

わがままハウス山吹

『支援付き共生すまい山吹』

空きペンションのイノベーション

1年半のあゆみ

国土交通省の平成30年度スマートウエルネス住宅等推進モデル事業報告集



一般社団法人だんだん会

わがままハウス山吹

八ヶ岳根っこの会

はじめに

『わがままハウス山吹』という名称に決まったのは、2018年9月です。国土交通省「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」に選定されたことを受けて、本格的な準備を開始する当法人理事会と「八ヶ岳根っこの会」の懇談会で決まりました。「わがままに自由に暮らす家なら、それは『わがままハウス』でしょう」という役員の一言と、山吹が自生する場所なので『わがままハウス山吹』と命名しました。

“自宅ではなく、見守られて安心して一緒に暮らせる家が欲しい”という地域住民の声から“支援付きシェアハウス”を作ろうと取り組みをスタートしたのは2018年1月です。そして「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」に6月に応募し、8月末に選定され、約半年間で改築して、2019年4月に開設することになりました。

北杜市は、北に八ヶ岳連峰、南西に南アルプス連峰、南東に富士山、東に茅ヶ岳、という美しい山々に囲まれた風光明媚。それに晴天日が多く日照時間が日本一です。芸術家が多く住み、美術館、博物館、ミュージアムなどが40か所以上もあり、年間を通して活発な音楽演奏会や講演会などが催され、文化・芸術の発信基地としての魅力もあります。首都圏などからの移住者が多い地域でもあります。

この地域に合った“自宅ではなく、見守られて安心して一緒に暮らせる家”を地域住民といっしょに作り上げることに取り組んできて実現しました。

「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」に応募した際に、事業開始1年間の実践を報告集としてまとめることを約束していました。今年度のはじめに報告集をまとめる予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大に伴う現場の様々な事情で大変遅れましたが、1年半の活動を『一年半のあゆみ』として報告集にまとめました。全国様々な場での居場所作りに少しでも役立てれば幸いです。

企画をしてから完成までに非常に短い期間でしたが、何とか家が完成し、その後2年弱の事業が継続できたのは、関係する多数の団体・個人のみなさまの多大なるお力添えがあったことです。誠にありがとうございました。

2021年1月末日

一般社団法人だんだん会 理事長
わがままハウス山吹 ホーム長
宮崎和加子

はじめに	・・・1
------	------

『わがままハウス山吹』の概要

1) ペンションを改築した“支援付きシェアハウス”	・・・2
2) 家の作り	・・・2
3) 実施する内容	・・・7
4) 対象者	・・・7
5) 職員体制	・・・8
6) 利用料	・・・8
7) 地域とのかかわり	・・・8

I 企画・応募・開設準備

1. モデル事業応募までの経緯	・・・10
1) 一般社団法人だんだん会の設立目的と概要	・・・10
2) 「八ヶ岳根っこの会」との出会い	・・・11
2. モデル事業に応募した内容	
1) モデル事業の概要	・・・13
2) モデル事業に応募した内容	・・・13
3) モデル事業の評価	・・・16
3. 準備した具体的な内容	
1) 改築	・・・17
2) 資金確保	・・・18
3) 入居者確保	・・・19
4) 職員確保	・・・21
5) 業務基準作り	・・・21
6) 「住みよい共生すまい作り地域会議」開催	・・・22
7) 開設記念イベント	・・・23

II 事業開始以降

1. サロン活動	
1) 「わたしの茶の間」	・・・24
2) オレンジサロンこぶち	・・・25
2. 入居者支援	
入居者状況	・・・26
1) 相談・問い合わせ状況	・・・26
2) 入居・退居状況	・・・27
3) 入居者概要	・・・28
4) 入居理由	・・・30

5) 入居期間	・ ・ ・ ・ 31
6) 退去者数とその理由・入居期間	・ ・ ・ ・ 32
7) 入居後の生活の様子	・ ・ ・ ・ 33
8) 入居後のアンケート結果	・ ・ ・ ・ 37
9) ほっこりミーティング開催	・ ・ ・ ・ 40
10) 短期入所の入居者について	・ ・ ・ ・ 41

職員状況・諸サービス

1) 寄り添いスタッフ	・ ・ ・ ・ 42
2) 介護スタッフ	・ ・ ・ ・ 42
3) ミーティング	・ ・ ・ ・ 42
4) 緊急コール・夜間の当直	・ ・ ・ ・ 42
5) 寄り添いスタッフのアンケート結果	・ ・ ・ ・ 43
6) 外部サービス利用	・ ・ ・ ・ 46
7) 自治体との連携	・ ・ ・ ・ 47

経営状況

・ 大まかな収支の実際	・ ・ ・ ・ 48
-------------	------------

Ⅲ 成果と課題

<全体的に>	・ ・ ・ ・ 49
<建物について>	・ ・ ・ ・ 49
1. 既存ペンションの改築の良さ	・ ・ ・ ・ 49
2. 改修の問題・課題	・ ・ ・ ・ 49
<運営について>	・ ・ ・ ・ 50
1. 実践して分かったこと・成果	・ ・ ・ ・ 50
2. 今後の検討課題	・ ・ ・ ・ 53
<共同で企画提案し、いっしょに事業運営を行って>	・ ・ ・ ・ 55

資料編

・ 法人情報誌『だんだん便り』No. 16～No. 39 (2019. 2～2021. 1)	・ ・ ・ ・ 57
・ 「看護」	・ ・ ・ ・ 84
・ 『生活と自治』	・ ・ ・ ・ 92

わがままハウスの概要

1) ペンションを改築した“支援付きシェアハウス”

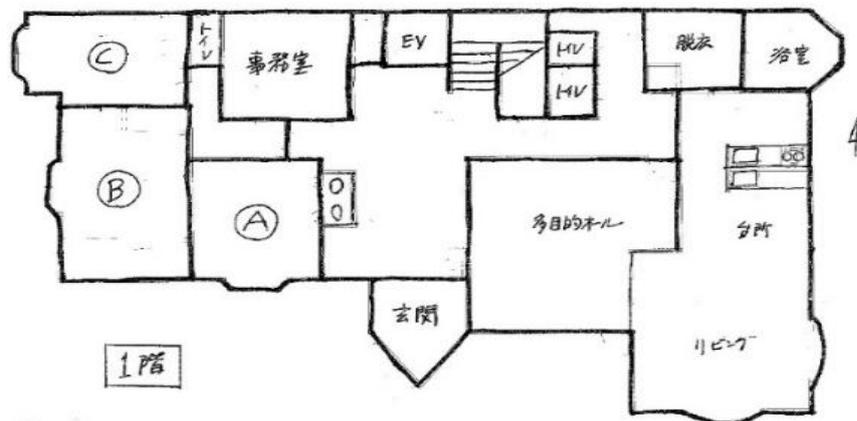
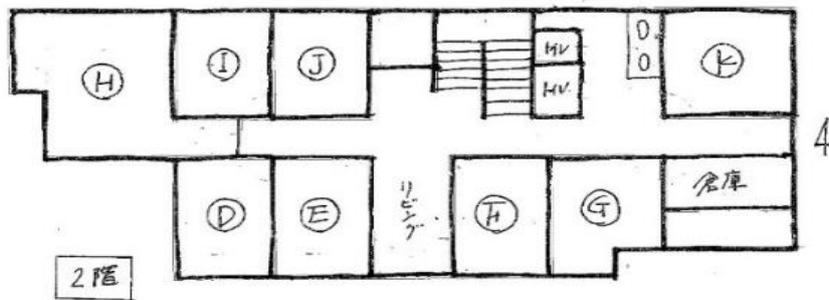
『わがままハウス山吹』は、築29年のペンションを改築して新たにオープンした“支援付き共生すまい山吹”であり“多機能型シェアハウス”です。入居・利用対象者を限定せず、介護施設ではなく誰でもが入居・利用できる“家”“居場所”“アパート”として作りました。

“自由に”“わがまま”に暮らす家です。
超高齢でも、要介護でも、終末期でも、安心して暮らせるシェアハウスです。
日中は、寄り添いスタッフが在宅し、いっしょに過ごし見守ります。
住民主体でのサロン活動も実施します。
暖かい居心地のいい空間をみんなで作り上げましょう！
～募集用パンフレットより～

2) 家の作り

居室が10部屋（最大11部屋の使用可能）と、ゆったりとしたリビングや多目的ホールがあり、古民具・調度品と絵画に囲まれたちよっとおしゃれな家です。

（床面積 397.22㎡ 木造2階建て） A～Kは居室です。



①全体像

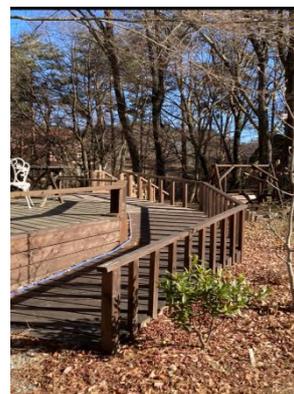
J R小淵沢駅や中央高速小淵沢インターから5分、道の駅こぶちざわにも近く、西隣に山梨県立馬術競技場があり馬が走るのが見える心地よい自然環境にも恵まれた場所です。



②玄関・車いす用リフト

季節の花が絶えない玄関。ステンドグラスも豪華です。

車椅子用のリフトがあり、別玄関を設置しています。また、駐車場からスロープを使って入室することも可能です。



③玄関ホール、エレベーターの新設

感染対策として、玄関を入ったらまず手洗い・うがいです。その場を作りました。また、高齢者や障害がある方の入居が想定されることから、新たにエレベーターを設置しました。



④台所・食堂兼リビング

入居者ご自身で食事作りをすることも可能です。また、皆さんで和気あいあいとおやつを作ったり、漬物をつけたりできるように改築しました。



⑤多目的ホール

地域の皆さんのサロン活動にも利用可能であり、入居者の家族や友人との会話、様々な会合にも利用します。



⑥浴室・トイレ

露天プロ風です。
車いす用トイレも、2か所にあります。



⑦階段ホール・廊下



⑧2階の談話コーナー

2階の談話コーナーからは、日本で2番目に高い北岳がきれいに見え、周辺の林の新緑や紅葉が見事です。



⑨調度品・絵画・テラス



⑩居室（10 部屋、9.93 ㎡～18.51 ㎡）

広さや雰囲気は各部屋が違います。



3) 実施する内容・機能

『わがままハウス山吹』で実施する内容は、以下の通りです。

①日帰りサービス

- ・わたしの茶の間山吹 (住民主体型サロン)
- ・オレンジサロンこぶち (認知症カフェ)

②入居 (長期・短期)

・見守りつき住宅

- ・一人暮らしが不安な要支援者・要介護者・虚弱高齢者
- ・我が家のような雰囲気の家でのショートステイ
- ・要支援の両親の呼び寄せ
- ・施設入所の待機中の方など

③別荘ホスピス (重症者ケアハウス)

ターミナル期の方、重度の医療ニーズのある方など
看取りも行います

4) 対象者

以下の通り、どなたでも利用可能です。ただし、後述の方は入居困難です。

Q&A

- Q1 年齢制限はありますか？ A: ありません。0歳～100歳以上でもOK
- Q2 要介護認定は必要ですか？ A: 必要ありません。要介護度がなくてもOK
- Q3 病気の種類・程度は？ A: 問いません。重度の方でもOK
- Q4 北杜市に住民票がなくてもいいか？ A: 住民票がなくてもOK
- Q5 1部屋を2人で利用してもいいか？ A: 可能です。ただし利用料は別途規定
- Q6 短期利用でもいいんですか A: 可能です。一日でもOK
- Q7 家具の持ち込みはいいか？ A: 可能です。貸し出し用家具もあり 要相談
- Q8 ADL(日常生活動作)はどの程度の人ですか？
A: 食事…自分で食べられなくてもOK。簡単な治療食でもOK
排泄…失禁でもOK トイレ介助でもOK
入浴…介助が必要でもOK
移動…車いす移動でもOK
会話…会話ができない人でも、不可能ではないが、要相談

入居困難な方

- ① 夜間帯、一人で過ごせない方(夜間、見守りが必要な方)
- ② 随時の医療的ケアが必要な方(吸引など)
- ③ 重度の認知症の方
- ④ その他、共同生活に適さない方など

入居後、このような状態になった場合は、相談の上、退去対象となります。

5) 職員体制

★日中(8:00~20:00)は寄り添いフタッフが常駐(見守り)

夜間帯は、入居者の状況により対応します。

★夜間帯は、緊急コール対応します

★医療・看護・介護は、地域の熟達したチームが担当します。

医療・介護関連のサービスは外部からのサービス利用となります

(訪問看護・訪問介護・訪問リハビリ・定期巡回・デイサービスなど)

★医師は、ご本人が選ぶ医師にお願いする。必要時、訪問診療の医師を紹介する。

6) 利用料

利用料は、大きく2つに分かれ、基本料金(全員が負担する料金)とオプションサービス料(選択制のオプションサービス料金)です。(別紙参照)

(1) 基本料金

・居室利用料

部屋の広さや環境により、1か月50,000~100,000円

・管理費

共有スペースの維持管理・消耗品、水光熱費、エレベーターの保守管理費などで、

1か月30,000円

・寄り添いサービス料

朝8時から夜8時まで常駐し、入居者に寄り添い生活支援する職員の人件費

1か月50,000円

・入居一時金

1か月以上入居する場合に、入居一時金200,000円(返金なし)

短期利用の場合の料金は、日額(別紙)です。

(2) オプションサービス料

・食事支援サービス

自炊も外食も自由です。わがままハウス山吹で調理することの支援を受ける場合は、

別途の料金となります。(朝400円、昼500円、夜600円、おやつ・嗜好品含む)

・外出支援サービス

自動車での外出支援(買い物・受診など) 1時間1,200円

・家事支援・生活支援相談

自室の掃除や洗濯などを代行する場合は別途料金。

・健康維持・増進

7) 地域とのかかわり

定期的に、地域住民参加の『住みよい共生すまい作り地域会議』を開催し、意見を参考にしながら運営を進める。

基本料金				
	種類	月額(長期入居)	日額(短期利用)	備考
1	居室利用料 (家賃)	50,000円(2部屋) 70,000円(5部屋) 80,000円(3部屋) 100,000円(1部屋)	5,000円(2部屋) 7,000円(5部屋) 8,000円(3部屋) 10,000円(1部屋)	・部屋の広さや環境による料金設定(※1参照) ・減免規定あり (低所得の方でも利用できるような配慮あり)
2	管理費	1人 30,000円	2,000円	・共有スペースの維持管理 ・エレベーターの保守管理 ・共有自動車の維持・管理費(1台) ・水光熱費 ・共有スペースの消耗品 ・修繕費など
3	寄り添いサービス	1人 50,000円	2,000円	※2参照 (サービス内容)
4	入居一時金	一律20万円 (返金なし)	なし	・減免規定あり (低所得の方でも利用できるような配慮) ・寄付金募集あり(運営のため)

オプションサービス料				
	サービスの概要	概算月額 (長期入居)	概算日額 (短期利用)	提供形態
1	食事支援サービス	3食利用した場合 1か月45,000円	3食利用した場合 1日1,500円	朝400円、昼500円、夜600円 ・キッチンで調理することも可能です。 (食材費込み) ・コーヒー・おやつなど含む
2	外出支援	1時間1,200円	1時間1,200円	・自動車での外出同行支援 ・受診同行散歩同行など
3	家事支援・生活支援・相談	居室の清掃・ 整理整頓 月5,000円	居室の清掃・ 整理整頓 1日300円	・居室の清掃・整理整頓 ・洗濯 ・買い物など
4	健康の維持・増進	1回の訪問相談 5,000円	1回の訪問相談 5,000円	・月1回の看護師による健康管理・相談

利用料の概算			
		月額利用料	一日利用額
	居室利用料	50,000円～	5,000円～
	管理料	30,000	2,000
	寄添いサービス料	50,000円～	2,000円～
	その他 介護・医療費	利用に応じて	利用に応じて
	合計	130,000円～	13,000円～

I 企画・応募・開設準備

1. モデル事業応募までの経緯

1) 一般社団法人だんだん会（当法人）の設立目的と概要

当法人は、2016年1月に発足した法人です。設立目的は、人権を尊重した良質な医療・看護・介護・福祉の実現を目指し、豊かな自然環境の中で幸福を実感して生きることができることに寄与することです。（＜法人設立目的＞参照）

また、運営理念としては、営利を目的とせず、地域住民とともに地域に役立つ事業を実施することです。（＜法人の運営理念＞参照）

＜法人設立目的＞

加齢や病気・障害があっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる地域づくりをめざし、また、人権を尊重した良質な医療と看護・介護・福祉を実現するために、地域住民と力を合わせ住民の保健福祉の向上に寄与することを目的とする。

また、人々が豊かな自然環境の中で、心身健康に幸福を実感して生きることができることに寄与することを目的とする。

＜法人の運営理念＞

◆営利を目的としない

医療・介護・福祉は営利を目的とせず、しかし事業継続できるような経営を安定できるように運営することが重要であると考えます。そのことを実現するためには「一般社団法人」は適していると考え、良質な事業運営・サービス提供を目指していきます。

◆地域住民とともに、地域に役立つ医療・介護・福祉をていねいに実践していく

“地域住民とともに”を基本とし、住民視線で地域活動の居場所作りも実施します。

◆誰でもが利用しやすいような配慮

生活保護の方、また経済的理由で利用できないということがないように、法人として種々の案を講じ、誰でもが利用しやすいように運営します。

2017年には、収益事業として、以下のような3つの事業を開始しました。

- ① 認知症対応型グループホーム（グループホームわいわい白州）
- ② 訪問看護ステーション（地域看護センターあんあん）
- ③ 定期巡回サービス（定期巡回てくてく24）

その他に、認知症カフェ2か所（オレンジサロン）を実施しています。

2) 「八ヶ岳根っこの会」との出会い

地域住民との意見交換の場

当初から、“地域住民といっしょに” “地域に役立つ必要なサービス” を作っていくことを掲げていたので、地域住民の皆さんとの意見交換の場を設けていました。

例えば、サロン活動をはじめる前に、地域ではどういうサロン活動を求めているのかについて『サロン活動意見交換会』を開催しました。様々な年代の方が集まり、多様な意見・アイデアを出してくださいました。「麻雀サロン」「認知症になりたくない人のサロン」「読書会」「アロマサロン」「郷土料理サロン」などですが、なんと「高齢者の婚活サロン」もぜひやってみたらどうだろうという意見も出ました。実際にいくつか実施しました。

『八ヶ岳ふるさと倶楽部』との出会い

地域住民のある方が、「移住してきた人たちの倶楽部があるよ。活発に活動しているよ」と教えてくれました。ご紹介いただき、代表の方にお会いしました。そのお話の中でわかったことは、田舎暮らしを勧め、20 数年前から都会から八ヶ岳周辺に移住する人を応援してきたということです。移住してこられた世帯は約 900 世帯で、その中の約 350 世帯が『八ヶ岳ふるさと倶楽部』の会員となり、さまざまな趣味や自然を満喫するサークル活動や、あるいは困ったときに助け合う自助グループ活動など多様な活動を自主的に行っているのだそうです。

その活動の一つに、好きで移住してきたこの地で最期まで暮らし続けるための何らかの活動をしていこうというグループがあり、2 年間ほど勉強会を続けていることを知りました。その人たちと一度会って話し合ってみようということになったのです。

『八ヶ岳根っこの会』との出会い

2017 年 12 月以降に、自主活動をしてこられた方々と当法人理事と定期的に会合し、やりたいこと、やろうとしていることなどをどのように実現していくかなどと繰り返し議論を重ねました。「ホームホスピスのようなものを作りたい」「在宅で看取りをする方々へのボランティア活動をしたい」「人と語りあいたい人が集まるサロンをやろう」などという積極的な提案がありました。

そこで、当法人といっしょになって（協働で）、地域住民が求める何らかの事業をしようということになり、そのために任意団体を作ることになりました。その結果、名称は『八ヶ岳根っこの会』（以降、「根っこの会」と記す）とし、規約も作りました。

ハケ岳根っこの会の想い

「ハケ岳根っこの会」は、現在5人の陽気な仲間です。それぞれが長く務めた仕事を終えたり、仕事を少し減らして、北杜市に移り住みました。

私たちはここで最期まで暮らし続けるためには何が必要なのか、自分らしく生きるには何を準備しておけば良いのかを話し合いました。超高齢社会の当事者として、余力のある今、誰かの役に立ちたいと思い「根っこの会」を立ち上げました。山梨県に根付く「無尽」のように、多くの人と根っこでつながり、支え合えるような会を目指しています。

「わがままハウス山吹」が、この地域の人たちにとって、支え合いながら共に生きる心地の良い居場所であり続けるために、私たちも微力ながらお手伝いをしたいと思います。

2019.1月記

スマートウェルネス・・・モデル事業との出会い

当法人と市民団体「根っこの会」で、共同で何かを作り上げていこうということが確認されました。しかし何を作り上げるのかはしばらくははっきりしませんでした。何度も話し合う中で一致したのは、次のことです。

高齢の一人暮らしでも、ある程度の要介護状態でも、人生の終末期でも住み続けられる家のような居場所・建物を作ろう！

建物を作るということは、それ相応の金銭的な準備が必要ですが、当法人も「根っこの会」も経済的なゆとりは全くありません。さてどうやって実現するか……。何らかの補助金制度などないだろうかと探しました。

その結果、国土交通省の平成30年度（2018年度）「スマートウェルネス住宅等推進モデル事業」があることを知りました。これに応募し補助金を活用して実現していくことを目指そうということになりました。

2. モデル事業に応募した内容

1) モデル事業募集の概要

平成 30 年度スマートウエルネス住宅等推進モデル事業」とは、国土交通省の補助事業です。

「国土交通省では、高齢者・子育て世帯等の居住の安定確保及び健康の維持・増進に資する先導的な事業等を行う民間事業者などを下記 2 部門で公募し、国が選定した事業の実施に要する費用の一部を補助します。

一般部門：具体的に課題解決を図る先導性が高い事業

特定部門：健康の維持・増進に資する住宅の普及を図る事業

<提案事業の主な要件>

- ① 高齢者等の居住安定確保及び健康の維持・増進に資するために具体的に課題解決を図る取組みで、先導性が高く創意工夫を含むものであること
- ② 公開等により、高齢者等の居住の安定確保及び健康の維持・増進に資する住まいづくり・まちづくりの推進上効果を高めるための情報公開を行うものであること
(国土交通省の募集要項より)

2) モデル事業に応募した内容

事業提案名： 『支援付き共生すまい山吹』創設運営事業
～空きペンションのイノベーション～

事業の概要

最も空き家率の高い山梨県。さらに風光明媚な自然環境に恵まれて移住者が多い八ヶ岳南麓（北杜市）で、空きペンションを改築して高齢者・終末期の方などが住まい集う「支援付き共生のすまい山吹」を創設し運営する。

創設・運営にあたっては、住民組織『八ヶ岳根っこの会』と共同企画・運営する。住み慣れた人だけではなく、「ここに住んで、ここで最期を迎えたい」と地元以外の方でも利用できるようにし、高齢期の移住も含めて短期・長期にここに住み集える場・拠点をつくる。

事業の背景・解決しようとする課題

- ① 空き家率日本一（山梨県）で、ペンションの閉鎖・売却予定が多い
- ② 都会からの移住者が多い地域で、地縁・血縁が少ない住民が多い（*）
- ③ 人生の最期までこの地域で過ごしたいと希望しても実現できず、やむを得ず身内のいる地域に転居している高齢者が少なくない現状がある。また、在宅での終末期生活を支えるサービスが少ない。

- ④ 医療ニーズの高い病人・要介護者のショートステイの受け皿が少ない。
- ⑤ 要介護状態への不安、人生の終末期の居場所とケア内容についての不安のある人が多い。
- ⑥ 地域貢献する意思のある住民が多いが、主体的に力を発揮する機会・場・方法が少ない。
- ⑦ 提案団体である「一般社団法人だんだん会」は、移住者でサービス提供に熟達したものと、地元行政の立場で長年地域づくりに取り組んできたもののコラボレーションで設立した。他の理事も含めて、非営利で良質な医療・看護・介護・福祉の実現のために、地域住民のニーズに沿って制度化されていない事業も実施していくことを方針としている。

*移住者の推移と現状

飾り気のない自然環境を気に入って移住される方の多くは、定年前後の中高齢者である。子育てにおいては、ほどほどの田舎が好まれて移住される世代も多い。最近、本市への移住者の伸びは著しく、平成26年以降、出生を除く人口の社会増が、死亡を除く社会減を上回っている。移住者には転入時に市独自の調査を実施、最近の移住者は年間1,000人を上回り、東京都内からの移住者が3分の1を占めている現状である。

提案事業の全体像

1. 空きペンションを購入・改築し『支援付き共生すまい山吹』を創設する。

シェアハウスの規模として10名(室)程度が望ましいと考え、ペンションの規模が適当だった。

山吹が野生し、県立馬術競技場隣接の標高約1,000mの高原。

道の駅や地域開放型高級ホテルまで徒歩圏内の好条件の地。

2. 『支援付き共生すまい山吹』は3つの機能

①サロン『わたしの茶の間山吹』 (住民主体型サロン)

地縁・血縁が少ない住民のおしゃべり・つながりの場を住民主体で作り、運営する。

②24時間支援付き住宅山吹 (見守りつき住宅)

対象を限定せず、どんな状態でも入居できるようにする。

③別荘ホスピス山吹 (重度者ケアハウス)

ターミナル期の方、重度の医療ニーズのある方などが利用できるホスピス

3. 医療・看護・介護サービスは、プロのチーム集団

必要なサービスは『トッピング方式』(外部サービス利用)で行う。

- ・医師は、ご本人が選ぶ医師。必要時、訪問診療の医師を紹介する。
- ・介護と看護は、外からのサービスを利用するかデイサービスなどを利用する。

4. 運営は、「住みよい共生すまい作り地域会議」で進める。

地域住民や利用者本人も参加した会議で運営していく。

住宅及び施設の整備

<支援付き共生すまい山吹の建物の4つのモットー>

①居心地の良い空間

個室にいても、リビング・テラスでもさわやかな風が通り、近隣の林を散歩する人たちを身近に感じ、美味しい料理の匂いに誘われる居心地のいい空間。ガラス張りの林の中の入浴。

② つながりが作りやすい

広すぎない集う場所があちこちに。バーベキュー設備、燻製作り設備、お日様たっぷりのテラスなどがある。いっしょに散歩する道、いっしょに買い物をする店も近くにある。

③ 自立支援

自分で、あるいは自分たちで日常生活を送ることができるような工夫をしている。(いわゆる自立支援) 例えば、台所(一般家庭と同様の配置・備品・物品)、お風呂(広すぎず、危なくない工夫)、洗濯場の設置など。

④ 開放的

家にこもりきりになるのではなく、“出かけられやすく”“入りやすい”家になるような開放的な造り。窓が多く、玄関はもちろん、リビング・テラスが開放的な造り。

<改築のポイント>

築29年のペンションを、高齢者や終末期の方が暮らしやすく居心地のいい空間に改造する。

①エレベーター設置

②2階の中央に、いい景色が見え(北岳が見える)明るくちょっとしたおしゃべりができる空間に改造する。

③トイレや洗面所を自立支援と快適な空間の観点から作り直す

④バリアフリー化 玄関などの段差をなくす

⑤リビングを床暖房にする

標高約1,000mで寒冷地のため、安全な移動・心地よい居場所作りの観点から床暖房にする。

⑥浴室・脱衣室を、安全に自分の力で入浴できるようにする。また要介護5でも入浴できるようにリフトを設置する。

⑦台所の改築

解決方法における先導性・創意工夫点

1. つながりを重視した「支援付き共生すまい」にすること

多様なニーズのある利用者へのサービス等運営は難しい面があるが、訪問看護・介護に熟達した職員体制と連携で、多様な共同生活支援、ターミナルケアまで支えることができる。

単に高齢者住宅やホームホスピスではなく、不安な一人暮らしの方から、終末期の人まで幅広い層の方が利用できるようにし、利用者同士がつながりをもって暮らす家にすること。人口規模が小さい地域（北杜市人口 4.8 万人）で、地域の中の多様な需要・要望に応える内容となっている。

2. 地域住民が主体となって創設・運営を行っていくこと

当法人は、創設主旨として「地域住民の主体的な活動を支援・応援する立場で住みよい地域づくりに貢献していく」と掲げ、その結果、地域住民の主体的な任意団体『八ヶ岳根っこの会』（通称、根っこの会）の設立が実現された。「在宅ホスピスボランティア入門講座」、「サロン活動」は根っこの会の発案から出発した事業である。

今回の取り組みにおいては共同で事業創設・運営をすることとなり、入居者・利用者同士の潤滑油となり、さりげない見守りをご支援し、地域住民とのパイプ役となって、自らも充実した潤いのある生き方につなげていくことができる。

3. 在宅ケアのプロ集団と地域住民のコラボレーション

この地域では、ここ数年、在宅支援のネットワークを着実に進めている。訪問診療の中核となる医師、在宅重度者対応を得意とする看護師集団、一日複数回訪問して在宅生活を支える介護看護集団、困難に見える利用者でも支えるケアマネジャー集団などが存在する。さらにスキルアップして医療介護のプロ集団と、地域住民などが一緒になって取り組む。

3) モデル事業の評価

提案事業は、学識経験者からなるスマートウェルネス住宅等推進モデル事業 評価委員会（以下、「評価委員会」という。）において、以下の視点により総合的に審査・評価を実施されました。その結果、当法人の提案事業は評価され選定されました。その理由は以下のようなものでした。

在宅看護・介護や認知症ケアに先進的に取り組んできた提案者が、元ペンを地域での看取りも可能となる見守り住宅等として福祉的に活用する取り組み。近年の移住ブーム及び推進の動きを背景として、都市近郊の別荘地などの問題を的確に捉えた現実的な提案をしている点や、首都圏の多様な高齢期のライフスタイルを支えるモデルになりえる点を評価した。

3. 準備した具体的な内容

2018年8月末に、モデル事業の補助対象に選定され、2019年4月オープンに向けて具体的な準備を始めました。その主な内容は以下の8項目です。

1) 改築

前述のとおり、築29年のペンションを、高齢者や終末期の方が暮らしやすく居心地のいい空間するために、以下のような改築を行いました。

- ① エレベーター設置
- ② スプリンクラーの設置
- ③ 2階の中央に、いい景色が見え（北岳が見える）明るくちょっとしたおしゃべりができる談話コーナーを設置する。
- ④ トイレや洗面所の改築（自立支援・高齢者が使いやすく）
- ⑤ バリアフリー化 玄関などの段差をなくす
- ⑥ リビングを床暖房にする

標高約1,000mで寒冷地のため、安全な移動・心地よい居場所作りの観点から床暖房にする。

- ⑦ 浴室・脱衣室を、安全に自分の力で入浴できるようにする。
- ⑧ 台所の改築 共同生活しやすいように改築

改築の費用は、計画よりも増額となり、合計47,000,000円（税込み）でした。

補助金 18,384,000円

床面積：397.22㎡

2) 資金確保

<開設資金>

開設するにあたり、資金計画と実際の経費の概算は以下の通りです。7,000万円の資金計画でしたが、実際は改築費が12,000万円超過しました。その理由は以下のようです。

- ① 当初の計画にはなかったが途中でスプリンクラー設置をすることにしたこと
- ② 高冷地用の器具（例えばエアコンなど）に経費が追加になったこと
- ③ トイレや浴室などの改築に予想以上の経費がかかったこと（築30年のため）
- ④ 駐車場整備にかなり経費がかかったこと

開設資金計画と実際（概算）		単位：千円
	計画	実際の経費
建物土地取得費用	32,000	32,000
改修費用	30,000	47,000
その他の費用（家電・家具等）	2,000	2,000
合計	64,000	81,000

<資金確保>

資金確保（概算）		単位：千円
補助金	18,384	
寄付金・基金	15,000	
日本政策金融公庫借入	20,000	
個人借入	25,000	
その他	2,616	
合計	81,000	

スマートウェルネス住宅等推進モデル事業では改築費の2/3補助となっています。実際の改築費と補助金の比率が合致していないのは、申請の段階では含まれていなかった改築経費がその後増額となったためです。

3) 入居者確保

入居者確保のための方策としては、次のようなことを実施しました。

◆看板による宣伝

自動車の通りが多い立地条件を生かして、目立つように看板を取り付けて宣伝しました。



◆内覧会の実施

建物と実施内容を知っていただくために、3回の内覧・見学会を実施しました。

(別紙参照)



一般社団法人だんだん会

わがままハウス山吹

内覧会のご案内

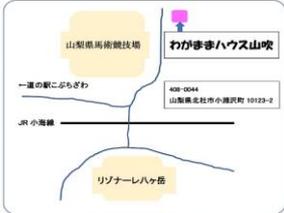
小淵沢に「**わがままハウス山吹**」(支援付き共生すまい山吹)が完成しました。**内覧会(説明会も)**を行いますので、お問い合わせの上、気軽においでください。

なお、下記以外でも随時、見学を受け付けています。下記まで連絡を!

第1回:<内覧> 2019年3月11日(月)10:00~16:00
<説明会>2019年3月11日(月)13:00~14:00 (詳細な説明をいたします)

第2回:<内覧> 2019年3月17日(日)13:00~16:00
<説明会>2019年3月17日(日)14:00~15:00 (詳細な説明をいたします)

第3回:<内覧> 2019年3月31日(日)10:30~12:30
13:00からスパテイオで 記念講演会・座談会があります。(別紙参照・HP参照)



住所: 北杜市小淵沢町 10123-2

<問い合わせ>

だんだん会法人本部 0551-45-9566

当日 090-9395-0509

◆随時の見学受付

開設後も随時見学を受け付けました。

◆ホームページでの宣伝

◆見学者・来客者の状況

オープンする前から多数の方が見学などに来所されました。

見学・来客者数は、オープン前に約 200 名、その後半年間で 200 名、合計約 400 名です。

来所の目的は、2 種類で『すぐに入所のための下見』（入居検討見学）と『一般的に見てみたい』です。開設後の来客者 200 名の状況は以下の通りです。

来客者の 83.5%は『一般的に見てみたい』『自分の老後のために見ておきたい』という方で、『入居検討のための見学』は、33 名でした。

開設後の来客数			合計200名
	一般的見学	入居検討見学	合計
件数	57 (76%)	18 (24%)	75
人数	167 (83.5%)	33 (16.5%)	200

4) 職員確保

『わがままハウス山吹』の職員として必要なのは、『寄り添いスタッフ』と名付けた資格を有しない一般市民です。“誰でもいい”というわけではなく、入居者の個人情報
の守秘・人権を守ること・生活を支援すること・自立支援を目指すことなどを理解し信
頼できる方を探すことになりました。

朝8時から夜8時までの12時間を2分して、6時間ずつの2交代制で実施すること
で募集を始めました。

幸い、いっしょに『わがままハウス山吹』を作り上げてきた『八ヶ岳根っこの会』の
みなさんの協力（自ら働くことと紹介）により、何とか確保できました。

『寄り添いスタッフ』は、市民・隣人として生活支援を担当しますが、介護はしませ
ん。介護が必要な方が入居した場合は、外付け（外部サービス）で主に当法人の介護事
業が担当するという仕組みです。必要に応じて日中の生活時間の12時間は2名が常駐
することになります。

5) 業務基準作り

『寄り添いスタッフは、何をするのか』を根っこの会の皆さんと何度も話し合いまし
た。介護をするのではなく、寄り添うってどういうことなのか……。具体的な内容を
1つずつ検討して『寄り添いスタッフの業務基準』を作成しました。



寄り添いスタッフの役割

1. 利用者の側に立って、市民（家族・近隣）の視点から、身近にいて支援する
2. 介護ではなく、「生活支援」・「生きること支援」を重視した支援をする
3. 「孤立せず」、「つながりを無理強いしない」生き方支援をする
4. 介護職員・医療系職員との連携・橋渡しの役割を果たす
5. ご自分らしく生ききることを大胆に支援する

「業務基準」より抜粋

6) 「住みよい共生すまい作り地域会議」開催

『わがままハウス山吹』を地域の皆さんといっしょに作り・運営していくという方針のもとに、オープン前の2月に上記の地域会議を開催しました。

当日は、根っこの会、医療関係者、介護事業者、地域住民代表、当法人関係者など13名の参加でした。作ることになった経緯や目的、実際の運営方法について説明のあと懇談しました。

「こういう家があるととても安心できるのでありがたい」

「“この家で死にたい人、大歓迎”とパンフレットに書いた方がみんな安心できるのではないか」

「退居規定をしっかり作った方がいいでしょう」

「夜間帯に職員がいないことがちょっと不安なのは」

「でも基本的に家なので、選択肢の一つとしてはいいのではないか」など、活発な意見交換ができました。

7) 記念イベント

日頃から地域住民のみなさんといっしょに勉強しあい意識を高め合う場を持つことをとても大事だと思っていて、ことあるごとにそういう機会を作っています。

そこで、開設記念イベントとして次のような企画をしました。

第2弾!!

『わがままハウス山吹』開設記念講演と座談会

大好きな北杜で最期まで! 参加費 無料

末期がんでも老衰でも、一人暮らしで身寄りがなくても
「自宅での最期」を可能にするために

日時： 2019年3月31日（日） 13：00～15：30
場所： スパテイオ小淵沢 （北杜市小淵沢町 2968-1）

内容： 講演
「家でお迎えを受けるために必要な知恵」
講師：川越 厚氏（在宅ホスピス医）

座談会 **「本当に家で死ねるの？」**
コーディネーター：福富みずほ氏（きよさと診療所所長）
講師：樋川 牧（地域看護センター あんあん 所長）
：清水雪江さん（アルプス居宅介護支援事業所）
：佐藤彰啓氏（ふるさと情報館代表）
：利用者代表（患者・利用者代表）

**10：30～12：30 「わがままハウス山吹」の内覧会です。
お誘いあわせの上、どうぞ現地へ!**

お問い合わせ・お申込み先
一般社団法人**だんだん会** TEL 0551-45-9566
URL <http://www.dandankait.com/>

120名の参加者で、「とても有意義だった」という感想をいただきました。

Ⅱ 事業開始以降

2019年4月より事業開始しました。その内容は、一つは多目的ホールを利用したサロン活動で、もう一つは、長期・短期の入居です。

1. サロン活動

2チームのサロン活動が実施されました。

1) 「わたしの茶の間」(根っこの会主催のサロン)

サロン「わたしの茶の間」は、人と人との繋がりを深め、お互いに支え合う地域社会を目指してスタートしました。最初は2018年6月、だんだん会本部の居間をお借りして始めました。参加者募集の際、「毎月2回そして1年間継続して参加してほしい。一緒にお昼ご飯を食べ、おしゃべりをする。」を掲げました。参加者13人(男8人、女5人)は主体的に会を運営することにも賛同してくれました。回を重ねるごとにお互いにどんな人なのかが分かってきたように思います。そのための工夫として、毎回おしゃべりのテーマをみんなで決めて一人ずつ話しました。誰もが話せる内容や、普段の生活では考えたことがないような内容も、一生懸命考えたり思い出したりして、みんなの前で話すことになります。話したり聞いたりすることで互いを知ることができました。

2年目も継続してサロン「わたしの茶の間」を行うことを参加者自身が決定しました。

その2年目に、だんだん会が「わがままハウス山吹」を開設し、2箇所目のサロン「わたしの茶の間 山吹」(以降、「茶の間」と記す)を行うことを支援して下さいました。2019年からはサロンを2箇所で開催しています。

「茶の間」は新しく参加者を募集して、2019年6月からのスタートです。参加者は7人(男3人、女4人)、そして根っこの会の5人。昼食を挟んで午前10時から午後2時まで気兼ねの無い楽しい時間を過ごします。

「茶の間」の参加者の中には、花の時期に庭の草花をたくさん摘んで持ってきて下さったり、「わがままハウス山吹」の庭の手入れをボランティアで行って下さる人たちもいます。また、「わがままハウス山吹」を会場にして音楽会を行ったときは、「わがままハウス山吹」の入居者の皆さんと「茶の間」の参加者との賑やかな交流がありました。

私たち「八ヶ岳根っこの会」は、年を取り、ひとり暮らしになって、『一人でいる時間が長くて寂しい』『気軽に誰かと話したい』『ランチを誰かと食べたい』と思ったときに、サロンで親しくなった人たちがお互いに支え合うことができるのではないかと、希望を持ってサロン活動を続けたいと思います。(根っこの会 記)

2) 「オレンジサロンこぶち」(当法人主催、認知症カフェ)

「オレンジサロン(認知症予防) わいわいこぶち」を、「わがままハウス山吹」がある小淵沢町内で、平成30年7月から開催しています。

参加者の方がご提供してくださった「小さな元レストラン」で月に1回開催し、1年が経過したその時に「わがままハウス山吹」との出会いがありました。

「オレンジサロン」は、認知症になっても安心して暮らせる地域を実現するための一つとして始めた事業です。この地域の認知症の方、その家族、認知症に不安を感じて重症化予防に取り組みたい方などの居場所づくりを、そして認知症対策に関する情報を発信できる場所が数多く増えていくことを目指して実施しているものです。

サロンへの参加者が増え、「小さな元レストラン」が手狭になったことを機会に、あらためて目的達成の場所として「わがままハウス山吹」が最適ではないかと、運営するボランティアで検討し、「1階の多目的ホール」を使用して月に1回開催することになりました。

オレンジサロンには、認知症と診断されていないが不安や悩みを感じている方も参加されています。わがままハウス山吹入居者の方もご希望がある方には参加していただいています。

「支援付き共生すまい山吹」は、オレンジサロンを通じて「老後の自宅以外の選択肢の住まい」として、参加者をはじめ、地域の方に知っていただき、「住まい(空間)」を自身の目で見て肌で感じて「自分らしい暮らし方」を考えるきっかけになっていたことを実感しています。



歌声清らかに！
ギターと
ハモニカの伴奏で



フラワーアレンジメントに挑戦



簡単にできる非常食を只今試食中です。

2. 入居者支援

入居者状況

1) 相談・問い合わせ状況

開設後、半年の月ごとの来客者状況は、下の表のようです。

一般的見学者は、1か月に10名～20名、入居を検討するための見学者は、おおむね1か月数名です。この状況は若干減少傾向ですがその後も続いています。

6月・7月の一般見学者が多い理由は、当法人を応援してくれている住民の1人である上野千鶴子氏（社会学者、東大名誉教授）が、テレビ番組『情熱大陸』に出演したことが関係すると推測されます。上野氏が直接「わがままハウス山吹」に来所して中を案内する画像がテレビで紹介されたのです。その番組を見た全国の方から問い合わせがあり、見学希望者が多かったのです。

（ただし、2020年2月頃よりは、新型コロナウイルス感染予防のために、一般見学は中止しています）

月別来客者数			
	一般見学	入居検討見学	合計
4月	25	11	35
5月	24	8	32
6月	46	1	47
7月	40	0	40
8月	12	2	14
9月	20	12	32
合計	167	34	200

入居を検討するために来所した方の中で、入居申し込みをされた方は、大きく2群に分かれます。

<即、入居を希望する方>

後述する入居された方の例のように、一人暮らしの限界や家族の介護状況の変化、あるいは本人の身体状況からすぐに入居したいという方々です。1年半の期間は、ほぼ待機期間なしに入居できました。

<今すぐではないが近い将来入居したいと申し込まれた人>

「入居したいときにすぐ入居できない可能性が高い。申し込みをしておかなければ入居できないので申し込みをしておく。ただし、順番がきてもまだ入居したくない時は順送りにしてほしい」という方が数名います。

入居を検討したが、申し込みをしなかった方の最も多い理由は、『夜間の見守りや介護がないこと』『利用料が高いこと』でした。

2) 入居・退去状況

1年6か月の入居者数は、合計25名でした。大きく分けて2つの群に分かれます。

1つは、入退去日が決まっている短期利用者（ショートステイ）7名と、もう一つの群はそれ以外、つまり入居期間に関係なく入居した方で18名でした。

入居者数			
	入居(短期以外)	短期入居	合計
入居者数	18	7	25

入居・退去状況			
	入居者数	退去者数	入居者実数
2019.4	4	0	4
5	2	1	6
6	0	0	5
7	1	1	6
8	1	1	7
9	2	1	7
10	2	0	8
11	2	1	10
12	2	0	11
2020.1	0	0	11
2	0	0	11
3	0	2	11
4	0	0	9
5	2	0	11
6	0	0	11
7	0	0	11
8	0	0	11
9	0	0	11
合計	18	7	

開設した2019年4月の入居者数は4名で、その後少しずつ増えていき、年末には満室状態となりました。その間、退去者もいましたが2020年に入ってからほぼ満室状態です。

開設計画では、入居していただく部屋は10部屋とし、1室は倉庫かあるいは緊急の対応ができる部屋（あいまい部屋）と位置付けていました。

ところが実際に入居する方が部屋を選ぶ段階で「あいまい部屋」を希望される方がいたので、実質的には入居していただく部屋が11部屋となりました。

また当初は、長期入居用を8部屋、ショートステイ（短期利用）を1部屋、そして緊急用に1部屋という運営をする計画でしたが、長期・短期ではなく「とりあえず入居」が多かったのと明らかな短期利用という人が少なかったため結果的に長期入居が多くなりました。

ただ、緊急入居のためのベッド・空間は確保してあります。

3) 入居者の概要

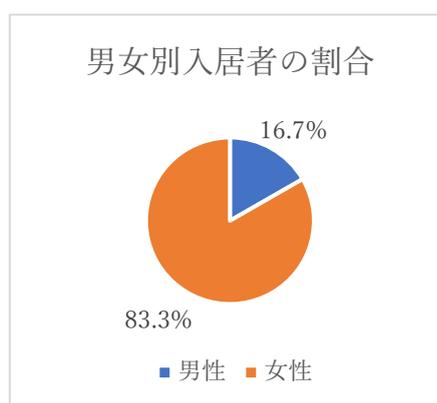
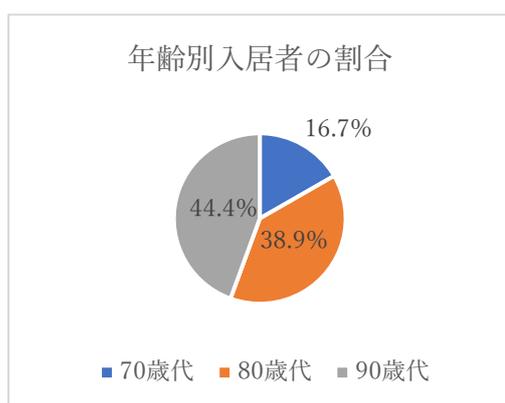
ショートステイの入居者以外の18名の入居者の概要は次の通りです。(ショートステイの入居者については後述)

(1) 年齢・性別

年齢は、70歳代が3名(16.7%)、80歳代が7名(38.9%)、最も多いのが90歳代8名(44.4%)でした。

男女比は、男性が3名(16.7%)、女性が15名(83.3%)と圧倒的に女性が多かったです。

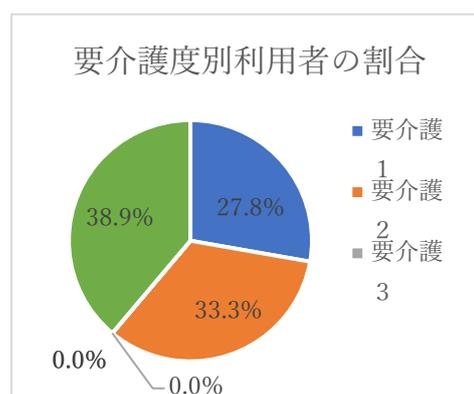
年齢・性別				
	男性	女性	合計	割合
70歳代	1	2	3	16.7%
80歳代	1	6	7	38.9%
90歳代	1	7	8	44.4%
合計	3	15	18	
割合	16.7%	83.3%	100.0%	



(2) 要介護度

入居時に介護が必要な要介護者は11名(61.1%)、要介護度なしの方が7名(38.9%)です。要介護度の内訳は、要介護1が5名(全体の27.8%)、要介護2が6名(全体の33.3%)で、要介護3以上はいませんでした。

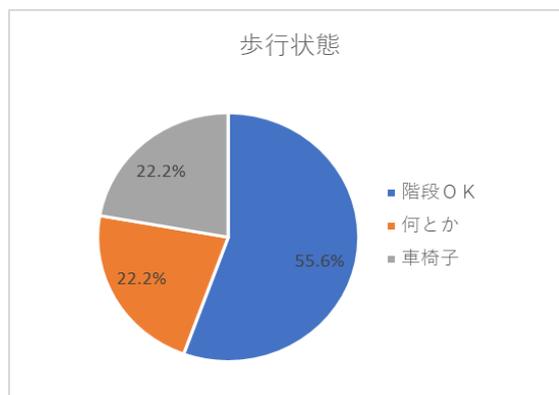
要介護度	(入居当時)	
	入居者数	割合
要介護1	5	27.8%
要介護2	6	33.3%
要介護3	0	0.0%
要介護4	0	0.0%
要介護5	0	0.0%
なし	7	38.9%



(3) 歩行状態

入居時の歩行状態は、階段昇降が可能な人が約半数で、車椅子移動の人が4名(22.2%)です。なるべくエレベーターを使用せずに、積極的に階段利用をすすめています。

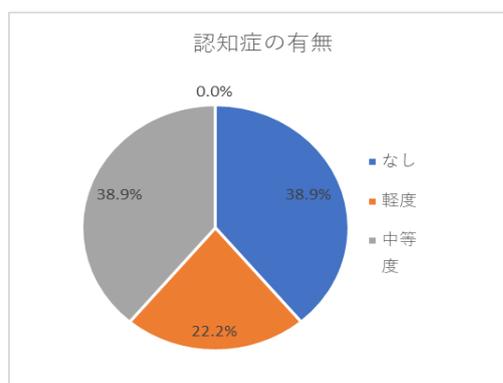
歩行状態		
	入居者数	割合
階段OK	10	55.6%
何とか	4	22.2%
車椅子	4	22.2%



(4) 認知症の有無

認知症の有無は、まったく認知症がない人が7名(38.9%)、認知症がある人のおおまかな程度は以下の通りです。

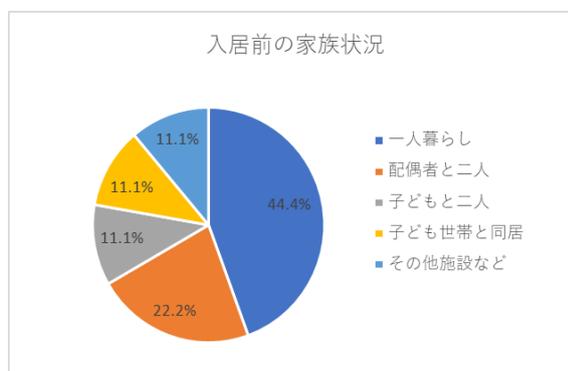
認知症の有無		
	入居者数	割合
なし	7	38.9%
軽度	4	22.2%
中等度	7	38.9%
重度	0	0.0%



(4) 入居前の家族状況

入居前の家族状況は、一人暮らしが最も多く8名(44.4%)、次いで配偶者と二人暮らしが4名(22.2%)です。その他の施設からの転居者が2名で、他のサービス付き高齢者住宅とグループホームでした。

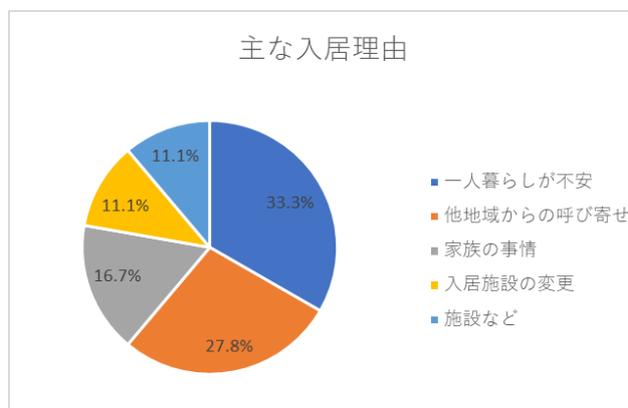
入居前の家族状況		
	入居者数	割合
一人暮らし	8	44.4%
配偶者と二人	4	22.2%
子どもと二人	2	11.1%
子ども世帯と同居	2	11.1%
その他施設など	2	11.1%



4) 入居理由

入居の理由は複雑に関係している場合がありますが、主な理由は以下のようです。

主な入居理由	入居者数	割合
一人暮らしが不安	6	33.3%
他地域からの呼び寄せ	5	27.8%
家族の事情	3	16.7%
入居施設の変更	2	11.1%
その他	2	11.1%



(1) 一人暮らしが不安

一人暮らしが不安で山吹（シェアハウス）を選ばれた方は6名です。その中で、もともと地元で生まれ暮らしてきて、一人暮らしが不安でシェアハウスを選ばれた方は2名です。4名の方は移住者で10数年前にこの地に移住し、その後一人暮らしが困難・不安のために家を処分し転居なさった方もいます。

この地域の特徴の一つが首都圏・静岡・愛知などからの移住者が多いことが挙げられ、“移住者の終活問題”などといわれています。選択肢の一つとして、わがままハウス山吹が考えられているということを知りました。それで見学者も多いのだと思います。

(2) 他地域からの呼び寄せ

「他地域からの呼び寄せ」というのは、“移住された60歳代の方が、親兄弟の介護等のために主に首都圏からこの地に呼び寄せた”ということです。高齢の両親が首都圏等に住んでいて、定期的に通って介護等をしてきたが、こちらに呼び寄せて世話をする段階になり、呼び寄せたというケースです。しかし同居できない様々な理由があり、近くで安心できて食事の心配もないところを探し、わがままハウスに入居という選択をした方です。

「呼び寄せ」の内容をもう少し詳しく見てみると、一つは、退院をきっかけに呼び寄せるケースです。親が他地域で一人暮らしをしていたが脳卒中や骨折などで入院し、その後一人暮らしが困難になり、とりあえずこの地域に呼び寄せ、わがままハウス山吹に入居し病状の回復状況をみながら、今後の住む場所を選ぶというような内容です。

「呼び寄せ」の2番目は、要介護度が重度化し呼び寄せるケースです。要介護度の重度化に伴い、移住された子どもさんたちが目の届くところ（施設等）で見守るために呼び寄せるといったものです。

「呼び寄せ」の3番目は、首都圏に住む単身の兄弟が、がんの終末期の段階になり、ホスピスの利用ということで妹さんが呼び寄せたケースです。

(3) 家族の事情

介護していた同居家族が病気になり急遽入院となり、まだ要介護認定も受けていなかったために、避難場所的な利用をされたケース。あるいは、諸事情で住民票が他地域にあり急遽利用できるサービスがなかったための避難などです。

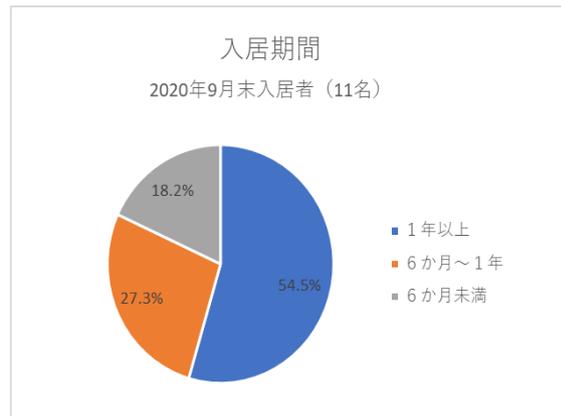
(4) 入居施設の変更

それまで入居していた「サービス付き高齢者住宅」「認知症グループホーム」に不満があり、自分に合ったより良い居場所を探してわがままハウス山吹に転居されたケースです。

5) 入居期間

1年半を経過した2020年9月末に入居している11名の入居期間は、以下の通りです。開設の初期から1年以上入居している人が6名(54.5%)です。

入居期間		
2020年9月末の入居者(11名)の入居期間		
	入居者数	割合
1年以上	6	54.5%
6か月～1年	3	27.3%
6か月未満	2	18.2%



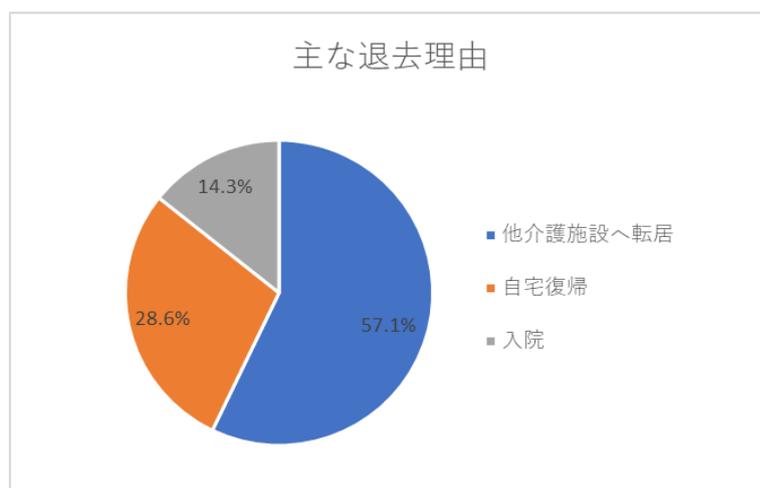
6) 退去者数とその理由・入居期間

開設してから1年半の間に退去された方は7名です。主な退去理由で最も多いのは、他介護施設への転居で57.1%です。その内容は、認知症が悪化してグループホームへ入居された方、あるいは介護老人保健施設への入居などでした。

自宅復帰された方は、一時的に足・腰などの痛みが激しく自力での移動ができなくなり高齢の家族が介護できない状態だったのですが、入院適応でもなくわがままハウス山吹での生活で改善し、自力移動が可能になり自宅に戻った方です。もう一人は、新型コロナウイルス感染問題で、自宅療養に切り替えた方です。

4日間で退去された方は、がん末期の時期をわがままハウス山吹で過ごそうと入居されたのですが、他の激しい症状が出現し入院し、その後短期間で死亡されたとのことです。

主な退去理由と入居期間 (退去者数 7名)			
	入居者数	割合	入居期間
他介護施設へ転居	4	57.1%	約3ヵ月
自宅復帰	2	28.6%	1.5ヵ月 7ヵ月
入院	1	14.3%	4日



7) 入居後の生活の様子

入居される方には、別紙のような『入居者の皆さまへ』という内容で、ここでの生活の送り方の説明をしました。(契約書の取り交わしは、ご本人の場合とご家族の場合があります)

それぞれの入居者の皆さんは各自の入居理由・目的があり、日々の過ごし方も全くまちまちです。その一部を紹介します。(個人情報に関係するので、一部編集して記述しています)

Aさん

1人暮らしで年老いていく自分のこれからを考えて、まだ自分で判断ができるうちに終活をしようと家を処分して入居なされた。まだ車の運転もできるので、わがままハウス山吹を拠点に暮らそうと。調理もできるので自炊。他の入居者の世話もやらせていただけるならやりたい。

一人暮らしの時には、一日中誰とも話をする事もなくだったが、ここにきてとても楽しい。誰かがいてくれることが安心。一人になりたいときには自分の部屋で過ごせばいい。いっしょに暮らすことで煩わしく思うときもあるが、それよりは家に音や話声があることが安心。急病の時にもいつでも相談にのって対応してもらえるので、とにかく安心。

Bさん

サービス付き高齢者住宅に入居していたが、つまらなかった。自分の部屋にトイレも浴室もあったが、いつも自分の部屋で一人。食事の時には食堂に行って他の入居者といっしょに接したが、話しかけてもうまく返事ができない人などが多く、話し相手がいなかった。

ちょっとしたおしゃべりな会話を楽しみたいのにできなかった。ここは「おしゃべりを楽しむところだ」と聞いて入居した。職員の方も他の入居者もみんなよくおしゃべりする。笑う機会も増えた。私は耳が遠いけれど、みんなそれに配慮してくれるのでとても嬉しい。

散歩が何よりも好きなので、それを十分に理解してくれるわがままハウス山吹に今のところ満足。

Cさん

他県で一人暮らしをしていたが、病気が悪化して入院した。退院の許可が出たが一人暮らしが不安で、自信がつくまで数か月くらい、娘の近くのこのわがままハウス山吹でリハビリをしながら暮らすことになった。

4ヵ月ほどで歩行も安定して杖も必要なくなって今後のことを娘たちと相談した。自分としては、“住み慣れた地域”ではなく、新しく移り住んだこの地域のこのわがままハウス山吹での生活がとても心地いい。それで、ここで長期に暮らすことにした。

季節ごとに干柿作り、たくあん漬け、その他やりたいことを実現できるのでとてもいい。他の入居者も職員もみんないい人ばかりなので安心。

Dさん

(娘さんの言葉) 東京で一人暮らしをしていた母が超高齢で認知症になりかけてきた。とても一人にしておけないので、移住した私の家に迎え入れたが、私も高齢で母の介護ができなかった。大型の介護施設に入所させることには抵抗があり、どうしようかと探していたところ、わがままハウス山吹を知った。

入居後、母はなじんでみなさんと一緒に暮らしていけそうだと安心した。ただ、認知症の進行を考えてグループホームも申し込んでいた。数か月後やはり認知症が進行した。ちょうどグループホームに入居できることになり転居した。

Eさん

病気がちで寒い家（本当に寒いんです）で、一人で暮らすことに不安だった。冬の期間だけ暖かいところで他の皆さんとおしゃべりしながら暮らして自分の体をリセットしたいと、知人の紹介で入居した。

一人暮らしと違ってシェアハウスは、さまざまな価値観の人が集まっているので、その違いに戸惑ったり、気分を害したりいろいろなことがあった。

体調も良くなってきたので、目的達成で共同生活を『卒業』して、自分で暮らすことにした。

Fさん

移住して20年。知人も友人も多く楽しく暮らしてきた。自分ではまだ大丈夫だと思うのに、離れて住んでいる子どもたちや友人たちから、「わがままハウス山吹」に入居した方がいいと勧められた。それで、一度体験入所と思って2泊3日で入居してみた。自分に合っていると思ったが、まだ一人暮らしができるので長期入居はしなかった。

ところが、病気が悪化して緊急入院してしまった。退院することになったが、周囲のみんなに入居を勧められ、一度体験していていいと思ったので長期入居した。

職員や他の入居者といっしょに食事作りをしたり、声を掛け合って散歩や買い物に出かけたり（コロナの前）、また外食にも出かけて楽しんでいる。

入居者の皆さんへ

この家は、みなさんが“自由に”“わがまま”に生活し、生きていくことを応援する場です。『第2の我が家』と思って伸び伸びとお過ごし下さい。

■朝8時から夜8時までが行動時間です

その間は、寄り添いスタッフが常駐します。

- 朝8時に玄関の鍵を開け、夜8時に鍵をかけます。その以外の時間の出入りは遠慮ください。(状況により、配慮します)
- 食事は、おおむね8:30と12:00と18:00です。その日の状況により変動します。
- 食事メニューは、なるべく入居者のみなさんの希望に沿って準備します。外食も自由です。
- 午前と午後に「おやつタイム」がありますので楽しみましょう。

時間がずれることはありますが、自分で出かけてきてくださって結構です。その時の体調や気分で参加しなくても結構です。お声はかけます。

■台所の使用

台所の使用は、自由です。安全上、IHとなっています。

使用方法はフタッフに聞いてください。

台所を使用して食事を作る場合は朝8時から夜8時までです。

■食事作り

- 食事の契約をしている方には、基本的に職員がお食事を作り提供致しますので手伝わなくて結構です。ただ、一緒に食事作りやおやつ準備を希望する方はどうぞお手伝いください。大歓迎です。
- 介護保険のサービスの関係で、自分でやっていただく場合がありますので、了解ください。

■浴室の使用

入浴は、朝8時から夜8時まで可能です。一日何回でも利用ください。

安全上、スタッフが心配りしますので、相談の上入浴してください。

入浴前後はスタッフに声掛けをお願いします。

シャンプー・リンス・石鹸などは備え付けの物を使用するのは自由です。

■洗濯機の使用

洗濯機は3台あります。どれでも自由にお使いください。

使用方法は、スタッフにお尋ねください。

物干しも自由にお使いください。

間違いやすい場合がありますので、名前の記入をお勧めします。

■居室以外の共有スペースの使用

2階の談話コーナーや1階の食堂・居間・多目的ホール・デッキなどは自由にお使いください。なるべく共有空間を利用いただき入居者同士交流していけるようにしましょう。

■外出

- 外出は自由です。外出前後は必ずスタッフに声をかけてください。帰宅予定時間をお知らせください。
- 外出支援・送迎支援が必要な場合は、前々日までにスタッフにお知らせください。なるべく対応できるように努力しますが、できない場合は相談させていただきます。
- 外出支援は、**有料**です。1時間以内の片道・・・1,200円
1時間以上の場合・・・1時間 1,200円
1時間を超えたら、2時間分の料金となります。
二人で外出する場合は、一人で上記の料金です。

■掃除支援（お部屋）

- 掃除支援を希望する方は**有料**です。1か月・・・5,000円

■お部屋訪問

時々、スタッフがお部屋をお尋ねすることがあります。気軽にご相談下さい。

■金銭・品物の授受について

- 入居者同士、あるいは職員個人へのプレゼントなどは禁止します。
- 善意で差し上げたいものなどがあるかもしれませんが、様々なトラブルの原因になる可能性がありますので、基本的には禁止です。
- “どうしても”の場合は、職員に声をかけてください。個別に対応させていただきます。

■緊急電話

夜間、緊急に連絡が必要な場合（急病・急な出来事など）を考慮して、緊急のための携帯電話の保持を希望される方は、お知らせください。無料でお貸しします。

緊急電話 000-0000-0000

他の入居者さんを、共に暮らす仲間として尊重しあって暮らしましょう。
ご自分の家と思って、改善点などいつでもおっしゃってください。

8) 入居後のアンケート結果

開設後半年が経過した 2019 年 10 月に、入居者の皆さんに入居後の生活についてアンケート調査を行いました。入居者 9 名の結果は以下の通りです。

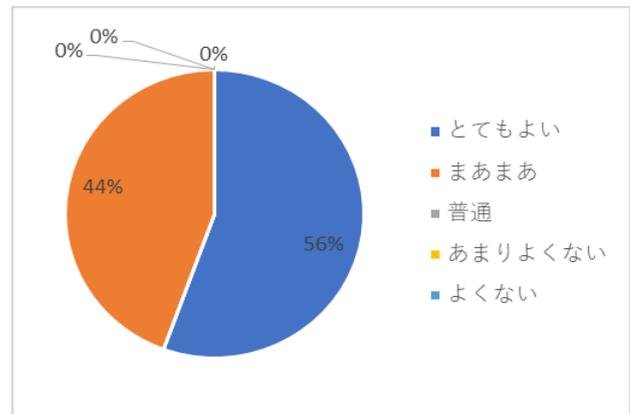
それぞれ 5 段階評価です。

1. とてもよい
2. まあまあ
3. 普通
4. あまりよくない
5. よくない

1. 全体的な評価

全員が「とてもよい」「まあまあ」という評価でした。

1	とてもよい	5	56%
2	まあまあ	4	44%
3	普通	0	0%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



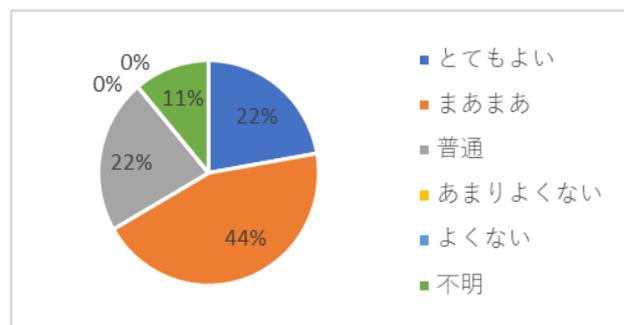
<自由記載>

- ・これだけ自由勝手にさせていただけることは驚きです。
- ・スタッフの人間的なレベルの高さ・資質・人柄においても素晴らしく感謝の日々です。
- ・スタッフがやさしい
- ・夜間にスタッフが誰もいないことが不安に思う。

2. 食事

「まあまあ」と答えた人が 44%で最も多く、「とてもよい」「まあまあ」「普通」ということで、「よくない」という答えはありませんでした。

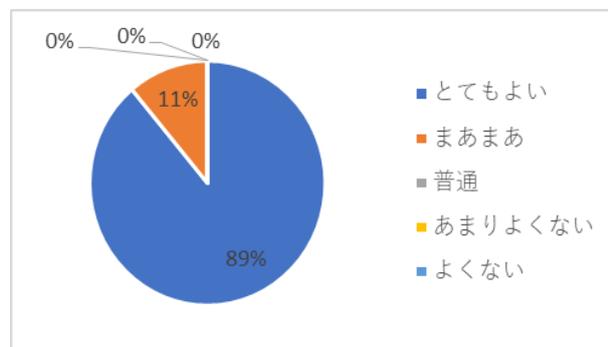
1	とてもよい	2	22%
2	まあまあ	4	44%
3	普通	2	22%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%
6	不明	1	11%



3. 職員の対応

職員の対応は、「とてもよい」89%と高い評価でした。

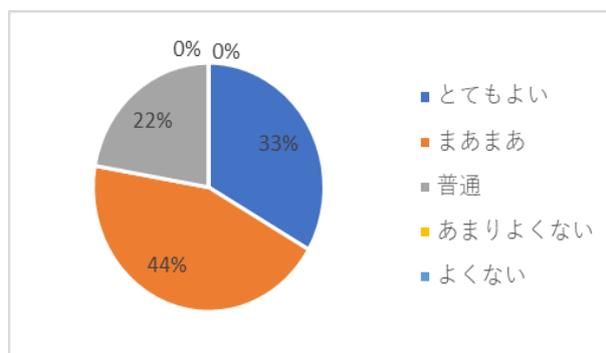
1	とてもよい	8	89%
2	まあまあ	1	11%
3	普通	0	0%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



4. 入居者同士の人間関係

入居者同士の人間関係は、「まあまあ」と答えた人が44%、「とてもよい」33%でした。「あまりよくない」「よくない」という答えはありませんでした。

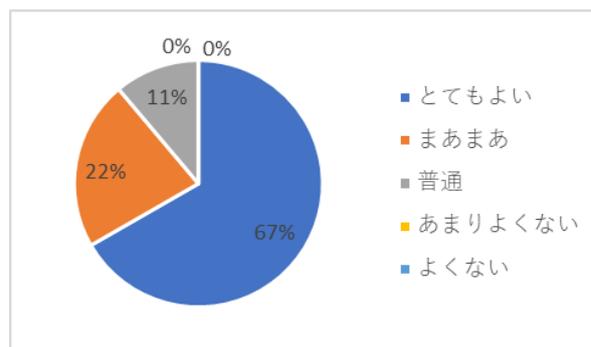
1	とてもよい	3	33%
2	まあまあ	4	44%
3	普通	2	22%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



5. 部屋・建物

「とてもよい」と答えた人が67%と最も多く、「まあまあ」も含めると、建物や部屋については高い評価でした。

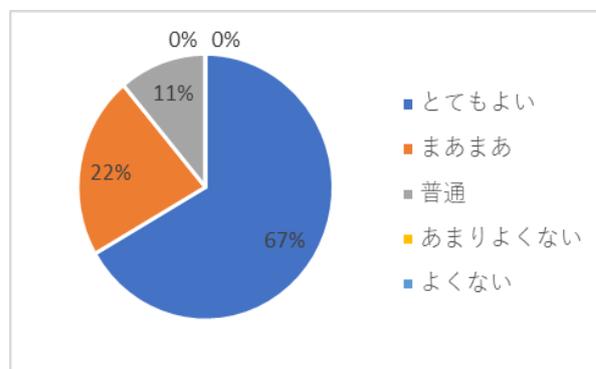
1	とてもよい	6	67%
2	まあまあ	2	22%
3	普通	1	11%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



6. 生活の自由度

生活の自由度は、「とてもよい」67%、「まあまあ」22%と高い評価でした。

1	とてもよい	6	67%
2	まあまあ	2	22%
3	普通	1	11%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



7. アンケート結果より

6項目のアンケートの結果をみると、大多数の入居者がそれぞれについて高い評価で、満足しているといえそうです。

しいて挙げれば、「食事について」は、献立、味付け、量、嗜好など個別性が最も高い事項であり、評価は常に変動します。その時々意見を聞きながら満足度を高めていくことが求められます。

また、「入居者間の人間関係」も入居者が変動することにより、さらに時間の経過とともに評価は変動することが予測されます。入居者同士の努力・工夫も含めて、いつも課題だろうと思います。

9) ほっこりミーティング開催

『ほっこりミーティング』とは、入居者と職員代表と運営法人（だんだん会）との話し合いのことです。これは計画していたわけではないのですが、実際の生活が始まり入居者が生活していく上での様々な課題が出てきたときに、その解決方法の一つとして位置づけて実施し始め、とても必要なものだと思っているものです。

入居者と職員・法人の関係が「入居させてあげている」「ここの規則はこういうものだから守ってください」というものではなく、入居者のいわば“自治会”のようなものが必要なのではないだろうかと考えていました。つまり受け身ではなく、いっしょになって暮らしやすいシェアハウスを創り上げるという関係です。

そういう立ち位置になっていただき、いっしょに創り上げていくように運営できることをめざしていますので、この『ほっこりミーティング』をほぼ定期的に行っています。

例) 第1回 ほっこりミーティングの内容

◎外出支援における料金についての確認

◎入居者同士、あるいは職員との金銭・品物の授受について

◎入居者の方と遠出のショッピングを楽しみたい

◎自分のお部屋から出る時は、カギを必ず掛け事務所に預ける。

◎食事について

食事量・献立の内容、味付け、だしの取り方など個人の好みをどこまで取り入れるか。 EX. おつゆに煮干し、昆布等ダシをきかせて欲しい

しっかりとした濃い味にしてほしい いや薄味にしてほしい

70歳代の人と90歳代の人では食事量が違う。どうするか

- ・新型コロナウイルス感染の問題が起きてから外出の機会が減った。家の中で卓球をやりたいので、道具を購入してください
- ・夏は早朝散歩をしたい。玄関の鍵を早く開けてほしい
- ・他の入居者の噂話は、なるべく止めよう。
- ・漬物をつけるとか、手作りおやつを作るなど自由にやってもいいのか

など、法人に対しての要望もあるし、入居者同士の約束事の確認など多様な意見が出ます。

自分たちの決め事を忘れてしまう方もいるので、貼り紙も応用します。

10)短期入所(ショートステイ利用)の入居者について

入居日と退去日を決めて入居された方を短期入所(ショートステイ利用)としました。1年半で7名が入居しました。

短期入居の目的	人数
体験入居	5
休養入居	1
自宅生活へのつなぎ	1

(1)体験入居

7名中5名は、体験入居でした。要介護状態で、自宅で生活しているが、今後の居場所とし入居を体験してみたいと、2泊3日程度の入居でした。家族が介護できない場合や介護保険でのショートステイ利用を希望しない場合の居場所として考えたいということで体験入居しました。

その中で、この1年半の間に再利用された方が1人います。その方は、一人暮らしの男性です。「様々なサービスを利用しながら何とか自宅で暮らしているが、近々それが無理になるだろう。その時に自分はどのようなところで暮らすか」選択肢の一つとしてわがままハウスでの生活を体験された。2019年の台風19号の時にその方の家は避難地域に指定され、学校の体育館に避難の指示が出た。体育館では自分でトイレにも行くことができず、移動も無理。その時にわがままハウス山吹なら大丈夫だと避難のために1泊入居されました。

(2)休養入居(レスパイト)

80歳代後半の女性です。家族二人を介護しているとのこと。「それぞれにヘルパーさんがきて介護してくれるんだけど、私がどうしても介護しなければならない。自分も世話をしてほしい年齢なので、とても疲れる。心身の疲労が溜まっている。たまには自分を休ませてあげたい。2泊3日でお姫様のような生活ができるんですか！露天風呂のようなお風呂に入り、ゆっくりお昼寝して、黙っていてもおいしいお食事ができるなんて何て素晴らしい！それだけならホテルでもできるけれど、ここのいいところは、おしゃれなおしゃべりができること。お知り合いにこれからもつながっていける。時々利用したいわ」ということでした。そういう需要もあるんだなあと思いました。しかし、その後、この方の利用はまだありません。

(3)退院後、自宅生活までのつなぎ入居

たくさん症状がありながら自宅で一人暮らしをしている80歳代の女性の方です。症状があるまま退院となるが、一人暮らしの自信がないので1週間のつなぎ入居・慣らし入居ということで入居されました。その後は、自宅で生活されています。

職員状況・諸サービス

1) 寄り添いスタッフ

朝8時から夜8時までの12時間は、職員が常駐する体制で、前述した寄り添いスタッフが必ず一人はいます。8時から14時の6時間（通称A勤）と14時から20時の6時間（B勤）でシフトを組んでいます。担当する職員は、6名～7名でそれぞれの働く条件に合わせて担当します。業務マニュアルに沿って、主に食事支援・家の管理整備なども担当しますが、入居者の生活・心に寄り添い、日常生活を豊かに張りのある生活・生き方ができるように支援する役割です。

入居者が増えるにつれ、業務量が多くなり、途中から食事作り・支援を担当する職員を別に配置しています。

2) 介護スタッフ

わがままハウス山吹としては介護スタッフを雇用してはいません。要介護の入居者数・状況によって外部サービスとしての「定期巡回・随時対応サービス」を利用しています。北杜市内で「定期巡回・随時対応サービス」を実施しているのは、当法人の「定期巡回てくてく24」（「てくてく」と略す）だけです。

入居者が少なく、要介護者があまりいない時期は、てくてく職員はスポットで必要な時間帯だけ支援に勤務するというやり方でしたが、要介護の入居者の増加に伴い、てくてく職員が常駐し必要に応じて加えていく方法をとっています。

「わがままハウス山吹」入居者の中で、要介護で「てくてく」を利用する入居者が常時5～7名いますので、てくてくの職員は朝8時から夜8時まで交代で最低一人は常駐して介護をしています。朝の起床時ケア、入浴保清ケア、就寝時ケアなどを必要な方に必要な時間帯に支援します。一人で対応できない場合は、その時間帯にスポットでてくてく職員が支援に入ります。

3) ミーティング

寄り添いスタッフと介護スタッフ（てくてく職員）は、月2回は全員でミーティングを行っています。主な議題は、①入退去状況、②職員配置状況、③入居者の生活について、④入居者の介護について、⑤行事やイベントなどです。

ミーティングで目標を共有、課題整理と改善策の検討などを行っています。

4) 緊急コール・夜間の当直

<緊急コール>

夜8時から朝8時までの12時間は職員不在なので、その間は緊急コール（看護師が受けます）での対応を行っています。入居者自身の携帯電話を使用する方と、法人貸し出しの緊急コール用携帯電話を使用する方がいます。（使用できない方もいます）

これまでで緊急コールにコールがあったのは、次のような状況です。

- ・入居者が転んで倒れているのを他の入居者が発見してコールした

・入居者が廊下でうずくまっているのを他の入居者が発見してコール など
自分でコールできない方に代わって他の入居者がコールした例が多く、本人が本人の体調不良で夜間にコールした例はありませんでした。

緊急コールを受けた場合は、ほとんど現場に駆け付け対応しています。

<夜間の当直>

夜8時から朝8時までの時間に当直をすることがあります。

① 入居当初の数日間

入居条件に「夜間一人で過ごせる人」と提示してあり、それが可能だと判断した人が入居しますが、不慣れな環境で不安があることも考慮して確認のために職員が当直する場合があります。

② 夜間の行動に不安がある場合

入居当初は、夜間の生活に支障がなかった方が、途中で不眠になるとか、あるいは認知障害の進行により他の入居者の生活を不安にするような行為があるような場合は、職員が当直をすることにより状況観察をします。

③ 終末期の看取りが予測される場合

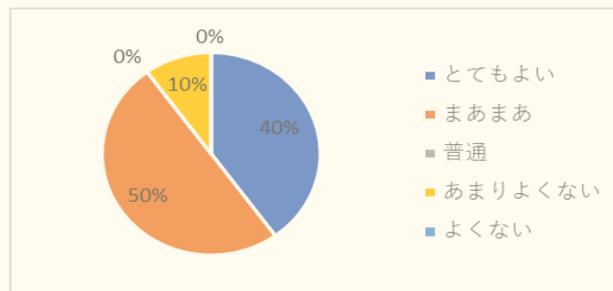
高齢・老衰等で人生の終末期を迎えている方で、「わがままハウス山吹」で最期まで過ごされることを選択されている方の場合は、ご支援する方針です。その状態になられた方に家族同意・依頼で当直を行いました。

5) 寄り添いスタッフのアンケート結果

開設後半年が経過した2020年10月に、寄り添いスタッフにアンケート調査を行いました。寄り添いスタッフ10名の結果（自由記載も含む）は別紙の通りです。

1. 全体的に 働きやすさはいかがですか

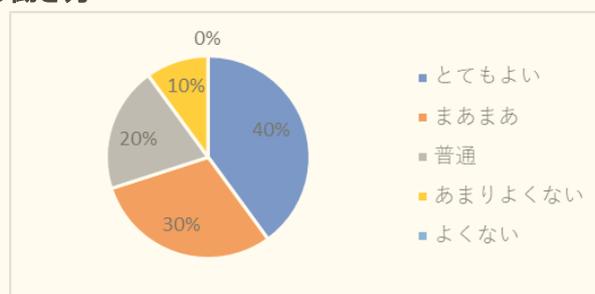
1	とてもよい	4	40%
2	まあまあ	5	50%
3	普通	0	0%
4	あまりよくない	1	10%
5	よくない	0	0%



- ・ミーテングは、状況を把握したり意見交換ができとても有意義な時間だと感じる。
- ・調理・食材確保については、一考の余地がある。
- ・無理のない仕事できてありがたいと思う。やりがいがある。

2. 勤務形態 6時間の勤務時間・2交代という働き方

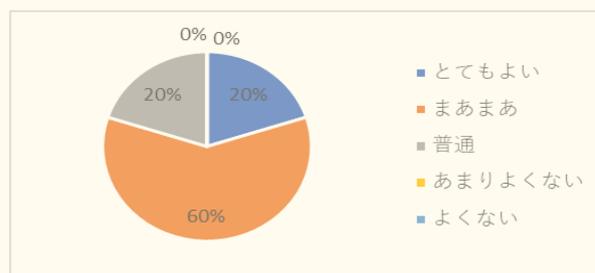
1	とてもよい	4	40%
2	まあまあ	3	30%
3	普通	2	20%
4	あまりよくない	1	10%
5	よくない	0	0%



- ・体力的には、6時間は働きやすい
- ・8時からというのが入居者にとって遅いので、結局7:30前には勤務している状況
- ・アクシデントや引継ぎのため、遅くなることが多い
- ・6時間ずつの2交代ではなく、選択できる体制がいいのではないかと
- ・申し送りが確実にできる工夫が必要

3. 仕事の内容 入居者への“寄り添い支援”について(マニュアルに沿って)

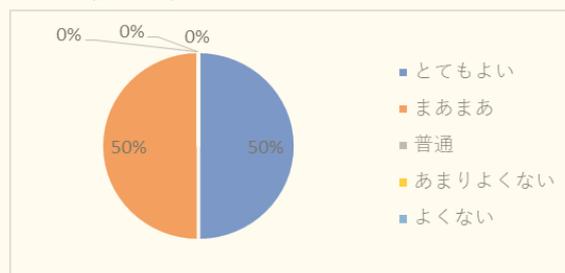
1	とてもよい	2	20%
2	まあまあ	6	60%
3	普通	2	20%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



- ・入居者が居間にいる時間が少しずつ長くなっているのがうれしい。
- ・食後やお茶のおしゃべりは、入居者同士のつながり・楽しい会話ができている。
- ・寄り添いの加減が難しいこともあるが、日常的に接している。
- ・朝が慌ただしいが入居者さんが台所に来て手伝ってくれる。
- ・一緒に活動するのはよかったと思う。
- ・徐々に改善され、寄り添いスタッフは入居者とのよいかかわりができているとう。
- ・寄り添いスタッフの役割の理解をもう少し深める必要がある。

4. 仕事の内容 家の管理について (マニュアルに沿って)

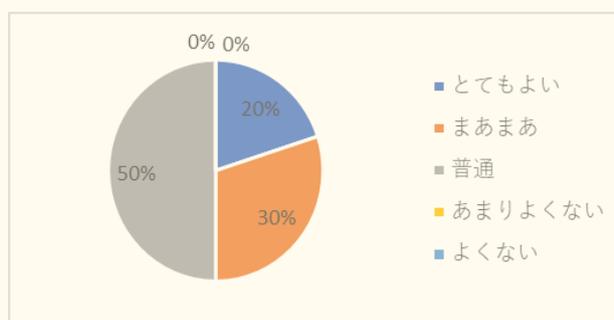
1	とてもよい	5	50%
2	まあまあ	5	50%
3	普通	0	0%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



- ・入居者が増えてから目立たないところの拭き掃除等がていねいにできなくなった。
- ・入居されている方が過ごしやすいように管理出来ている。
- ・業務マニュアルがきちんとできているので働きやすい。
- ・会議を定期的を開くので、いろいろな改善がなされてゆき、よかった。
- ・各々の持ち味を生かして管理できている

5. 仕事の内容 調理について

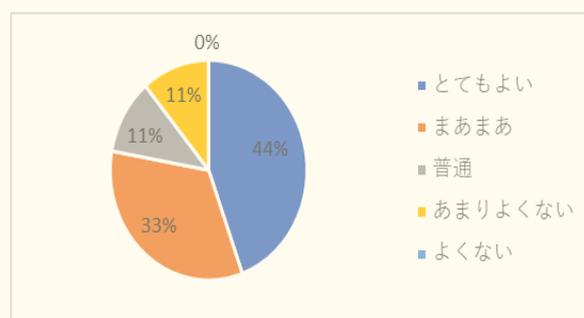
1	とてもよい	2	20%
2	まあまあ	3	30%
3	普通	5	50%
4	あまりよくない	0	0%
5	よくない	0	0%



- ・朝食は余裕がない。8:30 朝食は待ち遠しいようである
- ・朝食は入居者とゆっくり相談できる余裕がない
- ・主婦として調理はやってきたが、「これでいいのか」と不安になることがある
- ・入居者が増えてきたので、食事作りに追われる。前日の勤務者のサポートが助かる
- ・食事担当職員の配置を望む

6. てくてく職員との連携

1	とてもよい	4	44%
2	まあまあ	3	33%
3	普通	1	11%
4	あまりよくない	1	11%
5	よくない	0	0%



- ・各々の声掛けがもう少し必要だと思う
- ・てくてくのスタッフの仕事の多さを感じる。申し訳ない。
- ・仕事の分担がはっきりしているので疎通できる。分担があっても協力しあいうまくできている
- ・円滑に仕事ができている

6) 外部サービス利用

「わがままハウス山吹」は、必要なサービスについては、いわゆる“トッピング方式”です。家・個室の部屋を提供し、個々人の入居者に必要なサービスは外部サービスを加えていく（トッピング）というやり方です。

介護は、前述の『てくてく 24』（外部サービス）が介護保険のサービスとして実施しています。その他、以下のようなサービスが提供されました。

(1) 医師（受診・訪問診療）

入居者が主治医を選択します。かかりつけの医療機関・医師に通院により受診する人、あるいは新たに訪問診療を希望する人と様々です。相談された場合は、いくつかの医療機関を紹介し、本人・家族に選択していただきます。

夜間休日の対応をしていただき、終末期ケアも取り組んでくださる医師の存在はありがたいです。受診する人と訪問診療を受ける人は、おおむね半々です。

(2) 訪問看護・リハビリ

当法人の定期巡回サービスである『てくてく 24』は、介護看護一体型ですので、定期巡回サービスの一環として看護師・理学療法士が訪問しケアする場合と、『地域看護センターあんあん』（訪問看護ステーション）から看護師・理学療法士が訪問ケアする場合があります。これは入居者・利用者が選ぶわけではなく、制度上の決まりごとがあってそれに従って訪問頻度や料金が違います。

(3) 薬剤師

訪問薬剤指導等で、薬剤の管理・指導や助言をお願いしている入居者がいます。

(4) ケアマネジャー

入居者で介護保険のサービスを利用する人は、ケアマネジャーに介護計画作成などをお願いしています。入居者が選んだ数カ所の介護支援事業所が担当しています。

(5) 訪問入浴サービス

「わがままハウス山吹」の浴槽でどうしても入浴できない状態の人は、訪問入浴サービスを利用しています。

(6) デイサービス

入居者が、外部のデイサービスを利用している人もいます。

(7) ボランティアなど

植栽の手入れや庭の花の世話などを実施してくださるボランティアの方々、あるいは差し入れをしてくださる知人たちなど多数の方々の厚意で支えられています。

7) 自治体との連携

2016年1月一般社団法人だんだん会を設立し、その後認知症グループホームの開設、訪問看護ステーションの立ち上げを通じてその都度行政と関わりを持ってきました。「定期巡回・随時対応型訪問介護看護（てくてく24）」では、地域密着サービスであるため、運営内容についても市と協議してきました。

今回の「わがままハウス山吹」についても、国の補助事業であるため、提案の早いうちから、市とも話をし理解してもらった。これまで事業を進める中、協議を積み重ねてきた経緯もあり、だんだん会のやろうとしていることを理解してもらってきていること、また市としても、住まいに関して様々な困りごとを認識しており、ひとつでも選択肢が増えることで利用できる方がいることが良いことと評価してもらっていると思います。

経営状況

「収支はどうなっているのか」という質問がよくあります。入居者が10名の場合の平均的1か月の収支は、おおむね以下のようです。

大まかな収支構造		
(入居者10人の場合)		
	項目	金額
収入	居室利用料	650,000
	管理費	300,000
	寄り添い費	500,000
	食費	300,000
	その他	15,000
	合計	1,765,000
支出	一般経費	1,100,000
	人件費	500,000
	合計	1,600,000

<収入について>

- ・居室使用料は、50,000～100,000 ですが、平均は約 65,000 となっています。
- ・食費は、完全に自炊をしている方と時々自炊・外食などをする方などで、1か月約 300,000 円の収入となり、実際に食費関連にかかっている経費はほぼ同額です。

<支出について>

- ・一般経費の内訳は、食費、水光熱費、消耗品費、自動車維持費、(減価償却費) などです。
- ・人件費が安価に見えるのは、寄り添いスタッフの人件費のみの計上となっているからです。しかも、寄り添いスタッフは一日 6 時間勤務の非常勤職員で担当しています。
- ・介護スタッフは、別事業所(定期巡回サービス所属)のスタッフのため、ここには計上されません。

<収支について>

入居者が10名の場合、1か月約10数万円の黒字になります。

Ⅲ 成果と課題

<全体的に>

生活支援が必要な方の新しい暮らしの場として『支援付き共生すまい』が有効で、多様な高齢期のライフスタイルを支えるモデルになりました。移住ブームの中で都市近郊の空きペンションを活用した小規模で家庭的なシェアハウスで、地域住民の「寄り添いスタッフ」と外部サービスとしての介護スタッフがいっしょになって支援する方式や、入居者同士が主体的にかかわりあって生活することの実現のための『ほっこりミーティング』などの会議のあり方も今後の運営の参考となるでしょう。

“住み慣れた地域・家”ではなく、“住みたい地域・居場所”になるような地域作りが求められているのではないのでしょうか。

<建物について>

1. 既存ペンションの改修の良さ

・新築にはない味のある空間

ペンションならではの風光明媚な風景を活かすため、天窓が良い感じに各居室のアクセントになり、空間的な魅力を出しています。2階部分を談話スペースに改築し窓を広く取り、遠方の山を望む景色がきれいに見えるようにしたので、入居者同士が2階でくつろいで団らんすることができるようになりました。また、浴室ももともとの露天風呂風に三面をガラス張りになっているのを生かし、森に面しており、景色を眺めながら入浴できるようになっています。

・古民具などの活用で落ち着いたリッチな居心地

地域住民や職員、友人・知人の寄贈の、新品ではない上等の古民具・食器・高級家具などが家の中のいたるところに置かれ、さらに使用されていることで、懐かしさやゆとりを感じることができる居心地の良い空間となりました。

見学に来た多くの方が「まあ、なんて落ち着いた雰囲気です。リッチな気分です。暮らしやすいところでしょう！」と褒めてくれます。

・小規模な建物の良さ

建物の造りや間取りなど、1戸建ての家の少し大きいサイズのようなので、入居者同士が部屋の行き来があったり、いっしょに台所で作業したりとシェアハウスとして暮らしやすい建物となっているようです。入居者が“自分の家”“自分たちの家”という意識をもっていることが頻繁に見受けられます。

2. 改修の問題・課題

築29年のペンションを改修したが、元建物の老朽が思ったより激しく、当初は3,000万円を見込んでいた改修だが、実際は4,700万円かかりました。また設備的な面で、開設後新しく取り換えた箇所は問題ないのですが、既存部分に問題が出る等、改修工事後の問題も生じています。事業開始後、予想以上の修繕費がかかっています。

<運営について>

1. 実践してわかったこと・成果

(1) “支援付き共生すまい”に需要があるということ

介護施設ではなく、“支援なしの共同生活住居（シェアハウス）”ではなく、1戸建の自宅ではない“支援付き共同生活住居”に需要があるということがわかりました。

介護が必要かもしれないという状況になった時に、自宅を離れ生活場所を変えようとすれば、『介護施設』（特別養護老人ホーム、有料老人ホーム、介護老人保健施設、認知症グループホームなど）か、『サービス付き高齢者向け住宅』を選ぶことになるのが通常です。しかし、それぞれの施設に『入居できない』『入居したくない』と、意に反して入居せざるを得ない人が少なくないと聞きます。

そういう中で、選択肢の一つとして“支援付き共同生活住居”に需要があるということがわかったのです。それは、入居理由に示しているように、多様な理由の需要があるようなのです。

<再掲>

主な入居理由	入居者数	割合
一人暮らしが不安	6	33.3%
他地域からの呼び寄せ	5	27.8%
家族の事情	3	16.7%
入居施設の変更	2	11.1%
その他	2	11.1%

- ・要介護と認定されていないが、支援が必要な人
- ・一人暮らしで、要介護状態を予測し、対策を準備しておきたい人
- ・家族・親族からの“呼び寄せ”で、安心して暮らせる場所への転居
- ・既存の介護施設入居への不満足
- ・介護する家族の病気などの変化による居場所の確保
- ・サービスを受けたいが、住民票がないために受けられない

多様な事情で介護施設を利用できない方、利用したくない方がいるのです。その方々を一時的にせよ入居して十分な介護を提供して安心して暮らせる態勢を整えた居場所、“支援付き共同生活住居”の需要があるということがわかりました。

(2) “つながり”を重視した共同生活住居の必要性

有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅は、個室で規定以上の広さが確保され、トイレ・浴室が付いています。プライバシーが守られ、入居者が自由に暮らせる

ように設定されています。それはとても重要なことで現在の日本社会に必須のサービスだと思えます。

しかし、その利用者の中に不満に思っている人がいることは確かです。その理由は“人と人のつながり”が足りないことのようにです。それを求めてわがままハウス山吹に入居された方々があります。

入居者同士をかかわりなしに（ある意味）放置して“つながり”が生まれるかどうか。それはなかなか難しいことです。“人間と人間をつなげる役割”を自覚して、意識して技を磨き実践しないとできない役割だと思うのです。

わがままハウス山吹では、寄り添いスタッフを中心に“入居者同士のつながり”を意識して生活支援を実施してきました。入居者個人への支援はもちろんのこと、入居者同士がお互いを意識し、尊重し、共に暮らす“人”として暮らし合っていくことができるように支援することです。

これは“介護”ではなく、新しい概念だと思うのです。そういう立ち位置で支援が必要な方々が暮らし合うこと（共同生活）を支援していくことがこれから求められることだと思うのです。

そう自覚して実践することで入居者が暮らしやすくなるようです。

(3) 要介護の人とそうでない人が共にかかわり合って暮らすことができること

入居条件をかなり幅広くしました。住民票・要介護度・認知症の有無・病気の重症度などの入居条件にはせず、ある意味では“誰でも入居してください”ということで入居者を募集しました。

その結果、多様な方々が入居しました。年齢は70歳代の今風でいえばまだまだ若い方が2割弱、一番多いのは90歳代で5割弱、要介護者は6割で、介護など必要ない方が4割です。

認知障害をみると、認知症症状が全くない人は全体の約4割で、軽度中等度の方が6割です。記憶障害など認知障害が全くない方と軽度・中程度の方がいっしょに暮らすシェアハウスです。

身体障害の違い、認知障害の違い、生活環境の違いなど多様な違いがある方々がいっしょに暮らすことが可能か。『たぶん可能でしょう』という希望・前提で実践し始めた『わがままハウス山吹』です。その答えはまだ出てはいませんが、支援する側の志・意識や条件によって、可能になるという手ごたえを感じているところです。

(4) “寄り添いスタッフ”という市民の活躍の場

“要介護の方の日々の生活や生きることの支援はだれが担うのがよいのか”ということについては、様々な考えがあるテーマです。だんだん会では、一番身近で入居者の気持ちに寄り添い支援するのは、一般市民が最適ではないかと考えています。“介護”“看護”“医療”は、ある意味では生きることにとって“オプション”です。どのような状態になっても、生きていく主体は本人です。それを支援する主体は誰か。もちろん医療職も介護職など専門職もサポートしますが、気のおけない家族・友人・知

人たちである一般市民だと思っております。その方々のかかわりが最も重要で、それに付け加えて専門職がそれぞれの専門性を発揮してかかわらせて（支援）いただくのだろうと考えています。

わがままハウス山吹では、その考えをもとに『寄り添いスタッフ』という市民の方々の力に期待し、活躍していただくという運営を行ってきました。

（実際の活動は、だんだん便り参照）

(5) 八ヶ岳根っこの会とのだんだん会の協働

北杜市には、地域住民の主体的な動きである『八ヶ岳根っこの会』があり、当法人与協働することでわがままハウス山吹を作ることができました。サービスや支援を受けることを望んでも自分にとって納得がいくサービスがあるとは限らない状況です。

“自分たちが望むものを作っていこう”という地域住民の主体的な気持ちを育て、いっしょに取り組む仲間を作り、形にすることがあってはじめて“地域づくり”“まちづくり”になるのだと考えます。

『八ヶ岳根っこの会』という主体的で前向きな考えの会があり、完成した後もそのメンバーがわがままハウス山吹の寄り添いスタッフやてくてくの介護職員としていっしょに運営をしています。この“協働”こそ貴重な地域の力です。

2. 今後の検討課題

(1) 夜間体制について

前述の通り、わがままハウス山吹入居継続を希望しながら退去せざるを得なかった方が7名いました。その要因の一つは夜間の見守り・介護がないことです。

認知症の症状の進行等により夜間の見守り・介護がないと本人や他の入居者の不安・危険につながる恐れがあったからです。他の介護施設に転居されました。

1年半以降の入居者の中で、認知症はあるのですが超高齢で終末期に近い状態の方の場合は、考えさせられました。夜間の『介護』とまではいかななくても、誰かの『見守り』『声かけ』があれば、わがままハウス山吹での暮らしが継続できて、看取りも可能だったと考えられたからです。何とか入居を継続できないかと職員が夜間当直をして経過をみたこともありましたが、恒常的な体制をとるには至りませんでした。

もともと職員の夜間体制がないことを前提に計画し種々設定しており、選択できる居場所の一つとして利用していただくように作った家・居場所です。ですから夜間の介護が必要になったらそういう居場所に移っていただくのは当然という考え方があります。しかし、実際に運営してみると夜間、『見守り』のための『誰か』がいられるような運営を検討せざるを得ない状況です。「夜間体制をとったら利用料をもっと上げなければならない。それは無理」「必要な人だけ、個人負担で泊まってもらえばいいではないか」「資格関係なく泊まってくれる有償ボランティアを探そう」など検討中です。

(2) わがままハウス山吹での看取り

わがままハウス山吹での看取りを希望されている方の対応について試行錯誤中です。超高齢で重篤な病気がありながらも要介護状態で生活している方がいよいよ終末が近づいてきました。延命などは望まず“自然な死”を迎えるような支援を依頼されて医師もその方向で診療しています。ただ、職員がいない夜間帯に呼吸停止することについていろいろ意見があるのです。ご家族は、「家で家族と暮らしていても気がつかないうちに息を引き取っていることもあるのだから、それでいい。そのことを承知して入居しているので問題ない」といいます。しかし、“夜間に苦痛がでてきたらどうしよう”“せっかく一緒に暮らしてきたのにお看取りできないのが寂しい”などと職員などが不安に思ったりします。

この方の場合、そういう声をもとに、ご家族が「自費で夜間泊まってくださる看護師をご紹介ください」という依頼があり、そういう看護師を確保していたので実現しました。

(3) 別荘ホスピスは、終末期を過ごす選択肢の一つ

“別荘のようなところでホスピスケアを！”という趣旨で入居者募集をしました。一人だけ応募があり入居されました。他県で一人暮らしをしていた方で予後数か月といわれてだいが衰弱されている方でした。わがままハウス山吹の近くに住む身内の方が勧めて、がん末期の時期をわがままハウス山吹で過ごそうと入居されたのです。入居当初は、大変気に入って喜んで暮らしていましたが、他の激しい症状が出現し入院

し、その後短期間で死亡されたとのこと。4日間の入居でした。身内の方は、「4日間でしたが、本人はこの地域とわがままハウスの環境を非常に気に入りとても喜んでいました。特にたまたま入居した翌日がジャズのミニコンサートがあり、一番前で聞いてにこにこしていました。豊かな時間を過ごすことができました」と話していました。

この地域では、在宅ホスピス対応を積極的に実施しています。熱心な往診医、訪問看護、サポートする病院、ケアマネジャー、訪問薬剤師など最期まで在宅療養生活が可能になるような取り組みがされています。わがままハウスも「在宅」なので、そのチームの力とわがままハウスのスタッフで、想定される不安やリスクの対応し、その方に合ったお看取りができるように取り組むことになっています。

今後、在宅ホスピスの一つの形としての『別荘ホスピス』の短期・長期利用という選択肢のあり方を模索していきたいと思えます。

(4)寄り添いスタッフと介護スタッフ（てくてく職員）の連携

同じ建物で、同じ入居者に、所属が違うスタッフが支援していくことは、そう簡単ではありません。役割・やることは別に決めてあっても“生活をしていくことを支援する”という意味では重なる部分も多いし、お互いが手伝い助け合うことが必須です。スタッフの交代もあれば、入居者の変動もあります。

月2回の合同ミーティングでの確認・調整・意見交換がカギとなります。

(5)入居者同士の良好な関係性の維持

入居されている方の個人の歴史はかなり違います。長く一人暮らしをしてきた方、あるいは人と接することをあまり好まない方、生活習慣が大きく違う方などが“かかわり合って暮らし合う”という選択をして入居されました。

共同生活をどう思っているのかと不安になるのですが、アンケートの結果から、だいたいは『人間関係良好』で『良い方たちが入居していて、みんな仲良しで嬉しいです』という答えが多いです。（なかには、少数ですが人間関係があまりよくないという方もいます）

最初は遠慮していてもだんだん本音が出てきたりします。気の合わない方々もいます。しかし、入居者自身も努力されていっしょに暮らすことのプラス面を大事に生活しているように見えます。ある入居者がこうおっしゃいました。「ここに入居してとてもいい勉強になっています。自分自身の価値観を変えるという勇気が必要なことがあるのですね。よかったです」と。

高齢になってから新たな形での生活をはじめて馴染んでいくのは大変なことだと思います。入居者同士が良好な人間関係を維持するためには、スタッフも支援しますが、本人たちの主体的な生き方や関係性の維持などの努力も必要で、ほっこりミーティングという入居同士の話し合いの場を大切にしていくことが必要だと考えています。

共同で企画提案し、いっしょに事業運営を行って

「八ヶ岳根っこの会」のメンバーは、それぞれが長く務めた仕事を終えたり、仕事を減らしたりして、この地で暮らしたいと北杜市に移り住んできました。ここで最期まで暮らし続けるためには何が必要なのか、自分らしく生きるには何を準備しておけば良いのか考え話し合いを続けました。まだ少し余力のある今、誰かの役に立てるのではないかと思い「八ヶ岳根っこの会」を立ち上げました。この地の多くの人と根っこで繋がり支え合える会を目指しています。こんな私たちの思いと「一般社団法人だんだん会」の設立目的は、どこかでつながっていると思います。最終目標は、誰もが最期まで自分らしく暮らせる地域づくりです。

だんだん会の理事長の宮崎さんのパワーに引っ張られて、「わがままハウス山吹」設立前から意見交換を繰り返し、様々な思いを聞いていただきました。開設後には、「寄り添いスタッフ」や「介護スタッフ」として個々が出来る活動形態で運営に関われたことは、私たち「八ヶ岳根っこの会」にとって有意義なことでした。自分たちが『ここに住みたい』『ここが終の住処』と思えるような家づくりでした。開設後に入居された方々も楽しいイベントをスタッフと共に作り上げながら、自分らしい穏やかな日常を過ごされています。これまで、あっという間のような期間でしたが、楽しみながらみんなで作ったという満足感があります。

設立から1年半が経ち、この「わがままハウス山吹」がこれからもずっと持続していくことを願います。そのために「八ヶ岳根っこの会」として何ができるかということ、今もみんなで話し合っていますが、話し合いの中で以下のことは確認できています。

- ① 運営にあたる「住み良い共生すまい作り地域会議」のメンバーとして、「わがままハウス山吹」の情報を得て、入居者が心穏やかによりよく住めるように意見を述べていく。
- ② 「わがままハウス山吹」に対して、主体的なボランティア活動を行う。
頼まれた補助的なボランティア活動はできる範囲で行うとともに、スタッフと相談しながら、ボランティアとしてイベントを企画し、定期的な活動を行う。
- ③ 「根っこの会のサロン活動」（別紙参照）の企画に、「わがままハウス山吹」の居住者を招待することで、地域住民との交流の場となり、住み良い地域づくりにつながると考える。

「八ヶ岳根っこの会」は、何よりも、居住している人がそれぞれに最期まで自分らしく生きられるように願い、これからも「わがままハウス山吹」に関心を持ち続け、心を寄せていきたいと思っています。

(根っこの会 記)

資料編

◆当法人の情報誌『だんだん便り』の掲載記事

◆雑誌掲載

・日本看護協会機関誌『看護』のグラビアで紹介

2019.10 日本看護協会

・生活クラブ情報誌『生活と自治』で紹介

2021.2.1 NO.622 で紹介

・月刊誌『医療・福祉経営の新時代と人財を作る Vision と戦略』

特集「大好きな北杜で最期まで！」 紹介

2019.5.20 保健・医療・福祉サービス研究会

など多数

わがままハウス山吹

今春4月オープン!

一般社団法人だんだん会

わがままハウス山吹

(支援付き共生すまい山吹・多機能型シェアハウス)

入居案内

「つながり」を大事に、みんなで暮らす「家」です!

国土交通省の平成30年度スマートウェルネス住宅等推進モデル事業の補助金対象に選定されました。
「支援付き共生すまい山吹」創設運営事業～空きベンションのイノベーション～



“自由に”“わがまま”に暮らす家です。
超高齢でも、要介護でも、終末期でも、安心して暮らせるシェアハウスです。
日中は、寄り添いスタッフが在宅し、いっしょに過ごし見守ります。
住民主体でのサロン活動も実施します。
暖かい居心地のいい空間をみんなで作り上げましょう!

問い合わせ先 TEL 0551-45-9566

一般社団法人だんだん会長坂事務所
408-0035 山梨県北杜市長坂町夏秋918-5
FAX 0551-45-9568

Email: info@dandankai.com HP: http://dandankai.com 20190204版

入居者募集を開始!!

改築も順調に進み、2月末には完成予定です。左記のような入居案内(料金表も)ができました。詳しくは、法人本部にお問い合わせいただくか、ホームページを参照してください。また、必要な方には、入居案内を郵送します。

早速、第一号の入居申し込み者が!

入居案内の一部です

詳しくは、ホームページを!

住みよい共生すまい作り地域会議を開催しました

『わがままハウス山吹』を地域の皆さんといっしょに作り・運営していくという方針のもとに、先日、上記の地域会議を開催しました。当日は、八ヶ岳根っこの会、医療関係者、介護事業者、地域住民代表、当法人関係者など13名の参加でした。(行政の方は欠席)

作ることになった経緯や目的、実際の運営方法について説明のあと懇談しました。「こういう家があるととても安心できるのでありがたい」「この家で死にたい人、大歓迎」とパンフレットに書いた方がみんな安心できるのではないかと「退居規定をしっかり作った方がいいでしょう」「夜間帯に職員がいないことがちょっと不安なのは」「でも基本的に家なので、選択肢の一つとしてはいいのではないかと」など、活発な意見交換ができました。参考にして運営します。



わがままハウス山吹

建物が完成しました！！

2月末に建物が完成しました！！ 床暖房、スプリンクラー、各部屋への寒冷地用エアコン、エレベーター、段差昇降機、2階の談話コーナーなどの設置、トイレ・浴室・台所・リビング・多目的ホールなどの改築で快適に生活できそうに出来上がりました。看板もつきました。



看板



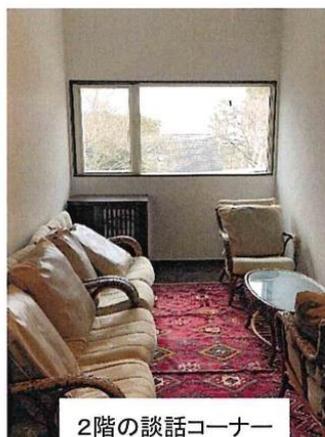
玄関



リビング



浴室



2階の談話コーナー



階段の踊り場



居室(個室)



居室(個室)



居室(個室)

わがままハウス山吹

★入居案内・・・若干の変更があります

夜間帯の職員体制について、変更します。はじめの案では、『20：00～翌朝8：00は、泊りの職員はいなく、緊急コールに対応して外から駆けつける。職員の宿泊支援については、有料で行います』だったのですが、次のように変更します。

『夜間帯は、当面は保安のための当直を行います。入居者の状況により対応します』
緊急コール対応、見守りのための当直です。(介護ではありません) 料金の変更はありません。

★入居希望状況

入居申し込み書をいただいている方は、4名です。(3月6日現在)

ただ、まだ建物を見ていないので、3月中旬以降に内覧していただき、その上で正式の契約となります。

入居相談はいろいろあります。

入居を考えたいという連絡をいただいた方は10名弱です。多様な事情の方々です。実際に建物を見ていただいてゆっくりいっしょに考えさせていただくことにしています。

★遠慮なく内覧を！

予約なしの参加自由の内覧会を下記のように実施しています。どうぞおいでください。この他にも随時、内覧の機会を作りますので、法人本部(0551-45-9566)まで。

第1回:<内覧> 2019年3月11日(月)10:00~16:00

<説明会>2019年3月11日(月)13:00~14:00 (詳細な説明をいたします)

第2回:<内覧> 2019年3月17日(日)13:00~16:00

<説明会>2019年3月17日(日)14:00~15:00 (詳細な説明をいたします)

第3回:<内覧> 2019年3月31日(日)10:30~12:30

「わがままハウス山吹」開設に伴い、物品の寄付をお願いいたします！

押し入れて眠っているもの、使用しないで場所をとっているものなど、生活用品をぜひお譲りください。
(入居する方が使用するものなので、消耗品は新品同様のものをお願いいたします)

ご寄付いただける方は、まずお電話を！ 0551-45-9566 法人本部まで

わがままハウス山吹

開設記念講演会と座談会開催

開設記念イベントとして、下記のような講演会・座談会を開催しました。
会場は満員で熱気あふれる会となりました。

講演 「家でお迎えを受けるために必要な知恵」

講師：川越 厚氏（在宅ホスピス医）

Key Word の一つ

納得死を実現する医療



ひとり身のがん在宅死実現の要件

本人の意思
家族の受け入れ
出入りする関係者
医療的な支援
生活面の支援
緊急時の対応
死亡時・死後の対応
相互の信頼



家で最後を迎える決意

電話事件を契機にラブラブ関係に

遺言・・・

「ありがとう」「信頼しているよ・・・」

リビングウィルの作成と掲示

死亡時の動き

- ① 鍵・金銭の精算・死亡診断書・ご遺体のケア
- ② 週末になくなった時の連絡先
- ③ 薬剤の処理など



わがままハウス山吹

座談会 「本当に家で死ねるの？」

- コーディネーター：福富みずほ氏（きよさと診療所所長）
講師：樋川 牧（地域看護センターあんあん所長）
：清水雪江さん（アルプス居宅介護支援事業所）
：佐藤彰啓氏（ふるさと情報館代表）
：利用者代表（患者・利用者代表）



北杜で「本当に、家で死ねるの？」⇒「家で死ねますよ」

それぞれの立場から、さまざまな状況での最期を実例に基づいて報告いただきました。
待っていても条件は整わず、市民・サービス提供者・医療者などが一体となって創り上げる地域づくり。
欠かせない『訪問看護』『居宅介護支援(ケアマネ)』『市民から見ると、まだまだだよ。切望しているよ(市民代表)』『北杜生まれ北杜育ちでドキドキしながら、でもみんなの支援を受けながら安心して家で姑を看取りました』貴重な意見交換になりました。参加者の声。「ここで最期まで暮らせるんだ。よかった」

寄り添いスタッフの紹介

朝8時から夕8時まで常駐する“介護職員ではない『市民集団』”の寄り添いスタッフです。
入居者同士のつながりを重視した支援をします。



「わがままハウス山吹」開設に伴い、時計とダンス・小テレビの寄付を！

今回お願いしたいのは、時計とダンスと小さめのテレビです。時計は、壁掛け式・置時計などどちらでも結構です。

ダンスは、洋服ダンスでも和式のダンスでも、大きくてもいいし、押入れ用の小ダンスでもOKです。

ご寄付いただける方は、まずお電話を！ 0551-45-9566 法人本部まで

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

4月の入居者は6名！！ (長期入居3名、短期入居3名)

4月1日より、入居が始まりました。どんな方が入居するのか、わくわくドキドキしながら、でも楽しみにして受け入れさせていただきました。その結果、6名の方が入居なさいました。長期入居が3名で、短期入所が3名です。わがままハウス山吹でのみなさまの生活の一端をご紹介します。(写真・内容ともご本人の了解を得ています)

1回目の歓迎会 『蕎麦パーティ』

(ボランティアによる『手打ちそば』とてんぷらの昼食会)



わがままハウス山吹のリビングで。法人理事も駆けつけ、にぎやかな集い。入居の経緯と感想をあいさつする場面も。



2回目の歓迎会 『昼からワインパーティ』

(隣のレストラン『三郎屋』で。入居者5名と職員で)



「ワインをお飲みになる方は？」
「ええっ、4名！！」「白ですか、赤ですか？」
「そうね、赤にしましょう」
全員、あっという間に飲み干しました！



お食事も全員完食。美味しかった！



カラオケも・・・

◆「レストランに来たの、30年ぶり・・・?!」
◆感激で涙・・・「どうして？」
「みなさんの心がうれしい・・・」
◆家族の介護疲れでご自分を癒すための2泊3日の短期入居利用の方あり。
◆みなさん開放感たっぷり、歌まで！



わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

長期入居者は5名！！ (短期入居は1名)

長期も短期もどうぞご利用ください

新規長期入居者が2名増え、にぎやかになってきました。短期入居者というか中期(約2か月)入居という方もいらして、予想していなかった需要があることもわかりました。



外のテッキでの昼食会

やはり昼からワイン付きの焼肉パーティ。新入居者がいるとすぐ歓迎会。



ハングドラムの演奏会

たまたま長崎からのお客様。初めて見たハングドラムという楽器で演奏してくださいました。インドネシアの「ガムラン」のような音色。深く柔らかい音色……。



山吹体操の時間です

20分程度ですが、上半身、下半身をしっかりと動かして体づくりをしています。

腹筋が弱いのが課題です。(PT 差ヶ久保の指導のもと)

入居者募集！

- ★短期でも長期でも入居が可能です。
- ★北杜市以外にお住まいの方でも入居が可能です。
- ★要介護認定を受けていてもいない方でも入居が可能です。

おいしいものをいただき、おしゃべりし、
いっしょに暮らす家です。

相談・問い合わせは、だんだん会本部まで。(0551-45-9566)

短期入居(1か月以内)の場合は、
着替えや洗面用具のみの持参で
利用可能です。必要備品について
は相談しながら。

お試し入居もどうぞ！

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

“わがままハウス山吹”がオープンして4ヶ月が過ぎ、小淵沢にも暑い夏がやって来ました。さまざまな人生を送って来られた方々が、思い思いの時間を過ごしていますが、ここ“山吹”では、「共に過ごす時間」も多いのです。

ある時の入居者さんの皆さんのつぶやき

ここはいいよ～ み～んな良い人だもの。
ただど家に帰りたい。お父さんもお母さんも居るもの～

94 歳なのですが・・・
記憶の中のご両親ですよね。やっぱり家族が一番！



『あれダメ、これダメ』って言われてちっともわがままハウスじゃないよ、私を誰だと思っているのよ・・・
でも、私の事を思って言ってくれていることは分かっているのよ。

自由に、みごとに 80 数年を生きてきた方
プライド、邪魔しませんよ

なんだかここは居心地が良いのよ、自由でさあ～、アツハハハ

散歩が大好き、あちらへこちらへと外出されます
人生への執着はなく、心は100%解放されています



『ここで生きる』と決めたの、私。
あの方ともこの方とも仲良くやっていきたい。
『どうしたらいいかなあ』と考えてみたの。
だんだん良いところが分かってきた

スタッフ以上に働き者、みごとな人生哲学！
お世話することが大好きです



あ～、いやあ～、こんなことまでしていただいて・・・でも私はここに居
ていいのですか？妻はどこに・・・

短期で利用中ですが、まだじっくり馴染めていない様子、
戸惑いながらの生活です

お互いに他の方の言動が受け入れられず、時にはご機嫌を損ねたり、自分本位になったり、衝突したり、いろいろな感情が行き来します。しかし、そこは達人同士、いつの間にか平らかで、穏やかな空気に・・・。

私達寄り添いスタッフは、そんな日々の生活の中、入所者の皆さんの気持ちに寄り添い、皆さんと「共に生きる」を探っているところです。

<寄り添いスタッフ 石川由美子>

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

リゾート地である小淵沢の夏は訪れる人も多く、“わがままハウス山吹”の周辺でもたくさんの方をお見かけしましたが、このところ朝夕には秋の気配を感じるようになり、庭にはアキチヨウジが咲きました。さあ、これから秋本番！小淵沢はどんな風情を見せてくれるのでしょうか。季節は移ろいますが、“わがままハウス山吹”の皆さんは、もちろん変わる事なく意思を持ち、わがままに、気ままに、日々を送っています。今回は皆さんの“食べる”を通して、『共に生きる』をお伝えします。



匂いにつられて・・・

朝8時前、お一人の方が台所で調理を始めると、鍋や包丁の音に混じって、いい匂いが漂い始めます。

私達スタッフも「負けじ！」と調理スタンバイ。すると、パタパタと足音がして「おはよう！手伝う事ある？」と皆さんが食堂にやってきます。



色・形・大きさを見て・・・



入居者の皆さんは、何故か小皿、小鉢がたくさん並んだ膳が大好き。「人参はこれくらいにね」「その大きさは食べにくいから千切りね」「食器はどれ？」等々。台所にはぎやかです。緑や赤、そして黄色、白・・・私達スタッフは冷蔵庫の中を眺め、いろいろな色を探し出します。

そして、舌で味わって・・・

メニューにあわせて、箸置きやスプーン、フォークに至るまで、皆さんで配膳、「わあ、きれい、いただきま〜す」。醤油やドレッシングが手から手へと回り、暫くは無言。入居者のお一人が「どう？美味しいの、美味しくないの？」と遠慮のない問いかけ。口に合った時は「ウ〜ん、これさっぱりしておいしいよ」「やわらかくて食べやすいよ」の言葉。口に合わない時は反応なし。なかなか手厳しいです。



片づけは思うがままに・・・



「食べ終わった？じゃあ下げるよ」「お願いね」そんな会話が聞こえ、台所で食器洗いをする人、食器拭きをする人、気にせずに新聞を読む人、「ごちそうさま」と居室に引き上げる人、さまざまです。だれも片づけを強制しません。“平等”と言う戦後民主主義はいったいどこに？

入居者の皆さんのお食事を拝見していると、嗅覚、聴覚、視覚、触覚、味覚の五感を使うことはもちろん、「共に」を感じながら食事時間をすごされているようです。世の中では子供・大人を問わず、“孤食”“個食”が増えていると聞きます。あなたは、日々のお食事をどなたとどのように召し上がっているのでしょうか。<寄り添いスタッフ 石川由美子>

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

木々の色付きが鮮やかになり、小淵沢の秋が深まってきました。夏の喧騒とは異なりますが、まだまだたくさんの方が訪れ、大自然の中の秋を満喫されているようです。

オープン以来6か月、10月には新たな入居者が加わって、緊急用の部屋を除き残りも一室となり、“わがままハウス山吹”はますますにぎやかになってきました。現在70代から90代の方々が生活されています。最高齢はナント98歳！出身地は、北は北海道から南は岡山。八ヶ岳が大好きで新潟から来られた方もいます。県内出身の方は3名、そのうちの2名の方は中学時代の同級生。十数年ぶりの再会となったお二人が抱き合い、涙する場面には私達もその偶然に驚きました。

さまざまな人生を歩んでこられて、ここ“わがままハウス山吹”に集われた皆さん。ここでの生活に新たな希望を見いだしたくて、「エイッ」とばかりにご自身で決断され踏み出されたようです。今回は皆さんの“幸せとは何か”を通して、『共に生きる』を考えます。

「アルコールがなくっちゃ！」

長い間薬剤師として勤務されてきた82歳。ずっと生活習慣で飲酒を続けてきたそうです。「山吹」にいられてからも「アルコールがなくっちゃ私の人生じゃない！」と、毎日夕食後のビールを楽しまれてきました。ところが近頃「なんだかこの頃飲まなくても済むようになったのよね・・・」とおっしゃるのです。



「今日は電車に乗ってお出かけよ！」



軽い認知症がある80歳。学生時代のお友達に会いに東京へ出かけます。小淵沢発9:24の“あずさ”に乗って出かけ、15:00小淵沢に帰る旅程です。少しずつ時間や地理の感覚が曖昧になってきているので、お出かけの際にはキッズ携帯と“山吹”の住所を書き込んだカードを持参してもらいます。お友達やご家族、周囲の温かい支援のもと、『行ってきまーす』とお出かけです。

「ここは避難所よ！」

二世帯住居にご家族と暮らされている98歳。現在自宅リフォーム中とのことで、週3回“山吹”にいらっしゃいます。「工事の音がうるさくてね、うかうか寝てられないのよ。ここは私の避難所なのよ。リフォームが終わるまでと思っていたけど、冬の寒い間はずっとここに居ようかしら。暖かいし、お食事もおいしいし、、、何より皆さんとおしゃべりできるもの。」見事にご自身の意志で決定されています。



わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

「暇よ！何かすることは無い？」

70代半ばの元美容師さん。「体を動かしたい！」と朝に夕に散歩に出かけます。ある雨の日、「運動がしなくなっちゃった！！」「バドミントンやる！！！」と玄関ホールでバドミントン。ほかの皆さんも寄ってきて、「ほお〜っ」感心され、椅子にすわったまま参加される方も。元美容師さん、時折“山吹”でカットの営業をされています。

「やめておくれ」



車いすで生活されている94歳。
「お風呂に入りましょうか」「今日は寒いねえ、やめておくれよ」
「リハビリしましょうね」「今日はやらないよ」
「飴をいかがですか」「じゃあ行こうか」
姪御さん曰く「ここに来てから嫌な事は『いや！』と言えるようになった」そうで。

「うるさいなあ」

朝から食堂は言葉が飛び交い、それはそれはにぎやかです。97歳の方が「うるさいなあ・・・」と一言。一瞬静かになりますが、すぐに元の木阿弥状態。「食事は静かに食べたい。私は間違っていないよ！」とご本人は一本すじを通していらっしゃいます。

「今日の晩御飯は美味しかった」とか、「あの人とおしゃべりができてよかった」とか「お風呂が気持ちよかった」とか、日常生活の小さな喜びや感動を大切に生きていく事が“幸せ”に繋がるように思います。“その人にとっての幸せとは何か？”を試行錯誤しながら、“共に生きる”皆さんに寄り添っていきたくと思っています。
(寄り添いスタッフ石川由美子)

神様から選ばれた人！？

ある入居者さんが「私、みなさんに御馳走したいの」と、素敵な蕎麦懐石のお店に招待してくださいました。入居者全員と職員で13名。ほぼ貸し切り状態。

その方の言葉。「ここ(わがままハウス山吹)は、本当にいいところ。いろいろなデイサービスのようなところに出向いたけれど、私、あういうところだめなの。ここはなんだかいいのよ。心のきれいな方々の集まり。おしゃべりも素敵。ここを利用できる人は、神様から選ばれた人だと思うわ」と。

超美味しい御馳走でした！



わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

秋の深まった11月。

小淵沢周辺では、この時期いろいろなイベントが開催されました。

“わがままハウス山吹”でも誕生会、歓迎会、演奏会等々、イベントが目白押し。

入居者の皆さん、大忙しでした。



青空と紅葉を満喫



<何十年ぶりかの誕生会>
思わず涙が...



<新しく入居された方の歓迎会>
お隣のレストランでちょっとワイン



美味しい干し柿出来るかな？



<ご家族の心こもった演奏会>
美しい音色がリビングにあふれて...



“わがままハウス山吹”では日常の生活はもちろんとても重要ですが、日常を少し離れて、『極上の時間、異質の時間を共有する』ことも大切にしています。『時間を共有』することで『会話』や『支え合い』が生まれてくると考えています。

“山吹”にも初めての冬がやってきます。さて、入居者の皆さんはどんなふうに過ごされるでしょうか。

(寄り添いスタッフ 石川由美子)

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

『わがままハウス山吹』はさまざまなスタッフで支えられています。今回は“寄り添いスタッフ”のメンバーをご紹介します。

大柴 由記子

- ・山梨県韭崎市出身
- ・特技は手話
- ・好きな事は
ガーテニング
(特にハーブづくり)
喫茶店めぐり
- ★ 山吹のお花は
すべておまかせ
(いつもきれいなお花
がお出迎え)

森 典子

- ・神奈川県返子市出身
- ・特技は洋裁 (入居者の皆さん
と雑巾などを縫っています)
- ★ 困っている人を見ると黙って
いられない
山吹のみなさんが笑顔になる
よう働きたい

岡本 静佳

- 「しずよし」と読みます
- ・兵庫県神戸市出身
- ・趣味はギター
- ・マイフォームは筋トレ
- ★ 山吹の催しの際には
ギター伴奏・運転手として
毎回呼び出されます

多賀 秀江

- ・埼玉県川越市出身
- ・趣味はミシンキルト
- ★ 土いじりが好きで、育
てやすい一年草の種を毎年
採り翌年種から育てます
(入居者とオセロでバト
ル!)

吉田 久美子

- ・神奈川県茅ヶ崎市育ち
- ・手仕事、音楽、バドミントンが好き
- ★ どんなことでも楽しくできます
(理系女子ですもの?)

高木 女子

- 「たけこ」と読みます
- ・兵庫県神戸市出身
- ・特技はしいて言えば
地図が読める事
- ・趣味はオカリナ、短歌、一人旅
- ★ アピールポイントはありません
(柔らかな物腰で周囲はホッと
させてもらっていますよ)

池永 博子

- ・岡山県出身
- ・特技はリメイク
限られた材料を組み合わせ再生する事が得意
(腕前は700!)
- ★ 子育てを終え、これからの時間をどのように過ごすか
考える年齢になりました。
自分の得意分野である家事や趣味を生かし、入所者の皆
さんが気持ちよく過ごせるよう取り組んでいます

石川 由美子

- ・静岡県掛川市出身
- ・趣味は自宅で録画映画を視聴すること
(何度も見ないとわかりません)
- ・特技は墨を使って描くこと
- ★ なんでも真面目に取り組みます
(ただしエネルギーは3年で切れます)



『“寄り添いスタッフ”とは、何をやる人?』とよく聞かれます。介護をする役割ではないんです。経歴も保有している資格も異なる私たちですが、それぞれの特技や経験を活かし、入居者の皆様の困りごとや要望に寄り添って、“何が出来るか”日々試行錯誤しながらご支援させていただいています。

寄り添いスタッフ 石川 由美子

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

ほっこりミーティング

『ほっこりミーティング』とは

ズバリ！一言でいうと、『入居者同士の話し合い』です。

- ・「お世話してもらえる家」で、「ありがとう」しか言う機会がなく、家の決まりに従うというお世話になる立場ではなく、自分たちが主役の『シェアハウス(家)』を作ろう！
- ・伸び伸びとわがままが言える・わがままに暮らせるシェアハウスを作ろう！
- ・改善点を出し合って、自分たちで実現していくシェアハウスを！
- ・みんなの意見をまとめてホーム長(だんだん会)に提案していこう！

そのために、お話し合いの場を設けることになりました。参加者は11名の入居者全員と職員代表とホーム長・法人の3者です。年末に第1回目の『ほっこりミーティング』を開催しました。

要望と提案

まず、今決まっている暮らし方のルールについてみんなで確認しました。(ex.門限が20時、入浴・浴室の使い方、食事作りetc) 質問と意見、提案は次のようです。

- ◆送迎料金の明確化・・・自動車の免許を返上した入居者が多いので自由に外出するために、だんだん会として定めている送迎料金をもう少し詳しく示してほしい。
- ◆料理について ...もう少し“だし”をきかせた調理にしてほしい。
入居者の年齢が70歳代から99歳。年齢にもよるがもう少し料理の量を増やしてほしい。(別な方は、ちょうどいいと)
- ◆個室の鍵の管理 ...外出時には、各自鍵をかけていきましょう。本人が留守の時には職員も個室には入らないことを徹底しよう。
- ◆買い物ツアの企画を・・・時々、みんなでわいわいと買い物ツアにでも行きたいです！ 企画しましょう！

要介護の方が4割、認知障害がある方もいらっしゃいますが、多様な方々がいっしょに暮らすシェアハウスです。この家の主人公として、頑張りましょう！



わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

今年は暖冬で、インフルエンザの猛威こそありませんでしたが、新型コロナウイルスに世間は大きな騒ぎになっています。“わがままハウス山吹”でも皆さんの関心は高く、外出後の手洗い等細心の注意を払い、今のところ皆さんはお元気にお過ごしです。

今回は“わがままハウス山吹”の介護職、通称“Y勤スタッフ”“のメンバーをご紹介します。「就労するきっかけ」、「意気込み」を語っていただきました。

足立 かおり

* 阪神大震災時の被災動物の保護がきっかけで25年前に愛知県から移住。宮崎理事長の熱い思い、「だんだん会」スタッフの真摯な姿に触れたことがきっかけです。
* 個性豊かな入居者の皆様の生き方を学び、自分自身の個性も生かし、人として成長をしたいと考えています。

小林 登紀恵

* 自宅の近くでもあったので、即……。
* いろいろな所で介護の仕事をしてきたけれど、“わがままハウス山吹”は目指すところがちょっと違う。頭を切り替える事に戸惑っていますが、今は複雑には考えず、とにかく楽しくやっていきたいなあ、と思っています。

石川 由美子

* 日頃から、老後の生活は「介護保険だけでは心配だなあ」と思っていたし、自身の今後も考えて、ぜひ“わがままハウス山吹”の実現、展開を見届けたいと考え、スタッフとして参加しました。
* 幸せになるために生まれてきた、と思っています。入居者の皆様やスタッフの方々が幸福感で満たされるように関わっていきたくて考えています。

岡本 静佳

* きっかけは、“オレンジサロン(認知症予防カフェ)”にボランティアで関わっていたので、自然な流れで……。人とかかわる事が好きだし、高齢のお袋の姿と重なるし……。
* 生きる信条は“あるがままを受け入れる”です。どんな場面が起きようと受け入れ、楽しんじゃいますよ!



さむい!

吉田 久美子

* 介護が必要になった母親の為、介護施設を色々見てきたけど、残念ながら自分の親に「ここで暮らしてほしい」と思う所には出会えなかった。そんな訳で“高齢者のシェアハウス”というわがままハウス山吹の構想に関心があり、関わってみようと思いました。
* 入居者の皆さんはもちろん、関わる私たちも決して若くはありません。人生経験豊かな皆さんから良くも悪くも日々たくさんの事を学んでいます。「山吹で暮らせて良かった!」と思っただけのようお手伝いして行きたいと考えています。

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

4月!“わがままハウス山吹”が1歳になりました！ 長期、中期、短期でたくさんの方に利用していただき、大過無くこの1年を過ごしてまいりましたが、思えば様々な方に支えていただけてきました。入居者の皆様が、健康で充実した生活が送られるよう支援してくださっている個性豊かな方々をご紹介します。



差ヶ久保 三希さん(理学療法士)

高根町在住。“山吹体操”発案者、週1回“山吹”のリビングで入居者の皆さんと笑い満載で行っています。これが結構ハードでおもしろい！
元バスケットボール選手、マウンテンバイクでご出勤。



小澤 興志美さん(栄養士)

武川町在住。栄養士歴ウン十年のベテランです。介護支援専門員(ケアマネ)資格もお持ちで、広い視野で“食”を考えて下さっています。週数回のジム通い、水泳で健康維持を心がけています。



Yご夫妻(ボランティア)

長坂町在住。ご主人は元電気関係技術者、電気器具の修理、お庭のライトアップはお手のもの。
奥様は園芸、野菜作りが趣味、手入れをしてくださっている“山吹”のお庭の花がこれから芽吹きます。「写真ははずかしいのでご容赦を・・・」との事

大原幸夫さん(工房「大原工芸」主催)

「社会の矛盾を感じて18歳で家出、放浪していろんな人に助けられて希望を持つようになった。“一生懸命生きること”が趣味。今は恩返しをしたいと思っているから何でもするよ。なんでも言って！」

“山吹”のいろいろなところに大原さんのお人柄あふれた手作りのものが見られます。



“わがままハウス山吹”はこんな素敵な方々にも支えて戴きながら、歩き続けます。地域に根付き、ますます素敵で充実した『共生すまい』を目指していきます。皆様、応援してください。(寄り添いスタッフ 石川由美子)

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

ほっこりミーティング ～卓球台の要望～

1～2 か月に一度、入居者と職員、法人の3者の会議(ほっこりミーティング)を開催しています。この家の主役である入居者の皆さんの声(暮らしにくい点・改善点や種々の提案等)を共有して、いっしょに改善していこうというものです。今回は、次のような話し合いになりました。

<入居者一人一人の声>

- ◇特別なし。快適です。マスク作りがんばります。
- ◇満足です
- ◇心配なことはありません
- ◇最近、運転免許を返上し、改めて車のない生活の不自由さを実感しています。歩いてコンビニまでいっています。ここで暮らしてとても幸せです。
外出したいときには、職員さんにいえばいいのですね。
⇒そうです。
- ◇家族がコロナ避難で私の家で暮らしている。
私は、試しにここで数か月暮らしてみただけで、今となっては、一人暮らしはさびしいし、これからも長くここで生活しようと思っています。
- ◇この責任体制がわからなく、悶々としていた。
本日職員にお聞きしてスッキリした。わかりました。
- ◇自分の人生の中で一番穏やかに暮らせている。うれしい。

<ここでどういう暮らしをしていきたいか。要望など>

- ・卓球台を準備してほしい
卓球をしたい人が数人いる。あればうれしい。
⇒大きくない卓球台を購入しましょう。
- ・入居者さんの呼び名について
苗字ではなく名前と呼ばれることに抵抗ある方がいます。
⇒みなさんに尋ねたところ、苗字で呼んでほしいという人は1人。他の方は、苗字でも名前でもいいと。
- ・入居者の他の人の部屋に入ることは自由。必ず、相手の方の許可の元に。しかし、相手の方が断り切れない場合があることも配慮しましょう。(どんどん入ってきてほしい人もいる)



わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

インタビュー



新型コロナによる“緊急事態宣言”が発令されて2か月。入居者の皆様も日々の生活をかなり制限されましたが、運動不足を補うための近隣の散歩、入居者やスタッフの為にマスク作りと思いにこの期間を過ごされました。

“わがままハウス山吹”はこの4、5月に新しい2名の入居者をお迎えしました。外出制限があるこの期間に、入居者の皆様 一人一人にインタビューをさせていただくことになりました。生年月日順という事で、まずトップバッターのお二人、同年1月3日、1月4日生まれの渡嘉敷美智子さんと村本素子さんです。

Q：お二人はここで半年以上一緒に生活されていますが、お互いにお聞きしたいことはありますか？

〈村本〉 出身地とか趣味とか教えて。

私は京都府山科の出身、京女は意外と“イケズ”よ(笑) 私は違うよ。

〈渡嘉敷〉 東京四谷辺りと聞いている。親の都合であちこち動いていたからね。趣味は今無いけど、以前は山登り。仲間を引き連れて百名山を歩いた。楽しかった！ ピアノを弾くのも好きだったなあ。あなたは何故“山吹”に来たの？

〈村本〉 夫と一緒にオレンジサロンに参加していた昨年に大病をして、「この先どうしたらいいんだろう」と本当に困っていた。その時に、だんだん会の中嶋さんに声をかけてもらったの。それから本当に世話になってきた。先週受診の為に京都に行けたことも、夫の事も・・・。

“山吹”に入所した事も、中嶋さんに本当に助けていただいた。

〈渡嘉敷〉 え〜、そうなの？ 全然病気なんて見えない、お元気そうにみえるわ。



Q：これからどんなふうに暮らしていきたいですか？

〈村本〉 病気がきているから、“生かされている”と言う感じがして、日々を本当に大事にしたいと思っている。窮地に陥った時に出会えた中嶋さんや、私の病気の処置をしてくださった京都大の先生には感謝しきれない。感謝を忘れずに生活したい。

〈渡嘉敷〉 私も今は不満なんてないわ。周りの人はみんな良くしてくれるし、スタッフの人は深く干渉し過ぎないし、でも困った時には言えるしね。今までも苦労してこなかったと思うけど、もともと気にしない性格なのよね。気にしたってしょうがないって考える方なのよ。でもその方が楽に暮らせるわよ。(笑)

〈村本〉 美智子さんのそういう性格、素敵よ！羨ましい！自然の中で緑に囲まれて生活できることは嬉しいし、本当に自由に生活している。お願いが一つ、真夏には涼しい早朝に散歩に出たいけどお願いできるかなあ。



**Q：シビアな質問ですが、最期までここで暮らしたいですか？
最期を一緒にすごしたいと思う方は？**

〈渡嘉敷〉「最期までここで」と思っている。顔見知りの皆さんに囲まれて最期を迎えられたら幸せ。追ん出されないように気を付けなくちゃね(大笑い)

〈村本〉 そうよ、私も。できれば「夫を送ってから」と思っているけどね。夫の事が気がかりなもの。



1時間ほどに及ぶインタビューでもっともっとたくさんの事を話していただいたのですが、そのすべてを、その雰囲気をご紹介できなくて残念！次号は第2弾！ どんなお話を聞かせていただけるのか楽しみです。

(石川由美子、吉田久美子)

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

インタビュー

鬱陶しい梅雨に入っても、“わがままハウス山吹”の入居者の皆様は、各々のライフスタイルと共有の時間を楽しんで過ごされています。

前号に続き、入居者の皆様へのインタビューです。

今回は1月6日生まれの真崎博子さん、2月21日生まれの和田國恵さんに

- ①こちらに入居される前はどんな生活をされていたのですか？
 - ②こちらに入居された時のお気持ちは？
 - ③これからどんな風に暮らしていきたいですか？
 - ④ご家族のお気持ちは？
- 等々、お話を伺いました。

【真崎博子さん】佐賀県生まれ。昨年10月脳梗塞を患い、11月入居。

- ①昨年4月まで48年間、洋裁教室を開いて洋裁を教えたの。
年に2回かしら、皆で旅行をしたり、楽しかったですよ。
- ②何でここにきたのか、来てからどう過ごしたのか、当初のことは全然覚えてないの。
でもすぐに慣れましたよ。病気をしてから一人暮らしは不安なもの。
ここなら安心。娘も近くに住んでるし、ホッとしています。
- ③この暮らしにすっかり馴染んで居室は自宅。自宅は自分の世界。色々な思いを巡らせて飽きずに過ごしているの。子供たちと暮らさなくても大丈夫。苦手な方もいないし、私は柔軟な対応ができるので、ここで最後まで暮らしていこうと思うの。
- ④<長女>母がここでの生活をどんなふうと考えているか気になっていました。
居室を自分の城と思い、最後まで、ここで、生活していこうとの思いを知ってほっとしました。
ここなら家族が最後まで一緒に過ごすこともでき安心しています。



マスク不足の時、入居者、スタッフにマスクを作って下さり、ありがとうございました。
次は、40歳からなさっている謡(うたい)を娘さんにご披露いただけたら嬉しいです。

【和田國恵さん】岡山県生まれ。4月開所と同時に入所。

- ①“山吹“の近隣でペンションをしていたけれど、夫が亡くなってからは一人暮らし。親戚に一人暮らしを心配されていた矢先、“山吹”の内覧会を民生委員さんから進められたの。
宮崎さんと中嶋さんの話を聞き、自分の家と同じように暮らせると思い、すぐに入居を決めたの。
- ②ずっと一人で自分のペースで暮らしてきたので、自分の生活、自分の時間を大切にしながら、他の入居者の方とも和やかに過ごせたら良いなと思うの。
自分が必要とされる事、できる事があればいつでもしたいと思ってるの！
- ③今、ここで自分の思うような生活ができていると思うの。
話がしたいときは、気持ちの通う入居者の方との会話が楽しく、癒されてるしね。



いつも明るく元気な和田さん。これからもご本人の望む”山吹”での生活を応援していきます。

吉田 久美子

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

インタビュー

現在、山吹では11人の方が暮らしていらっしゃいます。入居者の皆様にインタビューをさせていただき、今回は長谷川さんと西澤さんをご紹介します。

【長谷川綾子さん】 新潟県三条市生まれ。昨年5月入居
☆ここで暮らすことになったきっかけは？

大学1年の時、教授に勧められてから八ヶ岳南麓には50年間、年に5回は通っていたの。昨年、一泊二日のつもりで来た‘わがままハウス山吹’だったけど、緑豊かで、こぢんまりとして落ち着いた雰囲気が気に入って、一生住んでも良い所だなと思いました。



☆今の暮らしは？

居室では三条新聞を読んだり、テレビを見たり、気ままに過ごしています。居間や食堂では気心の知れた入居者の方とお話をしたり、つかず離れず、穏やかに、自分のペースで生活できています。

☆これからは？

お気に入りの環境の‘わがままハウス山吹’で最期まで暮らせたらと思っています。ここで何気ない普通の生活が送れるよう、お手伝いしていきたいと思っています。

いつも周囲の方に気を配り、そっと手を貸して下さる長谷川さん。長谷川さんの思いを大切にしていきたいと思っています。

【西澤蘭子さん】 長野県飯田市生まれ。昨年12月入居
○山吹に入居される前はどんな生活をされていたのですか？

横浜からここに引っ越してきて直ぐに退屈になっちゃったのね。そこで小さい家建てて店を始めたの。娘がイギリスにいるのよ。イギリスでなんか買ってきて売ろうかしらってね。楽しかったわ。カフェをやってその周りに置いてね。料理は大好きだったの。主人より私がやりたかったことね。



○こちらに入居された時のお気持ちは？

『山吹』に来たのは軽い気持ちよ。家に帰ると寂しいもんね。私ご近所付き合いしてたからみんな親しくしてたけど、でも夜になると寂しいのよ。試しに『山吹』ともう1ヶ所、2泊3日で泊ってみたの。もう1つのところは大きいからなんかざわざわしてて・・・。

○これからどんな風に暮らしていきたいですか？

今まで通りでいいわ。人と争うのはイヤだから。みんな良い人ばかりよ。一緒に暮らしているのだから仲良くしたいの。

誰とでも仲良くしてくださる西澤さんは、山吹にとってかけがえのない人です。今までどおり楽しく暮らしていきたいと思っています。

(寄り添いスタッフ 吉田・森)

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

インタビュー

山吹で一番お若い小林洋子さんと2番目に長老の茂木みつ子さんにお話を伺いました。静かに耳を傾けると、それぞれの人生のページを開いてくださいました。

【小林洋子さん】 長野県富士見町生まれ。昨年10月入居。

★山吹に来るまでの生活を教えてください

30年前から母が寝たきりになる10年前まで、書道の教室を持っていて生徒さん達に教えていました。

母の「最後まで慣れた家で過ごしたい。洋子に看て貰いたい」という願いを叶える為に、103歳で母が亡くなるまではずっと一緒にいて、介護をしていました。



★山吹に入居時の気持ちを教えてください

足を痛めていた私を心配して、リハビリの為に友人が山吹を紹介してくれました。冬の間だけ、春に山吹が咲くまでは居ようと思ったんです。自然豊かで静かな環境がとても気に入りました。部屋の窓を開けると、馬が見えて、緑が目に入り、新鮮な空気が入ってきて、とても気持ちが良いんです。『ここは私の居場所だわ』と思いました。

★これからどんなふうに暮らして行きたいですか？

母を見送ってから、これからが私の老後と思っています。父がよく「やりたい事は今やりなさい」と言っていたので、後悔のないようにやり残した事をやって行きたいと思います。

いつもスタッフ・入居者と分け隔てなく優しい小林さん。これからも大好きなお散歩をはじめ、好きなことをたくさんしていただきたいと思います。

【茂木みつ子さん】 甲府生まれ95歳。昨年4月入居。

○ご主人はどんな人でしたか？

名前はたけし。優しい(笑)。何も言わないけどね分かるから。怒ることを言わない。いつも笑っちゃう。親切。何でも食べるからいい(笑)。

○どんな料理を作りましたか？

自分の炊くおかずは大好き。豆とかね、ごぼうとかね、芋もみんな炊いて食べてた。自分で炊いた方がいい。いつもそう思うよ。

○好きなものは？

生の魚(笑)。二人で食べる(笑)。私の誕生日にね、いつもね、おこわをふかすの(笑)。刺身を買ってきて二人で食べるの。二人が好きだから。

○おみそ汁は？

味噌を作って、おつゆにして食べるの。煮干しを取ったりね、かつお節で取ったり。よくね、麩を入れたり、大豆を切ったのと油揚げを入れるの。

○これからどんなふうに暮らして行きたいですか？

そうだね、好きな時に寝て、自分の好きなものを食べて……。このままで……。



茂木さんの笑顔はいつも私達を幸せな気持ちにさせてくれます。これからは茂木さんのお好きなお刺身をたくさん食べていただきたいと思います。

(寄り添いスタッフ 根木・森)

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

お月見会！！

今年の十五夜は10月1日。一足早く9月28日に山吹のみなさん全員でお月見会をしました。とても良い天気だったので、山から上がってきた十五夜の3日前の月が明るく空を照らしていました。

ススキや女郎花やコスモスが大きな花器に活けられ、その横には月見団子や果物が飾られて、お月見会の雰囲気盛り上げていました。部屋に入ってきたみなさんの歓声が聞こえました。



お月見弁当は、かぼちゃでできたお月様（雲がかかっています）、そのお月様を丸いはんぺんのウサギが見上げています。

煮物は、大根、ごぼう、人参、がんとどき、手綱こんにゃく、かぼちゃ、インゲン。別々に煮た7種類の味に美味しいと声が上がりました。それからタラと舞茸のクリーム煮や、コーンが入ったハンバーグ、卵焼きなど、心のこもった料理に感謝です。

調理してくださった方は、「皆さんに喜んでほしいので工夫しました」とおっしゃっていました。

（「キッチンハートランド」さん、ありがとうございます）

デザートは、職員の飾りつけのお団子。



わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

お爛した日本酒をお酌し合いました。山吹の最高齢（99歳）男性の乾杯に大きな笑い声が沸き起こり、会食がスタートしました。

食事が進むと同時にビールやワインや焼酎をお酌しながら「これが生きがい。人生カッコつけんでよい」とご機嫌な声。

それから、月にまつわる歌をみんなで歌いました。



皆さんの感想は・・・

- ・「お月見会でこんなの初めて」
- ・「ごちそうさまでした。酔っぱらっちゃいました」
- ・「思いがけなく嬉しかったです」
- ・「いつもと変わった料理で、来年の十五夜も生きていたい」
- ・「とても楽しい。(僕は)本当に可愛いから(僕のことを)もう可愛いと言わないで」
- ・「“お月見の会”って初めて」
- ・「楽しかった。私は二人分食べたのよ。ごちそうさまでした(笑)」

散会するのが名残惜しく、部屋に戻らずいつまでもそこでおしゃべりをしていました。

(寄り添いスタッフ 根木・森)

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

歓迎会！！

10月より新しく山吹に入居された“上林利子さん”の歓迎会を行いました。東京生まれ。三歳まで山形で過ごし、また東京へ。元看護師でいらっしゃる、20年前に北杜市へ移住されました。(だんだん便りでご紹介させていただくこと、恥ずかしがりながらもご本人にOKをいただきました。ありがとうございます。)



乾杯！

この日は上林さんの親友も東京から駆けつけて参加してくださいました。先輩入居者の方から、始めの挨拶で歓迎会のスタートです。「ここは良いところです。天国のようです。皆で楽しく、仲良く暮らしましょうね」

自己紹介

美味しい食事と、お酒も楽しみながら、皆さんにも一人ずつ自己紹介をしてもらいます。

これも八ヶ岳という土地柄なのか、山吹の皆さんは出身地も様々。北は新潟県から南は佐賀県までと、日本全国津々浦々です。

今までの人生でおひとりおひとりが様々な経験をして来られた、人生の大先輩達がひとつ屋根の下、わがままハウス山吹という“家”で暮らしています。



皆さん頬がピンク色になり、楽しい話題も尽きませんが、そろそろお開きの時間です。最後に花束の贈呈をして、散会となりました。



上林さん、ようこそ山吹へ！！ 山吹での生活、どうぞ楽しんで下さいね！！

寄り添いスタッフ 大柴、根木

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)



今年も柿が来たよ！

山吹にも 2 年目の秋がやってきました。
「食欲の秋だね。」と頂いた百目柿をいつ食べることができるかとみんなで日にちの当てっこ。
そんな会話をしながら百目柿の皮を剥きます。
「私、3 個食べるわよ。」「11 月 14 日には、食べられる？」「11 月 20 日よ。」「11 月の末よ。」「(柿を剥いているのは、11 月 2 日)」「楽しみ。楽しみ。」と外に吊るしました。
さあ、いつになったら食べられるかな？
秋の風景の 1 ページがまた増えました。



本日、晴天！

さあ、みんなで、紅葉を見に行こう！
数人(希望された方)で車に乗り、山吹の周辺の紅葉を見ながら、小淵沢カントリー→富士見高原、八峰苑→ヨドバシカメラスポーツセンター(敷地内にある紅葉)のルートで向かいました。それぞれの場所のそれぞれの風景に皆さん歓声をあげていました。
ヨドバシカメラの所で写真を撮り、用意していったお茶を飲みました。
「お茶があるなんて最高！」「美味しいわ」
皆さん大喜びでした。
帰りに車中では、こんな会話が聞こえました。
「こんなに綺麗な紅葉を見に来ることができて嬉しい」
「空が八ヶ岳ブルー」
「最高！」
「今年もいいこといっぱいあるね」
「風も無く天気最高、こんな幸せないわ」
「色々な色があってすばらしい。」
「綺麗、綺麗」の連発でした。



(寄り添いスタッフ 浅川・大柴)

わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

2021年の幕開けです！

力強い初日の出は、私たちに大きな力と元気をもらえますね。山吹のみなさんも元気に新しい年を迎えております。お正月のお祝い膳を囲む皆さんは笑顔がいっぱい！！

新春インタビュー

みなさん口々にこうおっしゃいました。

この一年を健康で過ごしたい！

そして一日一日を大切に、

みなさんと和やかに暮らしたい



たくあん漬け



ほーら、たくあん漬け上手にできたでしょ。
40本漬けたけど春までもつかしら？！

オーナメント作り

オーナメント作りをした後、みんなで集合写真



令和3年、山吹での生活が始まりました。
八ヶ岳の大きな自然に抱かれて、さあ楽しいこと、嬉しいこと、素敵なことを、みんなで、いっしょに、たくさん！

寄り添いスタッフ 池永、浅川



一般社団法人だんだん会が取り組む4つの事業。左上／地域看護センターあんあん（訪問看護）、右上／定期巡回てくてく24（定期巡回・随時対応型訪問介護看護：一体型）、左下／グループホームわいわい白州、右下／わがままハウス山吹（多機能型シェアハウス）

看護の力で地域を守る

移住ナースと地元ナースの協働で新たな事業を展開

一般社団法人だんだん会（山梨県北杜市）

住みたい田舎として人気が高く移住者が多い山梨県北杜市。そこに、東京で在宅ケアや認知症グループホームの運営に40年近くかかわってきた宮崎和加子さんが移住。北杜市の医療・看護・介護の充実のために、ナースに何ができるか——新たな挑戦が始まった。

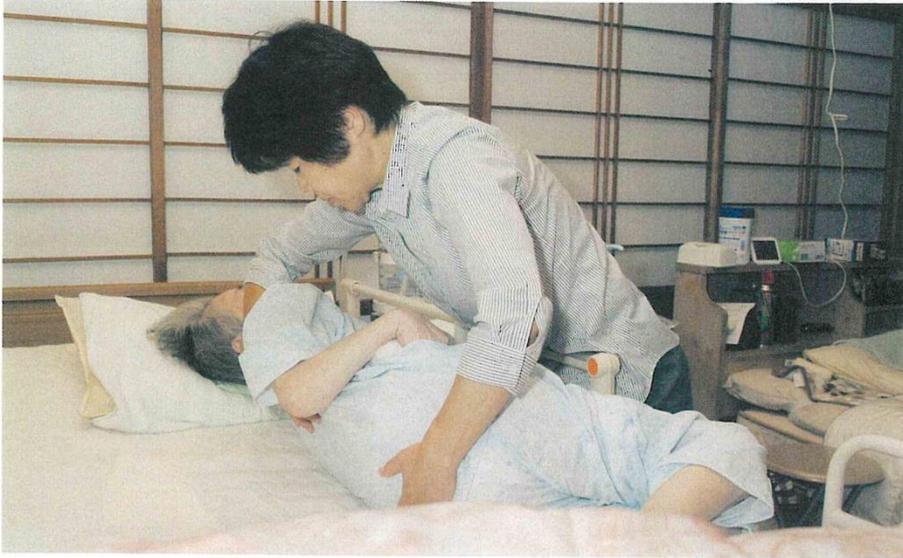
【取材先】

- ・一般社団法人だんだん会 長坂事務所
山梨県北杜市長坂町夏秋918-5 電話0551-45-9566
- ・地域看護センターあんあん
同上 電話0551-30-7505
- ・定期巡回てくてく24
同上 電話0551-30-7787
- ・グループホームわいわい白州
山梨県北杜市白州町白須1023 電話0551-30-7566
- ・わがままハウス山吹
山梨県北杜市小湍沢町10123-2 電話0551-45-6323



一般社団法人だんだん会 長坂事務所の外観。ここに地域看護センターあんあん、定期巡回てくてく24の事務所もある

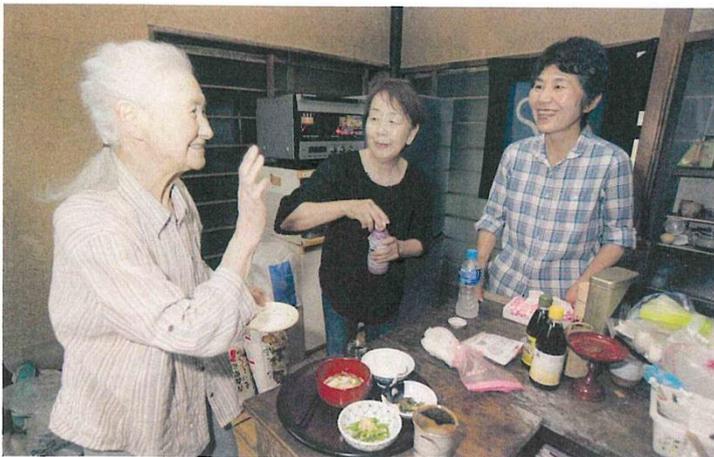
地域看護センターあんあん(訪問看護) &
定期巡回てくてく24(定期巡回・随時対応型訪問介護看護:一体型)



地域看護センターあんあん所長の浅見玲子さん。週5日褥瘡処置等を実施している利用者への訪問看護。介護家族は「“あんあん”さんが親切・丁寧に対応してくれるので安心です」と言い、褥瘡が治り、尿道カテーテルが外れて行動範囲が広がり、車いすで外出できるようになることを心待ちにしている。“あんあん”の利用者は月平均50名。2018年度の看取りは33件。常勤職員4名、非常勤1名



定期巡回てくてく24所長の西室徳子さん。認知症を持つ写真の利用者は、365日1日2回の訪問を受け自宅で1人暮らしを続けている。前日からの引き継ぎで、なくなっていた牛乳を西室さんが途中で購入して訪問。毎日複数回の訪問で信頼関係を築き、人を寄せ付けない方だったが「私のためにまごころを込めて接してくれているのがわかるようになった」と言う



上/続いて、“てくてく”介護職の渡辺斗子さんが訪問しているもう1人の利用者のお宅にお邪魔した。発熱して体調を崩していたが、早期発見・対応により持ち直していた。左/一緒に食事の準備をしているときに、認知症の利用者が「どうしてこんなになってしまったんだろう」と体調不良をいぶかると、渡辺さん、西室さんから「1時間も草取りをしたからよ」とつっこみが。こんなやりとりができるのも、365日1日2回訪問し、日常を把握しているからだ。“てくてく”の7月の利用者は13名、常勤職員4名、非常勤7名。わがままハウス山吹にも訪問している

グループホームわいわい白州



グループホームわいわい白州は、2つのユニット「尾白」と「摩利支天」から成る。1ユニット9名×2で計18名の定員。2019年7月現在は満室。常勤職員11名、非常勤4名。上左／「尾白」のリビングでくつろぐ入居者。上右／「尾白」スタッフの介護職・湯舟康弘さん（写真左）と看護職・海野恵美さん（同右）。中央は入居者



上左／「摩利支天」のユニット長（介護職）・近藤浩さん（写真右）と介護職・清水恵子さん（同左）。中央は入居者
上右／ドラッグストアで買い物をする入居者と付き添いの介護職・大柴弘美さん
左／午前10時40分、「摩利支天」のリビングで、くつろぐ入居者。食事の時間などスケジュールは決まっていないため、まだ食事中的の入居者も。のびのび、ゆったりと、自分らしくがコンセプト



グループホームわいわい白州の外観。左が「尾白」、右が「摩利支天」

わがままハウス山吹 (多機能型シェアハウス)



取材当日は6人の入居者中5人がそろって夕食に。食事はいつでもどこで食べても自由。外食の場合もある。ここは、なんの制約もなく、自由にわがままに暮らすことができる家。超高齢者、要介護者、終末期の方が長期でも短期でも入居でき、安心してともに過ごせるシェアハウス。住民主体型サロンも開催している



上/短期入居の方(写真左)と談笑する宮崎さん。左/きよさと診療所の医師・福雷みずほさんが入居者へ往診。医療・看護・介護が必要となった場合は外部のサービスを利用する。福雷さんとは“あんあん”や“てくてく”でも連携している



左/わがままハウス山吹外観。国土交通省スマートウェルネス住宅等推進モデル事業で費用の補助を受けて空きマンションを改修
右/寄り添いスタッフの池永博子さん(写真左)と石川由美子さん。ケアマネジャーの経験がある石川さんは「山吹」に施設のような決まりがないことに最初は戸惑ったという。入居者をどう支えていくかを皆で話し合いながら決めていくうちに「もっと自由でいい」と気づき、「新しいことにチャレンジしていきたい」と目を輝かせた



移住ナースと地元ナースの出会い

2013年、一般社団法人全国訪問看護事業協会事務局長だった宮崎和加子さんは、還暦後は豊かな自然に囲まれて暮らしたいと、山梨県北杜市への移住を決めた。退職が目前に迫った2015年の夏には、60歳で東京での活動に終止符を打ち「北杜市で地域の人々が自分らしく暮らし最期を迎えるために不足している介護関連サービスをつくってほしい」と決意。事業立ち上げの相談のために北杜市役所に足を運んだ。そこで、当時介護支援課課長だった保健師の中嶋登美子さんと出会う。

宮崎さんは中嶋さんに自分の夢を語った。

「たくましく力量のあるプロの看護職と介護職の集団で地域包括ケアの中核を担い、健康なときから住民にかかわり、重度になっても地域で暮らせるようにしていきたい」。

中嶋さんにもかねてから「地域で看護の力を発揮して、住民や医療関係者にその独自性を認めてもらいたい」という思いがあった。「宮崎さんとならそれが実現できるかもしれない」と期待に胸が膨らんだ。



一般社団法人だんだん会理事長・宮崎和加子さん

い」と期待に胸が膨らんだ。

2015年の秋、北杜市で認知症グループホーム運営の公募があると知り、法人を立ち上げ、手上げすることに。

2016年1月19日、宮崎さんが理事長となって一般社団法人だんだん会(以下:同会)を設立。同年3月末に、自立支援中心を謳った認知症グループホームが公募で選出された。

宮崎さんは2016年4月から北杜市で本格的に移住生活を開始。同時期中嶋さんも北杜市役所を定年退職し、同会の理事となった。

こうして移住ナースと地元ナースが一緒になって次々と地域の医療・看護・介護を担う新たな事業を展開していくベースができた。

さらなる出会いと展開

2016年10月、宮崎さんは中嶋さんの紹介で訪問看護ステーションの立ち上げに悩んでいた地元ナースの西室徳子さんと出会った。西室さんの「思い切り訪問看護をしたい」という気持ちを受け止め、同会の事業として2017年2月に地域看護センターあんあん(以下:“あんあん”)を開設。

“あんあん”立ち上げ前の2017年冬には、北杜市による定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業の公募があり、宮崎さんはこれまでの経験から「このサービスが地域包括ケアのカギになる」と考え、これも手上げし、選出された。在宅での看取りも視野に入れ、そのためには看護職が中心となって取り組む必要があると〈看護強化タイプ〉と銘打ち定期巡回てくてく24(以下:“てくてく”)

のサービスを2017年10月に開始し、西室さんが所長となった。

西室さんは「介護職と連携して頻回に利用者とかかわることで、重症化を予防することができ、利用者が好きな自宅で暮らし続けることを支えていけるのが楽しい」と話してくれた。

近隣の地域の病院で看護部長をしていた浅見玲子さんも仲間に加わり、のちに“あんあん”の所長となった。「これからの訪問看護師は訪問するだけでなく、地域看護師として活動の場を広げ、多職種と連携し地域を包括的に見ていく意識を持つ必要がある」という宮崎さんの考えに魅せられたという。

“てくてく”と“あんあん”が協働して訪問していたALSの利用者がいた。食事・排泄などの生活支援は“てくてく”が、医療的ケアは“あんあん”が実施。“てくてく”の職員は1日何度でも、利用者がベルを鳴らせば訪問する。それがALS利用者の安心につながっていた。

最期が近づいてきたときには、“あんあん”の看護が支えた。訪問看護



同会理事・中嶋登美子さん



オレンジサロンわいわい白州

中嶋さんが声かけした市民ボランティアの協力により実施している「認知症カフェ」。参加者は、認知症の人とその家族、認知症を予防したい・理解したいと思っている人など、毎回15名ほど。グループホームわいわい白州2階地域交流スペースで月2回の開催のほか、だんだん会長坂事務所でも月2回開催。朝日新聞厚生文化事業団からの助成金100万円（初期費用と3年間の運営費）を活用している。中嶋さんは「認知症の人が地域で自分らしく暮らしていくために、市民が自分ごととして受け止められるように、この取り組みをもっと地域に広めていきたい」と話してくれた

師は人がどのように亡くなっていくのか少しずつ介護家族に伝えていく。このALSの利用者も介護家族が1人で最期の呼吸停止を確認することができた。連絡を受け訪問した医師や看護師とともに看取りを終えた後、亡くなられた方が好きだったコーヒーを皆で飲んでお別れをした。

浅見さんは「死に方は残された人のためにある。よいお看取りができてよかったと思えることが大切」と言う。

市民参加でできた 多機能型シェアハウス

移住者が多い北杜市には、移住者同士が交流を深めるためのさまざまな活動を行うコミュニティがある。そこで、どうしたら最期まで自分らしくこの地域で暮らせるか話し合いを重ねていた5人の仲間（ハヶ岳根っこの会、以下：根っこの会）が

いた。1人暮らしの高齢者が集う場所や、ホームホスピスをつくりたいとの思いを持っていたがなかなか実現に至らなかった。

2017年秋、根っこの会とだんだん会が出会ったことで、その思いが「わがままハウス山吹」（多機能型シェアハウス、以下：“山吹”）として実現した。

“山吹”には、住民主体型サロン「わたしの茶の間」の開催、1人暮らしが不安な高齢者や重度者が入居する「見守り付きハウス」、看取りを行う「別荘ホスピス」の3つの機能がある。食事をつくるなどの生活支援をしながら入居者を見守る“寄り添いスタッフ”が8時～20時まで常駐している。亡くなるまでの長期の入居でも、1日だけの短期でも利用可能だ。根っこの会のメンバーは寄り添いスタッフとして働いている。

近くでペンションを経営していた

長期の入居者は家族を亡くし1人暮らしだった。「ここではなんでも自分で好きなようにできるし、みんなとおしゃべりできて1日があっという間」と話してくれた。

*

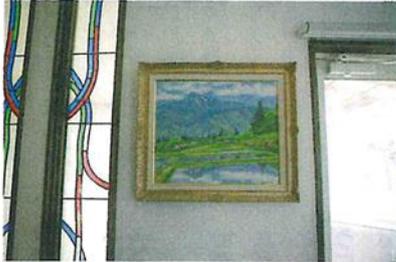
だんだん会ではさまざまな事業を看護・介護が一体となって、質と量を確保しながらサービスを提供している。これは人口およそ4万7000人の北杜市のような規模の地域で行う新たなケアモデルとなるのではないかと宮崎さんは教えてくれた。

撮影：坂元永 文責：阿部真里子（編集部）



だんだん会 長坂事務所周辺の眺め

ロードマップ その先の明日へ



▲「ハケ岳根っこの会」のメンバーや地域住民から寄付された絵画や工芸品



▲「わがままハウス山吹」の魅力について、「みんな仲良し。それから自由です」と答える入居者



▲「一人暮らしを心配していた親せきに安心してもらえました」と話す入居者



▲ベンションをバリアフリーに改築。明るく、落ち着いた雰囲気

象となる人が決まっているが、ここでは夜間の見守りが必要な人を除き、年齢制限も介護認定の必要もない。北杜市の住民票がなくても入居でき、二人で一部屋を使うことも可能だ。「認知症の人であればそうでない人もいる。激しい性格の人、穏やかな人、その違いがそのまま生活に現れます」と宮崎さん。「それでも

一緒にいられる住まい方は、いわばまちづくり、コミュニティづくりです」二つ目の特徴は、人との関わり合いが基本にあること。入居者同士の交流を促す家づくりには力を注いでいる。入居者の一番身近にいるのは介護職ではなく、寄り添いスタッフという地域市民だ。「トイレに行ったか」「食事はできたか」と

「そのような生活支援のための声掛けではなく、読んだ本や買いたい洋服、気になるニュースの話ができる身近な人の存在が、入居者の生活を豊かにしてくれる。介護が必要な人は定期巡回のサービスを受ける。健康状態によっては、看護師や医師が往診し、理学療法士が来ることもある。内部の仕組みはシンプルにして、外から必要なサービスを持つてくるトッピング方式だ。三つ目は入居者の自治。定期的に開かれる「ほっこりミーティング」では、入

居者全員がリビングに集まり、暮らしにくい点や改善案について話し合う。ペットを飼いたい、漬物を漬けたいなど、話し合うたびにさまざまな意見が出る。中には運営法人として実現できないこともあるが、まず入居者主体で話し合うことが大切だと宮崎さんは言う。

「延命が第一優先のような社会になってしまったけれど、そんなことはありません。人生の最期に心から関わり、できる限りのことをして、ご本人も周りの人も満ち足りた気持ちになる。みんながハッピーになるお別れ。そういうものが本当にあるの。そういうふうに見えるのよ」と、宮崎さん自身、幸せそうに語った。

地域の市民の交流と参加が、自分たちが望むサービスを生み出す。共助と自助を支える公助が必要だ。

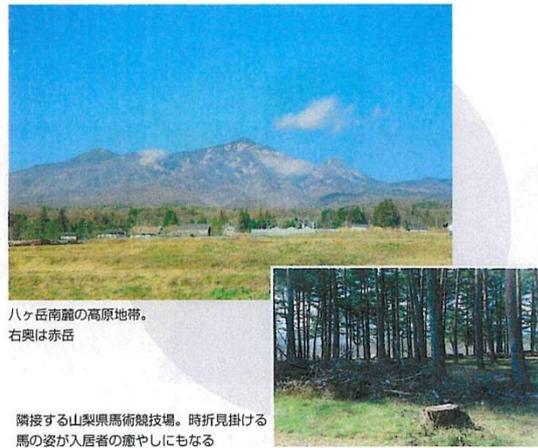
住民参加の住まいづくり

JR小淵沢駅から車で5分、南アルプス・北岳を望む馬術競技場の隣に、だんだん会が運営する「わがままハウス山吹」がある。朝8時から夜8時まで「寄り添いスタッフ」と介護職員の二人が常駐し、超高齢でも、要介護でも、終末期でも、安心して暮らせるシェアハウスだ。

わがままハウス山吹のきっかけをつくったのは、移住者の自主的な集まり「八ヶ岳ふるさと倶楽部」(のち「八ヶ岳根っこ会」)。4、5人のメンバーが助け合っ

て暮らすための勉強会を続ける中、ホームホスピスのようなものを造りたいとの構想が生まれ、その方法を模索していた。その時知り合いの紹介で相談することになったのが宮崎さんだった。

八ヶ岳根っこ会のメンバーの希望は三つあった。まずは、家で終末期を迎える人のホスピスボランティアをすること。二つ目は介護認定の有無にかかわらず集まれるサロンの運営。三つ目は入居者同士の交流がありプライバシーも守れるシ



八ヶ岳南麓の高原地帯。右奥は赤岳

隣接する山梨県馬術競技場。時折見掛ける馬の姿が入居者の癒やしにもなる

空きペンションの中から、現在の建物を選んだ。床暖房を入れ、風呂やトイレをバリアフリーにし、スプリングクラーと室内エレベーターを設置、玄関には車いす用の昇降機を付けた。もともと若者向けに造られていた築30年のペンションは改築費がかさんだ。

一方、八ヶ岳根っこ会のメンバーや地域住民の協力には目を見張るものがあった。庭の手入れをする人、季節に合わせて室内の装飾をする人など、それぞれができることを提供する。寄付金代わりに玄関に大きなステンドグラスを取り付けた人や美術品や工芸品を寄付する人もいる。体が弱っても介護施設へ入所せず暮らせる家、人の声が聞こえ、自分がしたい暮らしができる家、そういうものを造ろうと話し合い、合意してきた強みだ。

見守られ、自由に暮らす

こうして多機能型のシェアハウスが完成、19年4月から入居が始まった。わがままハウス山吹の一番の特徴は入居する人を選ばないこと。一般に介護施設は対

ロードマップ その先の明日へ

◆くずたに・まいこ 群馬県生まれ。フォトグラファー。障害の有無にかかわらず安心して撮影できるスタジオ「Photostudio-Home」代表。

八ヶ岳南麓に恋して

山梨県の北西、長野県に接する北杜市は、移住希望者からの人気が高い自然豊かな地方都市だ。一般社団法人「だんだん会」理事長の宮崎和加子さんも、八ヶ岳南麓の自然に魅了されて移住した一人。東京都内で40年近く、訪問看護の仕組みづくりや認知症の人のためのグループホーム開設など、市民が地域で暮らし続けるためのサポートを仕事としてきた。

「山形県出身だからか、山が大好き」とほほえむ宮崎さん。夫の仕事の関係もあり、しばらくは東京と行ったり来たりしながらいずれは定住する先を、元気なうちから探しておこうと思っていた。東京から2時間圏内、空気が澄み、山々をきれいに見渡せる北杜市が、宮崎さんの希望にぴたりと合った。庭先からネギヤシソを採ってきて蕎麦を食べる。そんな暮らしを80歳、90歳になっても続けていこうと、退職後に移住した。「一人も知り合いのいない土地に、落下傘のようにポツンとやってきたの」

ところが、「調べてみたら北杜市の介護サービスが意外に少なかった」と宮崎さんは打ち明ける。折りしも、市が認知症の人のグループホーム開設事業者を公募した。文句を言っても始まらない。ないなら造ろうと心が動いた。「箱だけ造ってもダメ。東京での経験を生かして、いい中身、徹底した自立支援のグループホームを造ろうと思いました」。市の事業に応募するため、宮崎さんは医療、看護、介護、経営と分野ごとの専門家を理事に迎え、だんだん会を設立。看護職が



一般社団法人「だんだん会」理事長、宮崎和加子さん。
法人や事業などの名称は「親しみやすく覚えやすく」をモットーに、常に「みんなで」話し合っ決めてと言う

中心になって運営していくような法人にしようとして一致した。

2016年、だんだん会は選定され、翌年4月、認知症高齢者のグループホーム「わいわい白州」を開所。「地域住民と力を合わせ、地域の保健福祉の向上に寄与したい」という法人の理念に共感してもらえたのか、介護職員が集まってくれた」と宮崎さん。グループホーム開所前の2月には、「地域看護ステーションあんあん」がスタートし、医療ニーズの高い人、終末期の人の自宅療養を支援する体制ができた。

グループホームに続いて、北杜市が定期巡回サービスの公募を始めると、宮崎さんは職員と協議を重ね、赤字覚悟でこれに応じた。1日複数回巡回して介護や生活支援をするサービスなしに、高齢者が自宅で暮らし続けることはできないと熟知していたからだ。重度の人、終末期の人も対象にしたいと、トップを看護職が担い、必要に応じて職員を増やしていくことにした。10月、必要最低限の人員で定期巡回サービス「てくてく24」が始まった。

連載 20 ロードマップその先の明日へ

目的地にまっすぐでなくても、当初予定の場所でもなくとも。さまざまな課題に出合い、時に寄り道しながら、自らの道を探る多様な人々の姿を紹介します。

住まいづくりは、まちづくり

——支援付き共生住まい「わがままハウス山吹」



季節に合わせた装飾など、地域住民のちょっとした気遣いが暮らしを彩る

住み慣れた地域で暮らし続けたいと願う人は多い。一方、仕事や家族の変化を機に都市部から地方への移住を検討する人も増えている。移住先で人生を豊かに全うするためにどんな福祉が必要か、どんな住まい方が考えられるのか。必要なサービスが地域になれば「みんなで作る」。山梨県北杜市の一般社団法人「だんだん会」には、そんな精神があふれている。

撮影/葛谷舞子 文/本紙・元木知子



支援付き共生住まい「わがままハウス山吹」。敷地内にはヤマブキが自生する



平成 30 年度国土交通省スマートウェルネス住宅等推進モデル事業

『支援付き共生すまい山吹』 報告集

一般社団法人だんだん会・八ヶ岳根っこの会

山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

TEL 0551-45-9566 FAX 0551-45-9568

2021 年 1 月末