

シェアハウス、快適に暮らすには

シニア サポーター

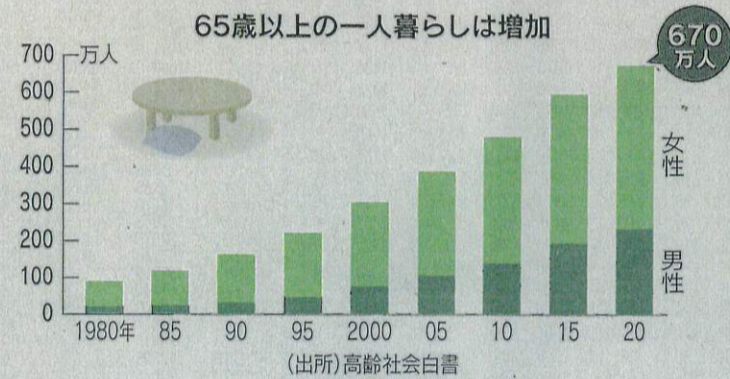
会社を退職し、都内で一人暮らしをしています。自由な日々ですが、人と会話する機会が少なく、シェアハウスへの入居を考えています。最近ではシニア向けの物件もあると聞きますが、シェアハウスでの暮らしが、シニア向けであることを知りたいです。

「おやつがあるけど一緒に食べる？」。6月上旬、東京都杉並区にある高齢者向けシェアハウス「和楽杉並」の共用リビングで、住人の男性(70)がほかの入居者たちに声をかけると談笑が始まった。

時には一緒に夕食をとり、お酒を飲みながら映画を見るという。「お互いのプライバシーに配慮しながら和気あいあいとやっている」。男性はシェアハウス暮らしに満足げな様子だ。

戸建て住宅を改修した和楽杉並には60代と70代の単身男性4人が共に暮らす。入居する別の男性(77)は仲間と一緒に暮らせば、お互いに健康状態を見守ることもでき、安心する」と

距離とって和気あいあい



シェアハウス生活のメリットと注意点

- | | |
|--|--|
| <p>メリット</p> <ul style="list-style-type: none"> 日々、同居人とコミュニケーションがとれる お互いに見守りができる 高齢者施設と比べて入居費が抑えられる | <p>注意点</p> <ul style="list-style-type: none"> 介護が必要になったら、自身でサービスの契約が必要 プライバシーへの配慮 物件数が少なく、立地は妥協も |
|--|--|

シェアハウス以外の住まいの主な選択肢は

- シニア向けマンション**
バリアフリー設計で、プライバシーを重視した自由な生活ができる。介護があまり必要ない人たちが主な入居者。一般的なマンションより購入費や賃料が高くなる場合が多い
- サービス付き高齢者向け住宅**
見守りや生活相談を受ける介護福祉士など専門家が日中常駐。自由に生活ができるものの、一般的な賃貸住宅よりも賃料がかかる
- 老人ホーム**
介護や食事などの支援サービスを常時受けられる。ほかの入居者たちと交流できる。利用料金は自治体運営の特養など公的施設は比較的割安だが、民間施設だと高額になることもある

健康状態も互いに見守り



高齢者向けシェアハウス「和楽杉並」のリビングで談笑する入居者ら (東京都杉並区)

和楽杉並は2年前に開業した。各居室にはベッドや収納が置かれる。トイレや浴室、キッチンが共用で、入居者らが清掃をする。家賃は月6万5000円〜8万円、周辺の賃貸マンションと比べると安い。

■協力も欠かせず
千葉県山武市にある高齢者向けシェアハウス「むすびの家」では現在、70〜90代の男性4人と女性6人が暮らす。

入居者たちが協力して生活を支え合うのが、この特徴だ。

ある入居者は徒歩10分程度の場所にあるスーパーマーケットへの買い物のため週2回、率先して自動車で

よる送迎役を引き受けている。また別の入居者はシェアハウス内で配るための野菜の栽培を始めた。

オーナーの田中義章さん(84)は「みんなで助け合

フリー化したマンションや老後の住まいにはバリアフリー化を始めた。

■病院と提携も

老後の住まいにはバリアフリー化を始めた。

介護福祉士などが日中常駐する「サービス付き高齢者向け住宅」などがある。シェアハウスの場合、入居者は基本的にサポートを必要とせずに生活できることが前提で、一人暮らしに不安があったり、交友関係を求めたりする人たちが主に入居している。

国土交通省によると、建築基準法上、シェアハウスは「寄宿舎」としての扱いになり、非常用照明装置の設置などを求められる。入居者との契約は民法などでの運用となり一般の賃貸マンションと同じだ。

また「シニア向け」としてルールが特設あるわけではないが、多くはバリアフリー化されている。なかには近隣の病院と提携して訪問診療を受けられる物件もある。

一般社団法人高齢者住まいアドバイザー協会の満田

将代表理事によると、シェアハウスの物件数は増加傾向で「老後生活の選択肢になってきている」。

■介護は早めに対処を
入居時に健康であったとしても、長く暮らしていると介護の問題が生じることもある。

東京都内にあるシェアハウスでは、入居者の一人が自由に歩けなくなり、ほかの入居者らによる支援が必要になったことで「げんかが起きてしまった」(管理担当者)。

満田氏は「介護が必要になったら、入居者たちに迷惑をかける前に公的なサービスなどを自分で契約して早めに対処してほしい」と助言する。

国勢調査や高齢社会白書などによると、2020年時点で日本の65歳以上の人口は約3602万7千人。うち一人暮らしをしているのは2割弱の約670万人に上る。10年前から1.4倍に増えた。

一方、介護などを必要とせずに自立した生活ができる「健康寿命」は19年時点で男性72・68歳、女性75・38歳。3年ごとに厚生労働省が公表しており、15年前よりおよそ2〜3歳分延びている。

生活にサポートを必要としない元気な高齢者は増え、シェアハウスへの潜在的な需要は膨らんでいる。シェアハウスの運営に詳しい日本大の久保田裕之教授(家族社会学)は「不安な老後を誰かと一緒に生活できるのは利点も多い。入居者同士で互いを尊重しながら折り合いをつけて問題を解決することが重要」と指摘する。(高橋耕平)