

# 病院・高齢者施設の環境づくり

最期はどこで？ これからの高齢者の居場所

最期はどこで？  
これからの高齢者の居場所

## 1.はじめに

「2025年問題」とかねてから騒がれている、団塊世代の方々が全員75歳以上の後期高齢者になる年にいよいよ突入します。戦後間もない時に生まれ、小中学生時代には教室に入りきれない数の同級生と競い、大学紛争を経験し、ビートルズを聞き、女性はツイギーの様なミニスカートで街を謳歌した世代。「24時間闘えますか」と企業戦士として日本経済をバブルに押し上げた。そんな方々が高齢者施設に入居し始めます。よりアクティブでバリエーションのある過ごし方になるのではないのでしょうか。例えばバンドを組んで練習、筋トレとプロテイン摂取は日課、パソコンやAIを使いこなし、食事はイタリアンをリクエスト…。そんな時代がもうすぐやってきます。施設は変わる必要に迫られることでしょうか。さらに考えると、最期を迎えるのが「高齢者施設」か「自宅」かの二者択一でなくその他の選択肢も出てくるでしょう。これからますます変わるであろう高齢者の住まいと暮らし方について考えてみたいと思います。



団塊世代がオーナーの家（杉並区）

Casa Pace（カーザパーチェ）はガーデニング、インナーガレージで日常を美しく暮らすテーマ

## 2.施設か自宅か

「人生の最期を迎えたい場所はどこか？」という興味深い調査結果があります。

1位は「自宅」で58.8%、2位は「医療施設」で33.9%でした。

一方、「避けたい場所は？」という質問に対して、

1位は「子供の家」で42.1%、2位は「介護施設」で34.4%でした。

（日本財団 人生の最期の迎え方に関する全国調査調べ（2021年））

最近では高級な高齢者施設が相次いで出来たり、特養もオシャレなデザインを取り入れるなど介護施設のイメージも変わってきました。しかし調査でわかるように施設に入らず自宅で過ごしたいと考える人は増えています。

私の父もその一人でした。昭和3年生まれの子は80歳の時に母を亡くし、一人暮らしになりました。直後に東日本大震災があり、自宅は瓦屋根が崩れ、ガラスの破片も散らばる状態だったので高齢者施設に避難入居してもらいました。しかし2か月もしないうちに「家に帰りたい。帰りたい」と言い、体重も8Kgも減ってしまいました。施設を飛び出す形で家に戻った父。そこから奮闘記の始まりです。

## 病院・高齢者施設の環境づくり

昭和初期生まれで長年教職に就いていた父はデイサービスに頑なに行かず引きこもり状態、鬱の気配さえありました。しかし、あることがきっかけで父は救われました。

それは町に一つだけの総合病院の院長先生の存在でした。ある日院長先生から、病院に隣接する「通所リハビリテーション」を勧められます。それまで絶対に行かないと言っていた他人と日中を過ごす場所に通う様になりました。ここでポイントは病院に併設された施設だから、院長先生の処方を受け入れる様に、受け入れられたことです。半年もすると父は見違えるほどイキイキとしてきました。

父は「行く場所」を見つけ、「やる事」を得たのです。施設職員さん全員の名前を覚えるなどコミュニケーションを取る術を見つけました。図書館に通い、町の新聞に投稿しては掲載される事が励みになりました。ケアマネさん、社会福祉協議会、夜間の緊急コールセンター、タクシー会社、ご近所さんなど様々な方のサポートのお陰で一人暮らしが成り立っていました。こうして約10年間一人暮らしをし92歳で「今が一番幸せ」と言い、最後は2週間ほど病院に入院して亡くなりました。見事に生き切った感がしました。

父の一人暮らしを通して学んだ事が2つあります。一つは一人暮らしに絶対的に必要なものは周りのサポーターの存在。もう一つは日々、自分のやるべき事を持っているかどうか。この二つが一人暮らしには必須である事を学びました。高齢者の寝たきり時間をできるだけ無くし、死ぬ間際まで自分で自分の事ができる世の中を目指していきたいものです。そのために暮らし方もいろいろあって良いでしょう。いくつか事例をご紹介します。考えてみたいと思います。



町に一つの総合病院の院長、会田征彦院氏は高齢者の気持ちを理解し、問題解決の名人。このような人の存在があるだけで高齢者が安心できる町に。



父の通所リハで行われた小学生との交流のワンシーン。世代を超えたイベント。企画の内容も入居者が考える時代になるであろう。

### 3. 高齢者と若者が助け合う賃貸マンション

2011年に竣工した世田谷区経堂の「キッカ経堂」は10世帯の小さな賃貸マンションです。オーナーは個人経営者。外観は小さなレストランと間違われる様な建物です。アイアンの門扉を開けると吹抜けが現れます。オリーブやオレンジの樹木に温かな光が降り注ぐ中庭が出迎えてくれます。小さな屋上庭園では、土曜日ごとに住人の強制ではないランチ会。どことなく住人が集まりワイン片手にコミュニケーション。そんなコミュニティが自然と生まれる賃貸マンションは計画時のターゲットは一人暮らしの若者でした。しかし、蓋を開けてみると嬉しい誤算がありました。

## 病院・高齢者施設の環境づくり

今から4年ほど前に入居されたMさん（女性）は80歳。オープン当初から住んでいる女医のSさんのお母様です。Mさんは娘のSさんと一緒に住むのではなく、同じマンション内の別の部屋を借りて一人で住むことを希望されました。Mさんは軽度の認知症を患っています。このMさんが入居された事でキッカ経堂の雰囲気が変わり始めます。若者で構成されている9世帯の住人達はグループラインで繋がっています。ある時、女医のSさんが「仕事で帰りが遅い。どなたか母のサポートをお願いできませんか？」とラインを入れると住人の誰かがMさんに夕食をおすそ分けで持参します。

またクリスマス時期にはMさんの家に住人が集まりクリスマスリース作り。リースが出来上がるとそれぞれが持ち寄ったお料理でクリスマスパーティ。ギターを弾いたり歌ったり、Mさんを中心にしたコミュニティが出来上がりました。

このように普通のマンションで住人と交流しながら理想的に暮らせるのは珍しい例かもしれません。オーナーは見守る体制で、住人の誰かが主体的に行動する。それはまるで小さな村のようです。もっと多くの集合住宅でできないもののでしょうか。マンションの管理という仕事の在り方を少し発想を変えてみると可能性が出る気がいたします。



10世帯が自主的にコミュニティを作っている賃貸マンション「キッカ経堂」



中庭ではオリーブやオレンジが出迎える



Mさんの部屋に住人が集まってクリスマスリースづくり



完成したリースを皆でマンションに取り付け協同作業

## 病院・高齢者施設の環境づくり

### 4. デザインが自立を応援するマンション

2005年に世田谷区経堂に竣工した「La Bella Vita」（イタリア語で美しい人生）は31戸の賃貸マンションです。各部屋が防音完備で楽器を演奏することができます。地下1階には共用の防音室があり、音大生と高齢者が一緒に演奏したり外部から友人を呼んで演奏会を行う事も可能です。建物全体のコンセプトが街歩き。ヨーロッパの美しい町にあるような路地を再現し、中庭をつくり、夜はライトアップ。街を歩く時に感じるトキメキを再現しました。ある日、高齢者のカップルが手をつないでやってきました。「ここに住めますか？」「あいにく満室です」「残念です。散歩の度にここを拝見していて、こんな所に住んでみたいのです。」

そんな会話が生まれるほどです。見ただけでときめいて住みたくなる建物。毎日を元気に生きるコツかもしれません。



賃貸マンション La Bella Vita  
1階に訪問看護ステーションも可能



住人が自由に使える地下の音楽室  
ここで若者と高齢者のジャズセッションも



光の入る中庭は住人の交流の場に

## 5. 仕事も応援するシェアハウス

東京巢鴨にあるシェアハウス「RYOZAN PARK」(リョウザンパーク)のコンセプトは、「人生はシェアする方が豊かだ。私たちのコミュニティでは国籍、人種、セクシャリティを問わず様々な人々が共に暮らし、共に働き、共に育て、毎日を楽しんでいます。誰かが進む時、あるいは、誰かが立ち止まる時、そんな時に『一肌脱ぐよ』と駆けつけるのが、- RYOZAN PARK- の仲間たち。一人ひとりが願う未来に向かって新しい形の家族や子育て、ビジネスや働き方を模索し続けます。その道のりはいつだってチャレンジング。でもいつだって誰かと一緒です。」このコンセプト通り、特徴のあるシェアハウスです。エントランスを入ると1階はミラノかと思えるほどオシャレなキッチン・リビングダイニング。外から戻ると誰かがそこに居て自然と会話が生まれる空間です。地下にはスポーツジムがあり住人は24時間自由に使うことができます。2階から4階はそれぞれの個室で一人6畳程度。トイレと洗面・シャワーは共同です。面白いのは季節ごとのイベントが行われる事です。お正月やクリスマスはもちろん、桜を見る会や夏祭り、秋祭り。そして毎月のお誕生会…。年間通してイベントがあり、住人同士が交流を深める事ができます。



RYOZAN PARK 1階で住人同士のイベント風景。年齢、国籍関係なく

また、ビジネスセンターも併設されており、ネット環境、テレワーク環境が整備。長年勤めた会社を退職した人がそこでまた新たに起業する事も可能です。

このように年齢、国籍、ジェンダーに関係なく一つ屋根に住みながらサポートし合いながらお互いに刺激をもらい、いくつになっても前向きに生きる生き方。高齢者と若者が一緒に暮らす事で体調が悪い時は、だれかが自然にサポートできる住まい方は、今後、ますます介護人材が減る中で必要な事ではないでしょうか。シェアハウスに必要なのは金額が安いという事ではなく思想だと思えます。

高齢になっても自分が出来る事をやる。

同じ様な価値観を共有できる。

そこに文化が生まれ、その文化に人が集まって来るように思います。高齢になっても自分が出来る事をやる。

国の介護保険や梓組みの中では、なかなか脱皮するのが難しいと思いますが、間違いなく今までの高齢者施設ではないスタイルが必要になるでしょう。



お洒落なインテリアも元気に生きる大切な要素(共用部分)

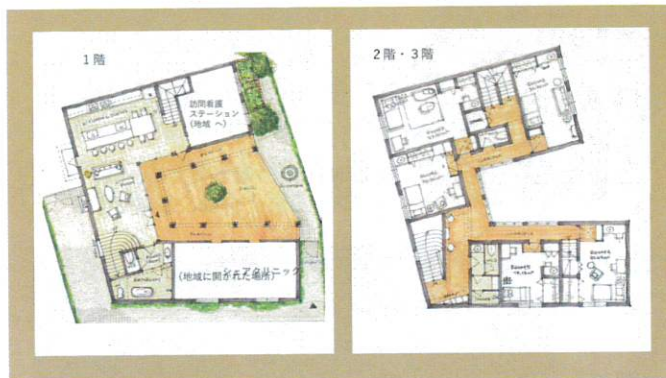
## 病院・高齢者施設の環境づくり

### 6. 明るい未来のために

今回が私の執筆の最終回になりました。このシリーズでは、高齢者の「自立支援」、「最期まで自分らしく生きる環境」をテーマに皆様とこれからの日本の高齢者とそれをサポートする医療・介護施設の在り方を考えながら執筆させて頂きました。

執筆中に、国際医療福祉大学の高橋泰先生（ハーバード大学公衆衛生校武見フェロー・東京大学病院中央医療情報部非常勤講師を経て国際医療福祉大学大学院教授）の講座に通い、「団塊世代が後期高齢者を迎えると日本はどう変わるのか」や「介護DX」など興味深い講義、それに携わる講師の先生方との交流も図る事ができました。成果として見えて来た事もあります。

高齢者に必要なのは「きょういく」と「きょうよう」だそうです。「今日行くところがある」「今日用がある」それが毎日を元気に生きる原動力だと。誰かに必要とされる生き方をどう描いていけるのか。自分の出来る事が結果として地域貢献になる。自宅でも施設でも好きな場所で暮らし最期まで生き切る。そんな高齢社会を創るためにハードとソフトの両面からやれる事はまだまだたくさんありそうです。日本の良い未来のために皆様のお力は大きいと思います。皆さまのますますのご発展をお祈りして。



一人暮らしの女医（内科医、婦人科医、皮膚科医）の3人とナース1人、美容家1人の計5人。（全員65歳以上）に依頼され設計したシェアハウス。

1階には、5人が働けるシェアクリニックと訪問介護ステーション。  
2階は各自のプライベートルーム。  
3階はそれぞれがオーナーになり、収入が得られる賃貸ルームを設計しました。

好きな仕事が最後まででき、収入も得られるシェアハウス



戸倉 蓉子

#### 【プロフィール】

株式会社ドムデザイン 代表取締役  
慶応義塾大学病院にてナースとして勤務後、  
病院の環境を変えたいと建築デザイナーに転身  
看護師と一級建築士の資格を持つ建築デザイナー  
（株）メドックスグループの一員として設計に参画

#### 【著書】

医療の場を整える環境デザイン（日本看護協会出版）