67]。出来る限り自治体への参加、地域解放、見回り等地域貢献に元気なうちに取り組み、どんな人が何人住んでいるのかを地域に認識してもらうことが、災害時や緊急時の助け合いに繋がると考える[68]。道路沿いに花を植えるなど、細やかな心配りからイメージの向上を行いたいと期待する[69]。

5. もしもの時の対応

非制度的SLに対して高齢者はもしもの時にひとりではない安心感があると期待しているが、介護が必要になるほどの状態になった時に助け合える身体的・精神的状態にあるかどうか不安をもつ[70]。完全に居住者同士のみではなく、ヘルパーを頼むなど協力が必要であると感じている[71]。最終的に施設を選択するのか、支え合いSLでの看取りを行うかには、元気な時からの時間の積み重ねで築く信頼関係が大きく関わる[72・73]。病院へ入院しても退院したら帰ることの出来る我が家としての可能性に期待する[74]。また、非制度的SLの継続には流動性を持たせることが必要であり、孤独の解消を求めて入居したのにも関わらず、最終的にはひとりとなる暮らしでは安心することは出来ない[75]。新しい同居者を迎え、馴染むことが出来るのかに疑問が残る、検討する場合は使用期間の必要性を求めた[76]。

表7 ワークショップでの会話内容

SLでの生活：個室の必要性
[54] 佐藤：年を取ったら、もちろん個室は欲しくなってると思うんです。独りのしかんがあって。で、さみしくなったら、リビングによって。個室が無かったらっていうのはね
[55] あんまり束縛はされたくないよね
[56] 自分の部屋に帰ったら自分だけの世界って言う風に
[57] 顔洗う所欲しいわ
[58] そうそう。鍵がかかっても入らないようにしなきゃね。声かけてから入るとか
[59] シェアしたら(荷物は)どうなるの？それこそほんとにクローゼットとか無いと、今までの荷物はやっぱり。ね。なかなか1つの部屋だと
[60](家族・友人を)とめるやろうね。独り身やったらね、自分の部屋きて、一緒に寝たら良いんやもんね。ゲストルーム無くてもね。
[61] けど、現実問題家族がきますやん。ゲストルーム？狭い部屋にとまりますか？それやったら近くのホテルに泊まった方が気楽かもしれへん。お父さんの狭い狭い部屋に泊まりますか？
SLでの生活：金銭面での配慮
[62] 全部年金で行ける。家賃は安い方がいい
[63] 使う人と使わん人というんやね
[64] 結局頭割りするのかな。割ったものを折半するから、皆安い方がいいじゃないって。
[65] ようは、1台車があるんか、要らんのか。いま、思ったけどタクシー呼ばれば良いって言えばそれまでやけど
[66] けど、元気な間はね。
SLでの生活：元気なうちに地域連携
[67] いやがられないだろう。シェアハウスとかね。だってね、家族が住んでる中にポツとね
[68] 高齢者のシェアハウスっていうのが近所の人がいやがるのは、やっぱり、何かあった時？火災があったりとか、地震があったりとか、何かあった時に心配される。で、いやがる。少しでも、アレするには絶対町内会とか、自治会とかやっぱり入っておくべきだと思うのね、近所さんと顔なじみに。で、あそこの家にはお年寄りが5人要るとか6人要るとか
[69] 道行く人の為に(花を)植えるとかしたいですけどね
もしもの時の対応
[70] 自分も歳やからね。若かったらまあね。頑張れるけど
[71] ベッドに、介護の人呼んだらいいんや。介護保険を使う
[72] お父さんお母さんを見るいうのもね、一緒に苦労してきたからであって、年取ってから来られても嫌よね。
[73] そこでさよならっていうのは寂しい気がしますし、私になったら、今は元気でですけど、してもらわなあかんのですよ。知ってる人のしんどいんやろって言葉の方がどんなに嬉しい。ごめん、かんにんって言う素直さを持って。そういう関係を作っていくべきやないかって、信頼関係があればできるんやろって。
[74] 私は基本的に、病院にいかはったりして、生活が出来ひんかったらアレやけど、生活できひんかったらしゃあないけど。入院した後出来るようになったら、なんかの縁がもしれへんからね、もどりたいかなって
[75] 入れないとダメじゃない。なかなか大変ね。解凍って分けにはいかないもんね。金銭的に入れないと。じゃ無いと一人暮らしと一緒やもん。
[76] この人良いわって思ってね、入ってこられてね、すごく嫌な人やったら困るわね。出て行ってくれとは言われないからね。試験的に1ヶ月だけとかかな

6. 非制度的シェアードリビングの可能性

6-1. 意識の違いから見るシェアードリビングタイプ

各グループの SL を人付き合いの仕方タイプ分けを行うと 1) SL 内に活動の場が集約され、居住者同士の人付き合いが主体となっている閉鎖型、2) 居住者が自己表現の場を SL 外に求める外向型、3) SL 内に地域住民を巻き込み人付き合いの拡大を行う巻き込み型の 3 つに分けられる。SL は居住者の求める人付き合いの選択を可能とし、加齢による付き合い方の変化にも順応できる(図1)。

6-2. 質の継続 SL は 1)、質の維持を行う継続型と 2) 理想の実現を行う発展型にわけられる。質とは、居住者同士のこれまでの関係、家族との関係、地域との関係、住宅環境、周辺環境など 1 人ひとりの生活を支えているもの全てである。従来の施設では、“質”の構築を 1 から始めなければならないが、完全な設備や環境はないものの、SL では居住者ひとりひとりに合わせたこれまでの生活の“質”を大切にし、【人付き合い】や【地域】に至まで「自分らしさ」を維持することが可能であると言える。また、“もっと暮らしを良くしよう”とする質の向上にも期待出来る(図1)。

6-3. 段階に合わせた順応性 将来的な介護、サポートの必要性からは施設の充実度は高い。全てを自立で行っていくには SL には多くの課題が残されるが、居住者同士の信頼関係から「看とりの場」としての可能性は伺える。“される”ではなく“支え合う”住まいのかたちが、精神的なゆとりをうみ、豊かな生活につながる。また、自立した高齢者の暮らしは、“誰かが与えてくれる暮らし”ではない。その為、

生活の全て作業は自己責任が伴い、食事や健康の維持管理、人間関係に至まで自己判断をしなければならない。しかし、同居者の存在が【人の為】に行動する気力に繋がり、相互扶助・自然な役割をうむ。それらは身体的・精神的状況に順応する。

7. まとめ

入居時に充足された施設ではなく、時間経過と共に居住者の状態に合わせて、柔軟な変化に対応できる主体的な高齢者の非制度的 SL は、“今”の人付き合い、住まいへの期待に着目をした人選や環境の提供により①現状を維持し、住み替えへの意識的なハードルを下げ、空家活用によるハード面での自由度の高さや自分たちで変えていける楽しみが②夢・あこがれの実現や生活の工夫に繋がり、さらには③地域連携による人付き合いの広がりを可能とする。さらに、それらは強制された暮らしではなく、居住者同士が暮らす過程でルールを進化させ、“自分達らしい”住まいの理想を追い求め、人付き合いを選択し、④自然発生的な人の為を思う相互扶助、⑤精神的健康維持へと繋がり、身体的・精神的状況に合わせた⑥順応性もみせる。

しかし、もしもの時への対応は居住者同士だけでは解決することに体力的・精神的な限界が感じられるといった課題が多く残る。SL での楽しさや仲間意識の構築だけではなく、元気な時には地域での人付き合いに積極的に関わりを持つことで、地域が高齢者の存在を見守り、必要な時には助け合えるのではと感じている。高齢者の住まいの選択肢の新しい受け皿としての SL、さらには SL と地域との良好な関係が今後の高齢者の暮らしの支え、SL の進化となる。

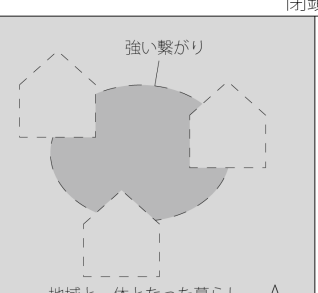
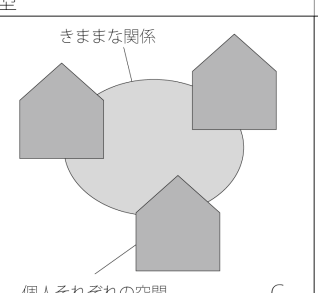
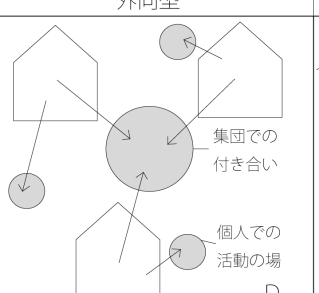
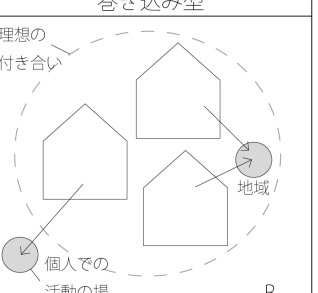
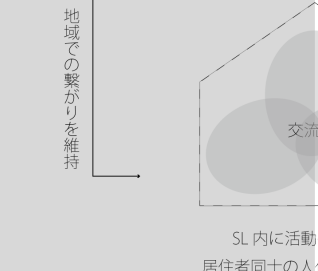
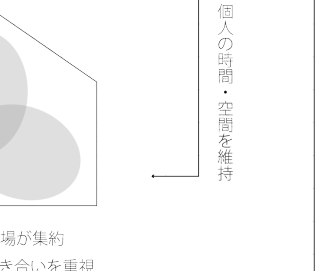
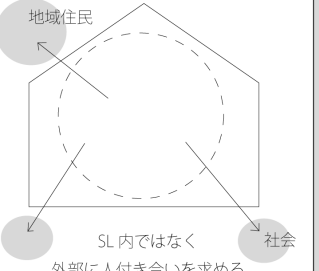
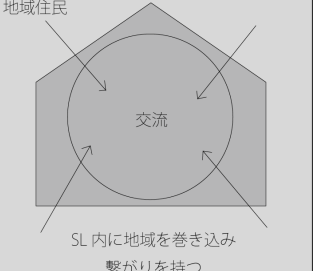
	維持型		発展型	
	閉鎖型	外向型	巻き込み型	巻き込み型
現在のグループの繋がり	 強い繋がり 地域と一体となった暮らし A	 きままな関係 個人それぞれの空間 C	 集団での付き合い 個人での活動の場 D	 理想の人付き合い 個人での活動の場 B
SL での繋がり	 地域での繋がりを維持 交流 SL 内に活動の場が集約 居住者同士の人付き合いを重視	 個人の時間・空間を維持 交流 SL 内に活動の場が集約 居住者同士の人付き合いを重視	 地域住民 SL 内ではなく 社会 外部に人付き合いを求め	 地域住民 交流 SL 内に地域を巻き込み 繋がりを持つ
説明	地域一体となった、家と地域の境界が曖昧な人付き合いを行っている。特に強い繋がりであるグループの関係を継続し、SL 内に活動の場を集約。地域との関係も維持する。	個人の時間を大切にし、きままな時間・場所での付かず離れずのグループ関係を維持。SL 内でも個人の時間・空間を確保しながら、SL での付き合いが主体となり楽しみを見つける。	1 人ひとり家には人付き合いを求めず活動の場は外へと向き、活動の 1 つとして付き合いであったグループ関係を維持。SL でも自己表現の場を外部に求め、SL 内には持ち込まない。	1 人ひとり活動の場を持ち、グループ全員が地域一体となる人付き合いを理想としていた。SL では理想実現し、地域解放を行い交流の場を内部に巻き込み、現状の発展を行う。

図1 シェアードリビングのタイプ分け

討議

討議 [倉方先生]

丹念な聞き取りをもとにしてまとめてると思うんですけども、発表がなんか、シェアードリビングのプロパガンダを聞いているような感じで。プロパガンダというのは、イデオロギー的な宣伝という感じで。で、なんか、そうですけど見たいな感じで、それが出来れば苦労はしないという感じで。課題の所で最後述べていたところで、シェアードリビングっていっても、今の要望とか状況によって、こういった みたいなのがいくつか存在するのではないかというのが新規点なんですか？

回答

1人ひとり高齢者の求めているのが違うので、もっともっと聞き取りをすればタイプというのは増えると思っています。

討議 [倉方先生]

そうだね。私は、一番の問題は、タイプがきちんと分割できない、実際に要望と目的にきちんと対応できないのではないかと思うんですよ。聞き取りをしてね、整地にしていくともっと増えていくかもしれない。これで分割して対応しても、もしかして不十分かもしれない。あるいは、心理が変わるかもしれない。そうすると、こういう風にタイプ分けをして、何かを何かを当てはめるっていうやり方が、2つあって。1つは何を何個作っておけば、上手くその要望に応えられるのかミスマッチが実現したとしてもおこるのではないか、あるいは、途中で心理が変わった時に、心理が客観的に本当に判断できるのかどうかと考えた時に、その新規点そのものが問題を抱えてると思う気がするんですけど。私が要望し過ぎなのかもしれませんけど。

回答

応えになっているか分かりませんが、私はシェアードリビングが不完全なことが最大のメリットなのではないかと考えていて、100人いれば100人分だけのタイプが出来ると思うんですが、人が集まることで付き合いが出来て、それによってこう、人に合わせたいなという気持ちによってどんどん変化していくと思うんです。不完全だからこそ、その変化というのを受け入れられるのではないかと考えています。なので、タイプ分けをすることが、こういう物を作るっていうイコールになるのでは無くて、色んな考え方があって、これが高齢者の選択によっていこうしていくイメージな

んです。このタイプにしたからこれを突き進んでいくではなくて、高齢者自信が変えていきたいという意志を持つことで、変えていける可能性を持っていることがメリットなのではないかなと思います。

討議 [倉方先生]

それは、今後の建設に何の、どこに役にたつの？それは観察であって、我々はクリエイト、建設する方なのであって、今後の建設にどう影響するのか

回答

今回の調査だと、男性だけのグループが共用のキッチン是要らないという風にしたんですけど、それはみんなでの食事づくりに抵抗を示したからなんですね。でも、将来的なことを考えたら食事づくりに興味を持つかもしれないから、そういう場所を作れる可能性のある場所を欲しいといったんです。なので、作り手としては、そういう可能性をちゃんと持たせられる空間を用意しておくべきなのかなと思いました。

討議 [宮本先生]

えっと、1つは、仮想という言葉が何回も出てくるんですが、このワークショップの目的が、我々専門家がこのワークショップによってなんか思考実験的に得ることがあるのかどうか。あるいは、ワークショップの参加者が自分たちが何を求めているか分かりにくいんで、トレーニングとしてこういうワークショップをして求める、老後の生き方が見えてくるのか。そのどっちを無わしているのか。もう1つははっきり分からないと思うのね。たぶん、前者だと思うのね。としたときに、もう1つは非制度的シェアードリビングの、非制度的という部分で具体的には空家使おうとか書いてるし。そのどうやってそのちゃんとした制度を立ち上げずに自然発生的、自主的にこんな生き方が出来るのか。そこがひっかかるというか。

回答

まず、最初のほうなんですけど。めちゃめちゃどっちがつよいという訳ではなくて、

討議 [宮本先生]

両方？

回答

あると考えています。まず、ワークショップをすることで、いままで共同生活にすごい抵抗を持っていた人が、シェアードリビングもありかもしれないと、意識をどんどん変えて

いくんですね、なので、こちらがなにも投げかけなければそういう生活を考えなかった人たちというのがいるということに対しても手助けが出来る可能性があるというのも考えています。それから仮想を行うことで高齢者の潜在的なニーズというのが今の施設では対応しきれってなくて、もっともっとこんなことしたいものを聞き取れるというのがあるので、仮想を行うことで生活の広がりが見えてくるという風にも考えてます。すみません、2つ目は... なんでしたっけ？

討議 [宮本先生]

非制度的にどうやったらこんな、シェアードリビングが本当に実現するんですか？

回答

高齢者自身も興味を持ちながらも、そんなこと本当にできるの？って思われるんですね。やってみたくて、興味も持ったけど事例が無いとどうして良いか分からないという風に思われてたりもするので、まずはチャレンジという風にしかならないと思うんですけど、何かこちらが決めてしまうんじゃなくて、高齢者が一度、どういう生活をしたいかを考えることが生活を豊かにしていくのではないかと思います。

討議 [宮本先生]

だから、1番始めの質問に関係してくる訳ね。仮想する主体というか、主語とうか。は、ワークショップの参加者であって、そういう意味で言うと、プロパガンダ的な側面があって、あなたはやっぱり非制度的なシェアードリビングを実現したい、という想いがある訳やね。で、2つめの質問に関係してくるけど、やっぱりなんか、コーディネーター的な人がいて、お膳立てをしてあげないと、ただただ仮想してるだけでは実現しないのではないですかね。仮想って言葉気になるけどな。すごい。よく使うんですか？こういうの。かぎかっこ付きでわざわざ。

回答

高齢者だけで、若者と高齢者は増えてきてるとは思うんですけど、高齢者だけっていうのは、なかなかむずかしむって、だからこそ、一度仮想することで可能性を見つけるというのが、この研究の目的というか、意味があるのではないかと思います。