

出國報告（出國類別：考察）

高齡安居環境城市研習行程

服務機關：內政部建築研究所

姓名職稱：靳副研究員燕玲

派赴國家：日本（東京）

出國期間：113年9月2日至9月6日

報告日期：113年11月28日

摘要

關鍵字：超高齡社會、共生社區、無障礙環境

本計畫考察 Koinonia 終老住所(考察日本居家服務特色) (八千代市)、「52 間的緣側」日照中心(榮獲日本 2023 年優良設計獎) (橫濱市)、「空與海」身障就業支持中心(考察日本身障者就業支持與生活輔導之空間) (橫濱市)、「凸凹幼兒園」(考察日本發展遲緩兒童課後輔導空間) (橫濱市)、「春日台中心」失智症團體家屋(考察日本小規模多機能空間特色) (榮獲日本 2023 年優良設計獎) (橫濱市)、「葵照護」失智症團體家屋(考察日本知名社區照顧案例特色) (橫濱市)、Nobishiro 青銀公寓 (考察青銀公寓物業管理特色) (橫濱市)，及 GOEN 長照機構(考察日間照顧、照顧管理、居家護理特色)。透過本次考察，可學習日本共生社區及建築環境之精神，強化及落實自助、互助、共助、公助的友善高齡者共生建築環境研究，探討支持「照顧者」與「被照顧者」共生共好的建築環境，及落實共生社會中的自立精神的建築環境規劃。

考察建議包括下列三項：一、建議借鏡日本跨領域之無障礙政策，導入國內友善高齡照顧環境之建置。二、建議參考高齡者自助互助共助公助精神，健全國內高齡者照護空間環境。三、建議進行日本社區共生環境制度的相關研究，了解日本如何將社區共生與居住環境改善結合。

目次

壹、考察目的.....	3
貳、考察過程.....	4
參、考察心得.....	47
肆、建議事項.....	49
伍、附錄.....	50

壹、考察目的

本計畫依據本部 113 年度「高齡者安居環境城市研習行程」，研習行程共計 5 日。回顧日本社會對於高齡照顧的理念變遷，值得注意的是安倍晉三政府於 2015 年提出「地方創生」經濟政策，期待透過地方經濟的振興、平衡區域發展，吸引人口移居，並於 2016 年提出「地域共生社會」政策。2016 年，日本政府成立「共生社區社會本部」，顛覆原本將人們劃分為「照顧者」與「被照顧者」的二分法，而是創造「共生社區社會」，社區裡每個人活用自身能力，互相照顧、共融共生。

在「共生社會」的背景下，不論是高齡長輩、身心障礙者、甚至是兒童，都是其中一份子，如何共同實踐共生的理念，這也是本次行程規劃之重點：

一、高齡者：

- (一)「Koinonia」終老住所(考察日本居家服務特色)
- (二)「52 間的緣側」日照中心(榮獲日本 2023 年優良設計獎)
- (三)「春日台中心」失智症團體家屋(考察日本小規模多機能空間特色) (榮獲日本 2023 年優良設計獎)
- (四)「葵照護」失智症團體家屋(考察日本知名社區照顧案例特色)
- (五)GOEN 長照機構(考察日間照顧、照顧管理、居家護理)

二、身心障礙者：空與海」身障就業支持中心(考察日本身障者就業支持與生活輔導之空間) (橫濱市)

三、青年：Nobishiro 青銀公寓 (考察青銀公寓物業管理特色) (橫濱市)

四、兒童：「凸凹幼兒園」(考察日本發展遲緩兒童課後輔導空間) (橫濱市)

透過此次考察，理解到社區共生的實踐，是鼓勵社區居民和社區的各團體將「別人的事」變成「我的事」，並期待促成「人與人」、「人與資源」的跨越世代和領域的連結。因此必須重新建構「連結」。有助於拓展國際視野，提升未來國內無障礙環境改善、高齡友善環境之研究及推動效益。

貳、考察過程

一、行程規劃

預定日期	參訪地點	研習內容
9月2日(一)	臺北-東京都、八千代市	1. 抵達東京 參訪 Koinonia 終老住所(考察日本居家服務特色)(八千代市)
9月3日(二)	橫濱市	1. 參訪「52間的緣側」日照中心(榮獲日本2023年優良設計獎)(橫濱市) 2. 參訪「空與海」身障就業支持中心(考察日本身障者就業支持與生活輔導之空間)(橫濱市)
9月4日(三)	橫濱市	1. 參訪「凸凹幼兒園」(考察日本發展遲緩兒童課後輔導空間)(橫濱市) 2. 參訪「春日台中心」失智症團體家屋(考察日本小規模多機能空間特色)(榮獲日本2023年優良設計獎)(橫濱市)
9月5日(四)	橫濱市	1. 參訪「葵照護」失智症團體家屋(考察日本知名社區照顧案例特色)(橫濱市) 1. 參訪 Nobishiro 青銀公寓(考察青銀公寓物業管理特色)(橫濱市)
9月6日(五)	東京都-臺北	1. GOEN 長照機構(考察日間照顧、照顧管理、居家護理特色) 抵達臺北

二、行程內容

(一) 9月2日行程

參訪 Koinonia 終老住所(考察日本居家服務特色)

1130902 Koinoina 家族

コイノニア | 千葉県東金市の住宅型有料老人ホーム

〒283-0001 千葉県東金市家之子 1671-15

【簡介】

用互助，讓人活出幸福日常的終老住所

今西航地先生的人生因年少時的一場意外發生了巨變。16歲時，他被醫生告知可能無法擁有自己的孩子，這對一個喜愛孩子的年輕人來說無疑是個沉重的打擊。然而，這也讓他決定，未來他一定要領養孩子，並在此之前努力打下經濟基礎。

成長於母親經營的長照機構，今西從小與長輩們一起生活，建立了深厚的情感連結。大學畢業後，他選擇投身長照產業，開始創建一個沒有血緣關係、但彼此親密的大家庭。在這個大家庭中，健康的、失能的長輩們共同生活，有的繼續工作，有的則需要日間照護或居家服務。

儘管後來因為醫療技術的進步，今西先生擁有了兩個親生子女，但他依舊堅持領養孩子的計劃。去年，他迎來了第一個領養的孩子，並將這個孩子與家人一起帶入他創建的社群中，與這裡的長輩們共同生活。他強調，孩子與長輩之間的互動不應只是偶爾的娛樂或表演，而是在日常生活中建立自然的連結。

今西先生在 25 歲時創立了「Koinonia 家族」，這個機構自 2005 年以來，已為 20 多位從健康到重度失能的高齡者提供照護，並拓展了居家照顧、個案管理和日間照護服務。他和擔任個案管理師的妻子以「共同生活、相互扶持」為理念，打造了一個跨越血緣的溫馨家庭。

Koinonia 家族不僅包含使用照護服務的高齡者，也有工作人員和經常來此的孩童。這樣的多世代共居模式，讓不同年齡層的人在日常生活中相互支持，彼此建立起緊密的情感，形成了一個真正的社群。

【心得】

今西航地先生的故事讓人感受到一種深沉的愛與奉獻。他的經歷展示了人在面對巨大挑戰時，如何以積極的態度轉化為生命的動力。16歲時面對可能無法擁有自己孩子的事實，並沒有讓他陷入沮喪，反而激發了他想要透過領養和照護他人的方式，來實現對生命的熱愛與責任感。這種無私的愛，不僅僅是對

孩子，更是對整個社會的弱勢群體的關懷。

尤其他將長照產業與家庭觀念結合的創新思維。在「Koinonia 家族」中，今西先生不僅提供照護服務，更創造了一個充滿關愛、跨越世代的生活空間。他強調的是一種「日常中的互動」，讓長輩與孩子之間在日常生活中建立自然的連結，而不僅僅是安排的活動或表演。這種真正的生活融合，讓人反思現代社會中，家庭與社會的關係往往被疏離，我們能否在生活中找回這種真實的、互相依靠的情感連結？

此外，今西先生的故事也讓人思考經濟基礎與理想實現之間的平衡。他不僅懷有美好的願景，還付諸實際行動，在創業和經營中一點一滴地打造出自己心中的「家」。換言之，無論我們有多崇高的理想，最終還是需要踏實的努力和規劃來實現。今西先生的堅韌與決心，是所有追求夢想的人都應該學習的榜樣。

總的來說，今西航地先生的故事讓我們對「家」的定義有了更深的理解，也激發了對跨世代、跨血緣關係的社會互助模式的思考。這不僅是關於照護，更是關於如何在現代社會中找到一種彼此支持、共存共榮的生活方式。



圖 1 入口標誌及簡介讓長輩辨識地點



圖 2 團體家屋外觀



圖 3.日照中心外觀



圖 4.像家一樣的生活空間



圖 5.金西先生的兒子也在團體家屋中自在生活



圖 6.長輩可以自行安全操作的廚房



圖 7 左 走道底端供輪椅使用者的洗手台

圖 8 中 即使是 2 層樓也裝設電梯

圖 9 右 金西先生解說用可視百葉窗簾，夜晚查房時不需開門避免吵到長輩

參考資料：

Koinonia 家族 <https://living-koinonia.com/works/>

趙國玉(2024)我在日本看見回歸人本、照顧不分彼此的如常生活，

<https://silverliningsglobal.com/japan-inclusive-community-life/>

(二) 9月3日行程

1. 52 間の縁側(榮獲日本 2023 年優良設計獎)

千葉県八千代市米本 1318-1

【簡介】

位於日本千葉縣八千代市的「52 間の縁側」（暫譯：52 米的木造長廊）是一座日間照護中心，由山崎健太郎設計工作室與千葉縣習志野市的老人日間服務機構「石井三屋」合作打造。這個項目歷經雙方長達 6 年的討論與規劃，旨在讓建築設計充分融入八千代市居民的生活背景，同時滿足老人的實際照護需求。其設計不僅實現了照護功能，更促進了社區與老人的實質交流。這個規模不大的設計案因其人性化的設計理念，自 2023 年 1 月開幕以來備受關注，並榮獲日本 2023 年 Good Design Awards Best 100 的殊榮。

「52 間の縁側」是一個日語詞語，其中的每個部分都有特定的意思：52 間（ごじゅうにけん）「間」在日語中是一種傳統的長度單位，約等於 1.82 公尺。52 間即代表一段長達 52 間（約 95 公尺）的空間。此處的「52 間」通常是一種誇張或比喻的表達，用來形容很長或很寬敞的空間。縁側（えんがわ）「縁側」指的是日本傳統建築中，房屋和庭院之間的木製走廊或平台，通常用於休憩或欣賞庭園景色。它具有溫暖、舒適和傳統的意味。綜合起來，「52 間の縁側」的意思可以理解為「有 52 間之長的縁側」，形容一個非常長或極為寬敞的傳統日式走廊，給人一種開闊、悠閒的感覺。這個詞常用於比喻或描述帶有田園風情的生活情景。

「52 間の縁側」的核心概念源自日本傳統的「縁側」，這是一個連結室內與室外的空間，在這裡，人們可以輕鬆地互動，沒有被打擾的感覺。參觀當天所享用麻糬的區域，平時是長輩們聊天、賞雪，孩子們午睡，或是社區居民戲水的場所。

這座建築與周圍社區之間沒有任何圍牆，對於可能在戶外遊走的失智長輩，團隊選擇以陪伴的方式照顧他們。石井先生相信，安撫失智長輩的最佳方法，不是使用藥物，而是為他們創造適合的環境，讓他們感到自在、受到尊重。

在這個溫暖的空間裡，狗狗撒嬌依偎，羊兒在草地上奔跑，員工帶著孩子來上班，充滿孩子笑聲的生活氛圍隨處可見。石井先生感慨地分享：「長輩是最寶貴的生命導師，即便在生命的最後一刻，他們依然在愛中教導孩子如何告別。」這裡的角色關係已經超越了傳統的長輩與照護者之間的界線，照護者由衷地感謝長輩們對孩子的照顧與陪伴。

這裡充滿自然元素與自由的照護方式，沒有固定的作息安排，石井先生強調讓長輩們自由選擇自己想做的事情。在「52 間の縁側」中，長輩們宛如在自

己家裡一樣自在，隨心所欲地享受生活。

【心得】

參訪這座由石井英寿先生委託山崎健太郎設計的木構日間照顧中心，感受到的是一種與大自然和諧共存的溫暖與自由。這裡並不像傳統的照護機構那樣僵硬或沉重，反而充滿了生命力與人性化的關懷。設計中融合的「緣側」概念，讓人可以輕鬆地從室內與戶外連結，猶如這座建築本身就是自然的一部分，沒有圍牆，也沒有拘束的規範。

印象最深的是，這裡對於失智長輩的照護方式，並非以藥物或強制措施來控制他們的行為，而是通過創造一個適合他們的環境，讓他們感到安全、被理解。這種方式讓人感受到真正的人性關懷。石井先生的理念，不僅僅是照護長輩的身體，更是照護他們的情感與尊嚴。

此外，這裡的生活氛圍也令人難忘。看到狗狗、羊兒在周圍自在活動，員工與孩子們共處的場景，感受到的是一種跨越世代、充滿愛的互動。這不僅是一個長者的照護空間，更是一個社區的核心，讓人與人之間建立起真誠的連結。長輩們不是被照護的對象，而是繼續在人生的最後一段路上，用他們的經驗與愛，教導下一代如何珍惜生命。

這次的參訪深刻理解到，照護不應該只是關於身體的支持，更重要的是讓每一個人感受到被尊重和愛護的環境。自然與人文的結合、自由與陪伴的理念，看到了一種嶄新的照護方式，這不僅是對失智症長輩的照顧，更是對每一個生命階段的溫柔對待。

參考資料：

52 間の縁側 <https://www.ishiisanchi.com>

詹筱莘(2023)「52 間の縁側」日本千葉日照中心！山崎健太郎為每個人創造幸福生活的場域，<https://500times.udn.com/wtimes/story/120842/7539052>



圖 10 緣側是日本傳統建築中，房屋和庭院之間的木製走廊或平台



圖 11 沿著傳統日式緣側走廊落地窗設置座位，光線充足也可觀戶外活動



圖 12 失智長輩玩撲克牌是一種強化認知的活動



圖 14 鋼琴的存在，帶來有共享音樂的日常



圖 15 走廊端點的浴池，可以眺望美景，幾乎沒有長輩會抗拒洗澡
今西先生甚至會陪著共浴



圖 13 允許長輩帶家中寵物來日照中心上課



圖 16 左 知道有客人(參訪者)要來，長輩們特地做的羊奶餅乾伴手禮

圖 17 中 今西先生和日照中心養的羊

圖 18 右 與像鄰家大叔的今西先生合影

(三) 9月3日行程

空と海社会福祉法人地藏会

千葉県船橋市神保町 189-1

【簡介】

天空和大海是什麼？

這是位於千葉縣船橋市的社會福利法人地藏會所經營的殘障福利服務所。大約 30 年來，創辦人奧野先生一直以塑造身體和創造事物的概念與身心障礙者一起工作。每天，工作後，他們都會在森林裡做一小時的體操，然後繼續各自的任務。完成的作品在畫廊和百貨公司出售，下午他們輪流參加馬拉松、獨木舟和游泳。

「空與海社會福利法人地藏會」目前有 80 位身心障礙者和 40 位非障礙工作者，他們共同維持這個空間的運營。奧野先生說，儘管這個空間已經運營了三十多年，但最困難的挑戰始終是「資金不足」。

目前「空與海」的資金來源約分為三部分：1/3 來自政府補助，1/3 來自借貸，1/3 是自有資金。奧野先生提到，早期的日本社會常把身心障礙者隱藏起來，鮮少讓他們出現在公眾場合。然而，約二十年前，政府開始推動法規修訂，鼓勵身心障礙者走出家門，參與社會並接受就業訓練。這一政策轉變，為「空與海」提供了發展的契機，許多設施的建造也得到了政府的補助，最終成為此次參訪所見的成果。

來到「空與海」的身心障礙者，多數是從特殊教育學校畢業的孩子，18 歲後由學校轉介到這裡。奧野先生與大野女士分享，他們觀察到這些孩子大多手巧且富有創意，於是決定將工作方向逐步發展成藝術創作。

奧野先生強調：「我們要發掘他們『能』做到的事情，而不是用我們的主觀想法來限制他們的能力。」這樣的理念打破了社會對身心障礙者庇護工場的刻板印象，讓人們重新認識到，這些孩子同樣可以創作出美感十足、質感優良且具有高價值的藝術作品。

這是一個北歐風格的空間，坐落於森林邊緣。這裡的餐廳擁有斜屋頂、挑高的屋樑、大面積的落地玻璃，搭配白色牆面與楓木色的窗框，並使用原木家具與餐具，營造出簡潔而溫馨的氛圍。除此之外，這裡還設有紙藝、布品、木作工作室，手工藝品販賣店，小型團體家屋以及森林步道等設施。每個角落的規劃與設計都展現出令人驚嘆的空間美感。Atelier Sky and Sea 還展示並銷售由當地創作者以天空和海洋為靈感創作的作品。

【心得】

在這次的參訪中，深深被「空與海」所展現的自由創作氛圍所感動。在這

個寬敞的空間裡，參與了編織、刺子、染色和縫紉等布藝活動，體會到了藝術創作的樂趣與魅力。這裡的核心目標是為身心障礙者提供一個能自由表達的環境，讓他們能夠積極參與社會。

身障者在餐廳中負責送餐與點餐，這不僅是工作，更是他們融入社會的重要方式。工作室裡，大家各自專注於自己的手工藝，彼此分享著創作的熱情。有位年輕人的畫作曾舉辦個展並被飯店收藏，這充分顯示了他們的才能與藝術價值。

在此過程中，看到不同的工作者有不同的反應。有的好奇地與我們攀談，有的則靜靜地投入工作，甚至有孩子躺在地上休息，展現出這裡友善的氛圍。奧野先生提到，身障者可以自由選擇工作內容，甚至不工作，但始終會獲得薪資，感受到他們被尊重與接納。

最後，看到一位學員因我們的到訪感到焦慮，不斷發出詢問我們的名字的吼叫聲，但其他人以平靜的態度接納了他的情緒，展現了深厚的包容與理解。這次經歷不僅重新認識了身心障礙者的能力與價值，更體會到藝術如何能超越障礙，連結每個人的心靈。



圖 19 社會福利法人地藏會所經營的殘障福利服務所。



圖 20 輔導身心障礙者擔任工作人員的餐廳



圖 21 餐廳菜品



圖 22 身心障礙者工作坊



圖 23 身心障礙者創作品展售



圖 24 身心障礙者創作陶土擺飾



圖 25 左 身心障礙女孩展示作品



圖 26 中 身心障礙者創作娃娃



圖 27 右 身心障礙者創作衣服



圖 28 身心障礙者創作藝術品賣店

參考資料：

空與海 <https://www.jizokai.com>

王慈彬(20224)面對政策的助力與阻力，日本機構開創共生共融新方向，
<https://silverliningsglobal.com/japan-institutional-coexistence-innovation/>

(四) 9月4日行程

1. 神谷戶凸凹保育園

神奈川縣厚木市上市 425-1

【簡介】

給 20 年後的你

你的人生並不是幼稚園畢業就決定的，你生命的載體是走向未來的，總有一天，當你成為一個成年人，它也會像你一樣閃閃發光。

カミヤト凸凹保育園位於神奈川縣厚木市，選擇這個地點是基於「正是在人口老化的地區，孩子們才更需要一個成長的空間」的理念。這座保育園融合了認可保育園與身障兒童日間照護服務，並與當地的自然景觀相連接，如田地、養豬場、寺廟和河岸斷崖等豐富的資源。

保育園以「伽藍佛教寺院建築」的形式在整個場地上展開，中心是一個環繞式的長廊，內外空間隨之布置，形成兩個庭院及周圍多樣的距離感。長廊內側是 2 歲兒童區和一個多功能大廳，園庭以泥土和草皮分隔，呈現不同的性質；外側則分別設有西側的辦公區、北側的 3-5 歲兒童區以及東側的 0-1 歲嬰兒區，這些空間以風車狀排列，讓長廊的經驗與當地風景交織在一起。

在西、北邊界並未設置圍欄，而是設立了一個稱為「社區露台」的區域，作為當地居民的聚會場所，模糊了保育園與社區活動的界線。每個保育室設有天窗，並以人字形屋頂結構排列，形成半戶外空間，讓園庭、自然景觀和室內空間和諧相融。這樣的結構設計使孩子們能夠逐步感受不同的空間尺度、視野、光線、風、雨等自然現象的變化，以及與不同年齡層之間的距離感。

這座保育園基於「伽藍佛教寺院建築」的概念，連接園內與社區的活動，形成了一個與人、自然、地域資源不斷對話的建築空間。

我看重的 6 件事

1)關於該地區

在凸凹保育園，我們每天都會去散步。散步時，會花時間去參觀在圖畫書中看到的昆蟲和花朵。我們也認為這是一個讓小鎮裡聽到孩子們聲音的時刻。在少子化、人口老化的日本，昔日的風光正在消失。對於這個領先於世界其他國家進入超級老化社會的國家來說，兒童和老年人的存在被視為社區的重要引擎。因此，我相信，如果托兒所和孩子們的存在建立起新的聯繫，建立起相互影響的關係，當地社區就會變得更有活力一些。帶著這樣的想法，今天我們將和孩子們一起積極地在該地區遊行每個人都如同家人般，彼此照顧、相互支持。

2)“不同的”

凸凹保育園重視孩子之間的差異。兒童的舒適空間也是成人的舒適空間。

不同年齡層的孩子可以在走廊式的花園裡自然地融合在一起，度過一段寧靜的時光。透過與朋友的互動來學習並為人際關係奠定基礎。關懷年幼的孩子，欣賞年長的孩子，而且不只是同年級的年齡限制，不同發展、種族、國籍的人之間的彈性關係也導致了建構。

3)不要分開

凸凹保育園的辦學理念是“關注每個人都有的‘凸點’，共同努力彌補每個人都有的‘凹處’”。在小說《窗邊的小豆豆》中，校長對走來走去的小豆豆說：“你真是個好孩子。”衡量「好孩子」的標準，並不是孩子成為大人所期望的。周圍的環境和大人是否熱情地關注孩子的先天特徵和個性？神谷和德工坊保育園在同一棟大樓內設有殘障兒童保育設施「神谷和德工坊文化教室」。在性格形成的重要時期，我們非常重視為 0-18 歲的孩子創造一個能夠承認彼此存在、一起玩耍、互相共鳴的育兒環境。

4)關於節奏

這是一個讓各種兒童，無論其殘疾程度如何，都可以一起享受「聲音」的項目。這就是音樂教育的節奏。韻律是一種「培養意識」的教育。利用你的五種感官來培養一種不祥的預感。肉眼無法看見心靈，但透過將孩子的身體運動與聲音相協調，我們可以看到孩子的內心在想什麼。照顧者引導孩子的愉悅情緒並仔細觀察，這為了解孩子提供了線索。透過這些非語言活動，我們積極地將生動的時刻融入學校生活，讓孩子體驗和諧的樂趣。

5)關於架構

「環境是第三位老師」。透過將遊戲與環境融為一體，兒童可以像人類一樣自由生活的建築空間。我們的目標是創造一個保證感官體驗的托兒環境，例如赤腳度過時間和觸摸天然材料。刺激腳底可促進自主神經系統的發育。在神谷戶電工坊保育園，半戶外空間的陽台根據孩子們的活動靈活設計，同時也與自然的風、光、影相協調。不斷變化的自然環境和看似相互連結的活動總是會產生新的創造和意識。我們相信建築的力量，相信兒童，並不斷創造環境。

6)關於員工

當然，我們這些與孩子們一起工作的工作人員，每個人都有自己的坎坷。我們取長補短，聚焦優勢，從信任開始。在未來多元化的社會裡，大人應該向孩子學習的點就會從那裡萌芽。如果起點是員工也有與生俱來的特質，而終點例如是實現「共存、包容、自主」的企業理念，那麼「現在」永遠是在當下。我想這對孩子和我們成年人都是如此。具體來說，我們透過帶薪休假、產假、育嬰假等措施相互支持、相互依賴，每位工作人員共同努力，一步一腳印地推進德科博保育園所要實現的保育實踐。

【心得】

在凸凹保育園，散步成為每日生活的一部分。帶著孩子們探索自然，觀察圖畫書中的昆蟲和花卉，這不僅是學習的過程，也讓當地社區聽到了孩子們的笑聲。日本正面臨少子化與人口老化的挑戰，曾經繁榮的景象逐漸消逝。而在這個超高齡社會裡，孩子和老年人卻被視為推動社區活力的引擎。凸凹保育園的存在讓人相信，如果孩子們與社區能夠建立新的連結並互相影響，這將賦予社區新的生命力。每天帶著孩子們參與社區活動，讓每個人都像家人一樣互相照顧、支持。

凸凹保育園特別重視每個孩子的差異性。園內的空間設計不僅讓孩子們感到舒適，對成人也是如此。不同年齡層的孩子們可以在花園中自然地融合，透過互動學習建立人際關係，並打破年齡、種族、國籍的界限，培養出一種彈性且包容的關係。

保育園的理念「凸凹共生」關注每個人的獨特性，並彌補彼此的不足。尊重每個孩子的天賦，並相信學習的起點在於接納他們的特質。在這裡，不僅是孩子，員工們也在多樣化的社會中學會共存與包容。強調環境的教育力量，讓孩子們在與自然和諧相處中，獲得感官和心理的發展。這樣的保育環境不斷創造出新的學習機會，讓孩子和社區共同成長。



圖 29 凸凹保育園以風雨長廊銜接環繞教室



圖 30 不禁止奔跑的保育員



圖 31 用餐時間鼓勵幼兒自理打飯

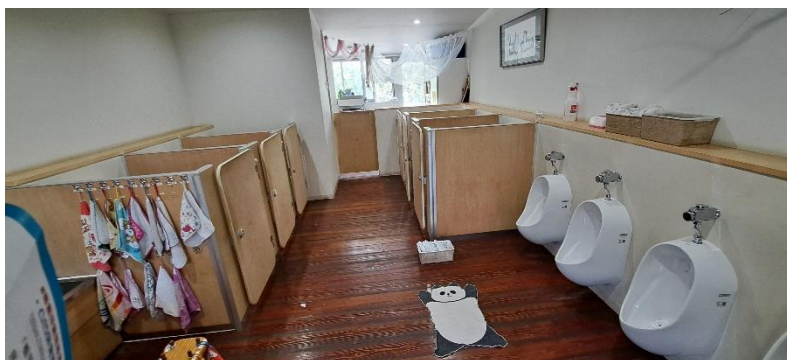


圖 32 適合幼兒人體尺寸的廁所



圖 33 教師帶好奇的幼兒上車參觀



圖 34 路邊提醒幼兒出入的標誌牌



圖 35 左 廁所設置幼兒適用的扶手

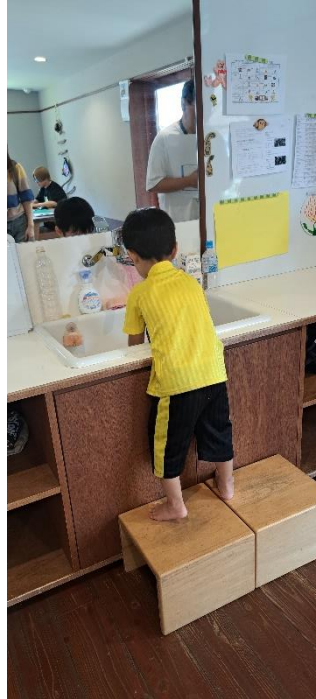


圖 36 中 洗手台設置椅子方便幼兒使用



圖 37 右 教室鼓勵幼兒自行烹煮果醬

參考資料：

凸凹保育園 <https://aikawa-shunjukai.jp/decoboco/>

(五) 9月4日行程

2.春日台中心

神奈川縣 愛子縣 春日台 3 丁目-6-38

東京都大田區上池台 3-46-11 145-0064

【簡介】

這座綜合長照與社福服務的機構由創辦人馬場拓也於 2017 年開始構思，並在 2022 年中正式開幕。在籌備的五年中，馬場先生和他的團隊舉辦了許多與社區居民互動的活動，深入了解他們對這個空間的期望與需求，從而營造出一個能夠自然吸引社區居民的中心。這個理念成功地凝聚了當地人的共識，使該中心成為社區生活的一部分。該機構在 2023 年獲得了國際四大設計獎之一的日本優良設計獎 (Good Design Award) 金賞。

中心內提供多樣化的服務設施，包括失智症團體家屋（兩個單元，每單元可容納 9 位失智症患者）、小規模多機能服務、兒童身心障礙課後輔導、以及身心障礙者就業支持計畫，如手作可樂餅和洗衣服務等。這些多元的設施不僅滿足了不同族群的需求，還通過社區合作，促進了更具包容性的生活模式。

1) 春日台炸丸子(可樂餅)

前身「春日台中心」的炸丸子深受各個年齡段的男性和女性的喜愛。熟食界的鬆散角色「Croquette」有一種將人們聯繫在一起的魔力。這是一個您可以將大家喜愛的炸丸子與美味的咖啡和啤酒相結合來休息的地方。

2) 洗衣文化研究所

對於忙碌的現代人來說，可以一次洗完衣服的投幣式洗衣店可能是可以用金錢買到時間的地方。這是鎮上的洗衣店，減輕了家裡的洗衣負擔，可以安排豐富的生活。點擊這裡進入洗衣文化研究所。

3) 寺谷

「寺子屋」是江戶時代存在於全國各地的平民教育設施。在日益複雜的令和社會中，現在需要的不僅僅是作為學習設施的學校，而且是每個人都有學習的權利。這是一個充滿重要學習的寺屋。

4) 公共休閒室

「Commons Room」是這個小鎮的人們共享空間、共度時光並精心培育的地方。這與任何事情無關，而是關於創造一個人們互相關心的地方。

5) 身心障礙福利服務

「春日台不平衡文化教室」是身心障礙兒童放學後參加的地方。「KCC Works」是身心障礙人士可以工作的地方。通過參與社會並靠近護理服務，我們創造了補償彼此凸凹的互動。

6) 老年人福利服務

「KCC Group Home」團體家屋提供住宿服務，「KCC Shotaki」小規模多機能家庭護理，可以在家中、住宿或接受家庭訪視護理。兩者都是長期護理保險服務。

從昭和 40 年代到平成時代末期，這家超市一直受到春日台人民的喜愛。從孩子到老人，曾經是大家中心的春日台中心再次成為這個小鎮的中心。

這座機構由日本著名建築師金野千惠設計，外觀溫暖且充滿自然光，建築空間極具美感，彷彿與周圍的自然融為一體。她的設計目的是讓光、影與風自然地流動，支持各種不同的人在這裡活動。原本，這裡曾是一座商場，40 年前這裡是一個繁忙的商業區，隨著人口減少和老化，商場關閉了，如今則變成了「春日台中心」。經營者馬場拓也笑稱這是為了「再中心化」，給這片沒落的區域重新注入活力。

馬場拓也，這位以時尚形象聞名的年輕經營者，曾在國際精品品牌 ARMANI 擔任業務，最終決定回鄉投入照顧行業。他希望能運用自己的時尚專業，改變人們對照護產業的刻板印象。他花了三年時間與當地居民開展工作坊，發現了許多需求，如兒童缺乏遊玩空間、單親媽媽缺乏家務幫助，老人則需要照護。

「我們的機構與其他養護中心最大的不同，就是這裡是人人都是可以進來的地方。」馬場強調。他將交流放在首位，開放的空間沒有上鎖，任何人都可以自由進出。這裡有像咖啡廳般的桌椅，還有洗衣店、可樂餅鋪和陽台，當地居民喜歡來這裡工作、寫作業或喝杯咖啡，享受開放的氛圍。

春日台的另一大特色是，這裡的老人不只是被照顧者，而是可以發揮作用的人。例如，有位失智的老奶奶曾在這裡遇到了一位單親媽媽，主動分享育兒經驗，讓媽媽受益匪淺。這樣的互動讓人與人之間的「綜效」顯得更加明顯。這裡還設置了懷舊糖果店，老人家會輪流擔任收銀員，與孩子們互動，激發他們的社交能力。

此外，馬場拓也還創立了「洗滌文化研究所」，一間結合社區需求的洗衣店，提供高單價的肥皂與天然洗衣精，並計劃推出「Uber Laundry」服務，為東京高端住宅區提供便捷的洗衣服務。洗衣店還聘用了部分身心障礙者，他們在這裡有機會接觸人群，並獲得高於一般工作的薪水，實現了商業與社會意義的結合。

馬場的夢想是，當這裡的孩子長大後，回想起春日台時，會驚訝地發現這裡原來是一個照護設施。他認為，當孩子從小習慣與各種不同的人互動，未來他們會成為更加包容、多元的人。對他來說，春日台不僅是一個照護機構，更

是一個讓人們重新連結、跨越年齡與性別界限的社區。

【心得】

「春日台」不僅僅是一個照護失智老人的機構，更是一個強調社區連結與人際互動的溫暖空間。文章中描述了這個地方如何不僅僅是為了提供照護服務，而是創造了一個人人都能參與的開放空間，讓居民能自由進出，這打破了傳統養護機構封閉、孤立的形象。

馬場拓對人與人「交流」十分重視。他認為社區中不同年齡、背景的人互動能帶來「綜效」，這讓人反思現代社會中人與人之間的疏離感。特別是在都市生活中，人們常常沉浸在個人世界裡，彼此之間缺乏真實的交流。而春日台的理念是讓人們重新連結，無論是失智的老人與小孩之間的互動，還是單親媽媽與老人之間的支援，這些交流不僅能讓人們感到溫暖，也讓被照護者重新找回生活的意義。

此外，馬場拓也以長遠的眼光來經營這個機構，他不僅滿足了當下的需求，還著眼於未來二十年，希望孩子們能從小就習慣與不同的人相處，長大後能成為包容、多元的人。這樣的願景讓人深思，如何在現實生活中創造更多這樣的社區空間，讓人們跨越年齡與背景的界限，彼此互助共生。

參考資料：

春日台中心 <https://aikawa-shunjukai.jp/kcc>

銀天下(2024)日本建築大獎首例！春日台：讓照顧機構，成為讓小孩有美好回憶的地方；<https://www.cw.com.tw/aging/article/5126060>



圖 38 春日台是市鎮在生活化的案例



圖 39 建築物前側的長廊設計提供社區居民互動交流空間



圖 40 洗衣文化研究所是區居民來此消費的日常



圖 41 洗衣店雇用身心障礙員工提供自立及社會參與的機會



圖 42 販賣冰淇淋的小店



圖 43 販賣好吃的可樂餅延續社區居民的記憶



圖 44 長廊可遮陽擋風雨也是居民小憩聊天的地方



圖 45 維護良好的社區公共使用空間



圖 46 老人經營的古早味零食攤吸引社區兒童來購買



圖 47 零食攤只在較多兒童出現的時段經營



圖 48 團體家屋裡的長輩(有設鏡子)



圖 49 團體家屋裡的長輩

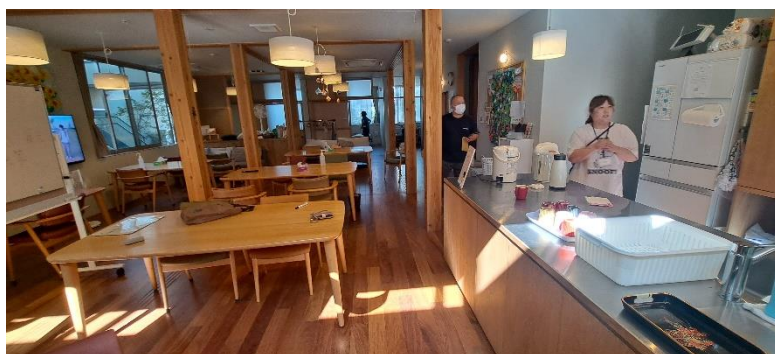


圖 50 日照中心及小規模多機能中心



圖 51 社區公共閱覽自修室



圖 52 社區兒童放學後來課後輔導



圖 53 社區兒童放學後來寫功課自習

（六）9月5日行程

葵照護 Aoi Care

（株）あおいけあ

〒252-0813 神奈川県藤沢市亀井野4丁目 12-93

【簡介】

加藤忠相先生在 2000 年日本實施介護保險時，25 歲的他正受僱於橫濱的一家長照機構。然而，對於機構內的照護方式，他心有不滿，認為那些傳統做法無法真正滿足長者的需求。同時，他也看到了介護保險帶來的契機，於是憑藉著勇氣和堅定信念，決定創立一個符合自己理念的照護機構。

最初，他回家說服了父母支持他的夢想，並將老家改建為失智症團體家屋。由於資金有限，最初的團體家屋僅能容納七位住民。加藤回憶說：「如果能重來，我會把這個地方規劃得更大，讓更多人入住，照顧更多長者。」這個團體家屋就像一般住宅，外面有個小庭院，住民可以在那裡種植蔬菜，自己烹調，享受生活的樂趣。

隨著時間推移，這座原名為「青田照護」的團體家屋慢慢發展壯大，最終更名為「AOI Care」（葵照護）。加藤逐步擴建了兩個日間照顧中心，並設置了共餐廚房，讓社區居民也能進來用餐享受美食。他與家人一起住在其中一棟建築的樓上，真正實現了生活和工作的緊密結合。

加藤忠相先生的「葵照護」結合了自立支援、小規模多機能和團體家屋的創新模式，並在 2012 年榮獲「神奈川福祉服務大賞」。這一模式突破了傳統的長照框架，為長者尤其是失智症患者提供了更多選擇與彈性。隨著這種模式的推廣，長者們可以在居家、機構與醫院之間靈活轉換，根據個人需求和意願，選擇適合自己的生活方式，並在家人和照護人員的陪伴下安享晚年。

加藤的創新不僅僅是拆除了機構的實體圍牆，更重要的是打破了人們心中的隔閡。他提出讓失智症長者自由活動的理念，雖然最初引發質疑，但隨著時間的推移，這種做法逐漸被接受，甚至成為其他機構效仿的榜樣，為長者創造了更尊重和自由的生活空間。

在「葵照護」，長輩們不再只是被照護的對象，而是與年輕人、孩子們共同生活、相互支持。書法教室裡，長輩教導孩子寫書法，屋頂開放給社區的孩子自由玩耍，這些跨世代的互動讓生活充滿了活力與情感交流。

這裡的工作環境充滿人性化，員工可以帶著嬰兒上班，長輩們看到嬰兒時，會露出由衷的喜悅。機構內的小徑上，你常常會遇見剛打完槌球的爺爺，或者買完晚餐食材的奶奶，生活充滿了日常的溫馨與愉悅。專業日本料理廚師準備的午餐讓每一餐都像家宴一樣溫暖，看著西川奶奶（化名）推著助行器幫忙端

菜，工作人員向她致謝，讓人深刻感受到這裡的每個人都如同家人般，彼此照顧、相互支持。

「葵照護」不僅是一個物理空間的社區，更是一個心靈交融的家園。這裡，長輩和工作人員之間的界限模糊，大家共同生活、分工合作，打破了實體與心靈的圍牆，真正營造了一個自由、無隔閡的生活空間。

【心得】

加藤忠相先生顛覆了傳統長照模式，打破了物理上的圍牆，也消融了心中的隔閡。他的理念不僅在於滿足老人的基本需求，更是為他們創造一個有尊嚴、自由且與社會緊密相連的生活環境。即便面對質疑，加藤先生依然堅持讓失智症長者自由活動，展現了他對生命與長者的深刻信任，這種勇氣令人欽佩。

「葵照護」不僅是一個空間創新，它更讓長者在這裡找到真正「家」的感覺。他們不僅是被照顧者，還能參與、教導，為社會和家庭帶來價值。多世代共居的環境讓長者、孩子和工作人員如家人般互動，處處洋溢溫暖與關懷。從員工帶嬰兒上班到長者推著助行器幫忙，這裡的每個細節都散發著生命的活力。

這個故事促使我們反思，現代照護是否真正尊重了每個人的獨立性與尊嚴？「葵照護」展示了理想的照護模式，跨越世代、打破隔閡，讓每個人都能感受到生命的價值和意義。

參考資料：

葵照護 <https://aoicare.co.jp/ns/>

楊寧茵【書摘】全球銀力時代 — 讓照顧像在家一樣自然「葵照護」阿嬤被送來時說可能只剩一個月好活，但…；

<https://deborahyang.medium.com/%E6%9B%B8%E6%91%98-%E5%85%A8%E7%90%83%E9%8A%80%E5%8A%9B%E6%99%82%E4%BB%A3-%E8%AE%93%E7%85%A7%E9%A1%A7%E5%83%8F%E5%9C%A8%E5%AE%B6%E4%B8%80%E6%A8%A3%E8%87%AA%E7%84%B6-5794c071ccc9>

編者 加藤忠相・渡田 ひらまつおさむ
Takeshi Kato Osamu Hiramoto

世界が注目する 日本の介護

あおいけあで見つけた
じいちゃん・ばあちゃんとの向き合い方



圖 54 加藤忠相先生著書



圖 55 葵照護是由幾棟日本民宅組成



圖 56 入口和一般民宅沒有什麼不同



圖 57 長輩就像住宅自己家裡一樣如常生活

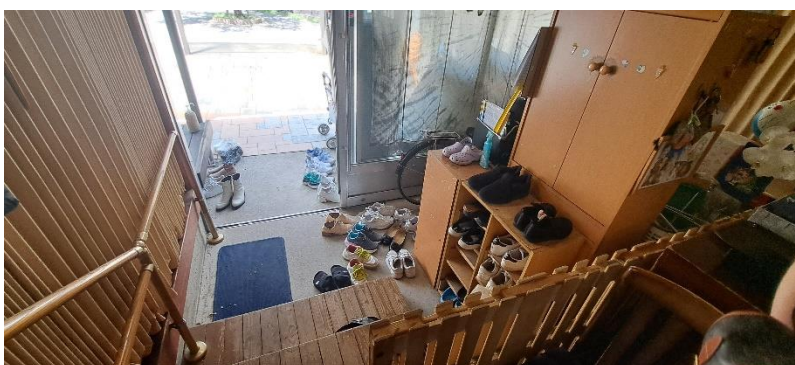


圖 58 入口有階梯用移動式消坡板解決高差問題



圖 59 住在團屋的長輩



圖 60 用餐時間長輩也會自行擺設碗盤



圖 61 餐具就是一般家常碗盤



圖 62 長輩的勞作



圖 63 如果能力及長輩也會幫忙切菜



圖 64 照服員並沒有專屬空間(之前有但不需要故取消)



圖 65 團體家屋的房間陳設



圖 66 長輩的藝術作品



圖 67 左 櫥櫃上的示意繪圖



圖 68 中房間掛簾上的名牌



圖 69 右走廊設有座椅



圖 70 左中右 設坡道及移動式消坡板提供使用輪椅長輩通行



圖 71 左中右 從走廊到房間到無障礙廁所實地進行動線規劃



圖 72 葵照護日照中心經營對外餐廳並供應長輩一樣可口的餐點



圖 73 葵照護創辦人加藤先生合影

（七）9月5日行程

Nobishiro 青銀公寓

神奈川県藤沢市亀井野 4 丁目 5-9

【簡介】

為了應對高齡者租屋困難的現狀，加藤忠相先生開發了「Novishiro House」，一個青銀混居住宅，設有 8 間套房，6 間專為高齡者設計，2 間則預留給年輕租戶。自 2021 年起，這個住宅開始有租客入住，目的是促進年輕人與高齡者的自然共處，並創造互動交流的環境。

公寓一樓改建成社區咖啡廳和洗衣空間，成為青銀租客與社區居民的交流場域。二樓則開放給在宅醫療和居家護理單位，讓高齡者在此獲得更便利的醫療服務。加藤在設計時考慮了高齡者的需求，同時保持了與年輕人相同的空間規格，認為適合年輕人的房間同樣適合老年人，無需標榜為「高齡者專用」。

在這個共居空間中，2 間出租給年輕人的房間，入住者條件為：1、每天要向長者打招呼。2、參加每月舉辦一次的「茶會」。通常每月 7 萬日元的房租可半價優惠。藉此長者和年輕人可以自然地交流，長者可以教年輕人料理等，就像「交朋友」一般的往來。這種社交刺激有益長者保持健康。另外，一部分房間可以作為訪問診療、護理的據點來使用，萬一發生緊急情況時也可以安心。透過這樣的互動，長輩可以教年輕人料理，分享生活經驗，彼此之間建立友誼，這種社交互動不僅增進了交流，還對長輩的身心健康帶來積極影響。參與交流的年輕人可享受半價房租，讓這種安排既實惠又有助於促進代際互助。

公寓內配備了多種安全設施，如監視感測器和防止浴室溫度劇變的裝置，確保高齡者安全居住。在某些房間中，還提供訪問診療和護理服務，以便高齡者在緊急情況下能得到及時照顧。

加藤的設計還包括讓租戶經過咖啡廳才能進入自己的房間，這樣一來，租戶在日常生活中會自然而然地與咖啡廳的工作人員及其他住戶互動。咖啡廳不僅是社交場所，還會邀請高齡住戶參與工作，如幫忙標籤咖啡豆或打掃，讓他們保持活躍。

該地區原本禁止經營餐飲，但加藤以「為高齡者提供就業場所」的理由，成功獲得行政特別許可，讓咖啡廳成為社區居民的聚集平台。

加藤忠相的理念在於「將普通人社工化」，促進社區的互助與保護。他認為，即使獨居長者在家中去世，只要能在第二天被發現，這便不是孤獨死，而是一種尊嚴的死亡。他強調，未來需要建立更多這樣的社會環境，讓每個人都能在充滿尊重與關愛的氛圍中安享晚年。

【心得】

在當前高齡化社會的背景下，加藤忠相先生創立的「Novishiro House」展現了一個全新的青銀共居模式，成功地回應了高齡者租屋困難的問題。這個住宅不僅是提供居住空間的場所，更是一個促進不同年齡層之間自然交流和互動的社區。特別值得關注的是，住在「Novishiro House」的年輕租戶有義務每天向長者打招呼，並參加每月的茶會，這不僅讓年輕人能夠更好地了解長者的生活與智慧，還能激發彼此之間的友誼，營造出家庭般的氛圍。這樣的安排不僅提升了高齡者的生活質量，還增強了社區的凝聚力，讓每一位住戶都能感受到被重視和支持。

此外，加藤先生在設計時也充分考慮到高齡者的安全需求，增設了監視感測器和浴室溫控系統等設施，為長者提供了一個安全舒適的居住環境。這樣的周到考慮，讓高齡者在生活中能夠更加安心和自在。



圖 74 Nobishiro 青銀公寓外觀

參考資料：

Nobishiro 青銀公寓 <https://nobishiro-house-kameino.azurefd.net>

創新照顧 日本傳真(2024)專訪 Nobishiro House 社長加藤忠相：挑戰高齡者新住房

<https://www.ankecare.com/article/2262-2022-11-15-07-51-11>



圖 75 左 Nobishiro 青銀公寓外觀



圖 76 右 Nobishiro 青銀公寓 1 樓對外經營簡餐咖啡廳



圖 77 左 Nobishiro 青銀公寓 1 樓的咖啡廳



圖 78 右 Nobishiro 青銀公寓 1 樓經營洗衣店



圖 79 公寓 1 樓餐廳外走廊設置開放座椅區



圖 80 社區訪客在 1 樓餐廳外走廊吃冰



圖 81 左 Nobishiro 青銀公寓 1 樓的咖啡廳特產深層天然水咖啡刨冰

圖 82 右 咖啡刨冰特寫



圖 83 Nobishiro 青銀公寓 1 樓的專業級咖啡



圖 84 左 訪談創辦人加藤忠相先生



圖 85 右 加藤忠相先生著作(網頁照片)

(八) 9月6日行程

GOEN 日間照顧機構

東京都大田區上池台 3-46-11 145-0064

1)通商實驗室 GOEN 以社區為基礎的日間服務大田區上池台 3-46-11 145-0064

位於大田區上池台的社區日托機構。在防止社會孤立、維持與當地社區的聯繫以及作為群體生活一部分的社交性的同時，我們提供敏感於每個人感受的支持，並允許他們以自己的角色開展活動。

2)ASOKO 以社區為基礎的日間服務

大田區西込 2-18-18 Clover Terrace 1 樓 143-0026

位於大田區西込込的社區日托機構。我們將接受任何想法並支持您“防止孤立”，幫助人們承擔新角色，“參與社區”和“集體生活”，在那裡您可以與他人分享寶貴的時間。

3)Agein 居家護理理站

大田區東行谷 5-2-8 145-0065

護理師、物理治療師和職業治療師會造訪疾病或身心障礙者居住的地方，以便他們能夠在熟悉的社區和家中過著適合他們的復健生活。由持有護理註冊護士資格的管理人員履行「實務、指導、諮詢」三大職責，努力提升護理品質。

4)LUCKY 居家照護支援辦公室

大田區東行谷 5-2-8 145-0065

【簡介】

GOEN 日間照顧機構的理念是「尊重每個人的想法，根據他們的精神和身體狀況，提供最合適的支持，而非單純追求提高照護效率。」我們致力於解決都市中人際疏離的問題，防止社會孤立，並保持長者與社區的連結。透過多樣化的支持方式，讓長者參與符合自身需求並發揮作用的活動。這些活動包含一起準備餐點、編織毛線，甚至安排戶外郊遊，例如戶外散步，不僅能增強日常生活所需的腿部力量，還能讓他們體驗四季變化，刺激大腦活力。簡單的購物體驗，也能為生活帶來更多動力。我們的目標是挖掘並接納長者的想法，幫助他們找到新的社區角色。通過參與社區活動和團體生活，增加他們與他人互動的機會，從而發現自身的價值。同時，我們注重防止社會孤立，維持長者與當地社區的聯繫，並確保他們成為群體生活的一部分。

我們的方法是根據每個人的身體和心理狀況提供個性化的護理，幫助維持並改善其日常生活功能，預防身體、認知和生活能力的退化。我們不強調效率，而是專注於以人為本的照護與陪伴，讓長者在日常生活中感受到來自群體的支持，從而維持和增強自身的能力。

【心得】

這個理念讓人深刻感受到「以人為本」的重要性。在現代社會，尤其是都市區域，長者面臨的孤立問題愈發嚴重。這種模式不僅僅是為了提供基本的照護，更是讓每一位長者找到自身的價值和歸屬感。透過多元的活動，長者不僅能保持身心健康，還能在社區中找到自己的新角色，這種過程對他們的自尊心和生活質量都至關重要。

尤其 GOEN 不強調「效率」的做法，因為照護不應該只是一種任務，更多的是關懷與陪伴。這樣的理念讓人感受到真正的尊重與溫暖，每個人都有自己的需求與節奏，長者也不例外。這種以人為本的關愛模式能夠讓他們在安全與支持的環境中，保持生活的積極性，減少孤立感，並最終實現與社區的深度連結。

這個理念啟發我們思考，無論是對長者還是其他群體，社會應該更多地關注每個人的需求與感受，讓每個人都有機會參與並發揮自己的作用。這才是社會真正和諧、共融的基石。

參考資料：

GOEN <https://goen.me/>



圖 85 GOEN 日間照顧機構理念

「我們重視每個人的想法，並根據他們的精神和身體狀況，優化支持他們的方式，而不是想辦法提高照顧效率。」



圖 86 位於東京都市區內的 GOEN 日間照顧機構



圖 87 創辦人富永伸二先生(圖中站立者)



圖 88 日間照顧中心也是對外營業的餐廳

我們於 2022 年 2 月 22 日 開設了餐飲店「Yahho」

• 我們期望日間服務的使用者能在此工作，並與社區居民互動，成為被需要的社區場所。

初次挑戰失敗了！

我們想要為日間服務的使用者創造一個可以發揮的場所，但在收支和客源方面遇到了困難，令我們煩惱不已。在這過程中，我通過朋友認識了一位希望在撫養孩子的同時擁有自己店鋪的媽媽。與她一起思考「該如何實現」時，我們的新挑戰開始了，活動再次動。我們與社區合作，為使用者創造能利用其經驗並發揮所長的場所，在反覆試錯中不斷追求最適解。

- 奶奶們來幫忙做事！
- 作為租賃空間提供出租！
- 訂購日間服務的午餐！
- 向社區配送便當！



圖 89 日照中心餐廳結合社區居民、失智長輩擔任員工的營運模式



圖 90 承租人單親媽媽(GOEN 網頁照片)



圖 91 切菜(GOEN 網頁照片)

· 多代共同學習，分享知識與經驗，增進理解，推動共生社會。

與學生一起參加文化祭



在學校小賣部銷售



45

圖 92 每週一日中午到社區私立青陵高中販售咖哩飯 1



圖 93 每週一日中午到社區私立青陵青陵高中販售咖哩飯 2

參、考察心得

一、學習日本共生社區及建築環境之精神

社區能否可能真的做到「互相照顧」？社區裡面能否做到沒有弱勢者，每個人都能展現其價值？要建構成功的共生社區，需先建構以下核心意涵：

- (一)多元共融－理解到社區本身就是多樣態人的組合。
- (二)日常生活－在社區居民的日常生活圈中建立連結，彼此之間的關係才是長遠的。
- (三)角色舞台－讓各個群體有活力展現的舞台與機會。
- (四)互相幫助－每個人都有價值，並能相互支持與幫助。

最終是期待一個能夠安心生活的社區－「共生」是未來社區的關鍵思維。在共生社區的概念下，沒有所謂的標竿案例，因為共生最重要的就是回歸在地的脈絡，創造在地人與人之間的支持網絡。所以無論你是據點、咖啡廳、理髮店、書店或個人，都可能是社區的好鄰居，成為串起這個網絡的關鍵角色。

二、強化及落實自助、互助、共助、公助的友善高齡者共生建築環境研究

為了長期照護家人而辭職、閉門生活，照護者往往精疲力盡，甚至病倒。為改善這種情況，日本中央政府、地方自治團體、高齡者及其家屬，以及相關人士共同努力，推動長期照護保險與「地區總括性照護體系」，以減輕照護負擔，其核心是「自助、互助、共助、公助」。「自助」指高齡者努力維持自立生活，包括工作與身心健康；「互助」則依賴地區居民和志工的相互支持，形成良性循環；「共助」指透過社會保障制度如保險與年金，實現社會層面的互助；而「公助」則由政府提供社會福利及生活保護，資金來源主要為稅收。

這四種支柱相互交疊，不可或缺。若「共助」和「公助」不足，便需更多「自助」與「互助」來補充，因此需在公平、自由等價值下進行調配。透過這樣的機制，能分散社會整體負擔，確保必要服務的持續性，避免將負擔轉嫁給下一代，實現安心且可持續的生活保障。

三、探討支持「照顧者」與「被照顧者」共生共好的建築環境

面對人口老化、經濟低迷及社區支持減弱等問題，日本於 2016 年推出「地域共生社會」政策，主張打破「照顧者」與「被照顧者」的界限，創造社區內每個人都能互相支持、共融共生的環境。政策強調居民參與和能力發揮，避免過度依賴專家或公共資源，喚起個人在社區營造中的責任感。傳統社區的互助功能因少子化、高齡化及人口減少而弱化，部分角色由社會保障體系取代。然而，共生社會的核心在於「共融」，尊重個體差異，提倡合理的相互體諒，並創建能連結人與資源的在地場所，提升居民的獨立生活能力。這種模式超越身

份限制，鼓勵每個人參與，共同塑造凝聚力強的社區。

四、落實共生社會中的自立精神的建築環境規劃

共生社會是一個老年人與非老年人、健全者與身心障礙者、外國人與本地人共同生活的社會，超越以「健康人」為中心的傳統思維。雖需關注高齡者需求，但也應反思老年人是否為他人著想，避免過度依賴。在共生社會中，老年人與其他居民一樣，有共同的義務。

共生社會強調，年齡並非獲得照顧的唯一理由。不同情況下，接受者可能是老年人、孕婦或身心障礙者，需要合理體諒。例如，患有內部功能障礙者可能無外在標誌，但仍需關懷。因此，共生社會主張互相支持，體現平等與自立精神。

肆、建議事項

一、建議借鏡日本跨領域之無障礙政策，導入國內友善高齡照顧環境之建置。

隨著高齡化社會的快速發展，我國應參考日本的跨領域無障礙政策，打造友善的高齡照顧環境。日本透過立法與規範推動無障礙設施建設，如《高齡者、身心障礙者等移動安全與便利促進法》，要求公共建築、交通工具和社區設施全面落實無障礙設計。我國可參照這類法規，將無障礙要求納入基礎建設計畫，促進高齡者的生活便利。此外，日本注重跨部門合作，整合醫療、交通與社會服務資源，提供一站式的高齡者支援體系。我國可引進這種模式，強化政府與民間的協力，提升高齡者的照顧品質。最後，日本重視社區參與，透過地方居民共同建設無障礙環境。我國應推動社區參與計畫，確保政策符合高齡者需求，營造友善且永續的生活空間。

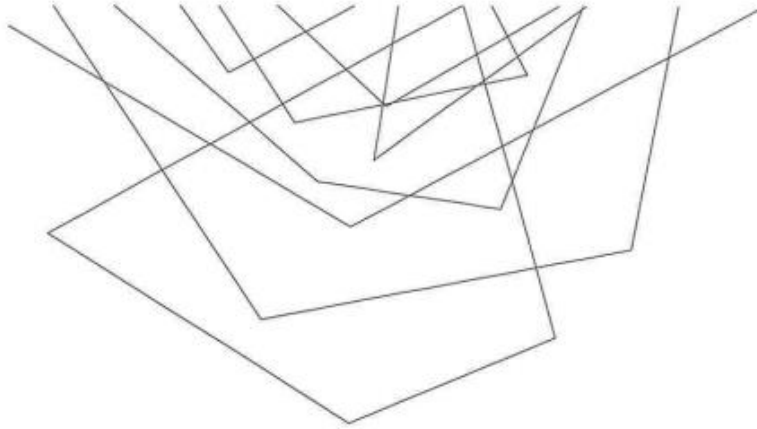
二、建議參考高齡者自助互助共助公助精神，健全國內高齡者照護空間環境。

面對高齡化社會的挑戰，我國應參考「自助、互助、共助、公助」的理念，全面健全高齡者照護空間環境。首先，強調自助，應推廣高齡者健康管理與終身學習計畫，增強其身心功能與獨立性，讓高齡者更能適應自身需求。其次，促進互助，可推動鄰里共照機制，鼓勵社區高齡者之間互相支持，如成立長者活動中心與志願服務隊，增進社會參與感與歸屬感。此外，共助的實踐可透過政府與民間協力合作，建置高齡友善社區，提供靈活且多元的照護資源。而公助則要求政府完善法規與政策，如擴大長期照護服務覆蓋範圍，優化無障礙設施，為高齡者提供強有力的制度保障。透過整合上述四個面向，我國可有效提升高齡者生活品質，創造尊重與支持的照護環境。

三、建議進行日本社區共生環境制度的相關研究，了解日本如何將社區共生與居住環境改善結合。

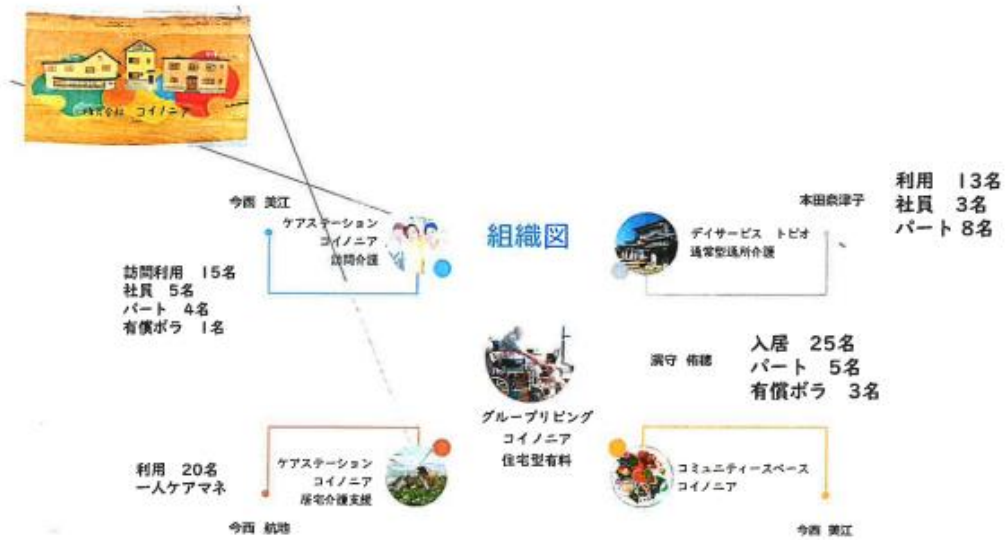
為應對高齡化與少子化挑戰，日本推行社區共生環境制度，成功將社區共生理念融入居住環境改善。我國應深入研究其經驗，探索適合本地的推行模式。首先，日本透過法規與政策推動「多世代共居」及「共生住宅」模式，例如在住宅設計中加入公共空間，促進不同年齡層居民交流。我國可借鑒此模式，在新建或改造住宅時優先考量社區功能與共生需求。其次，日本強調地方政府、企業及居民的多方協力，形成資源共享與相互支持的社區生態。我國應研究這種協作模式，提升社區居民參與度，結合本地文化特性，營造融合高齡者需求的居住空間。透過深入研究日本經驗，我國可在政策、設計與執行層面，構建具包容性與永續性的社區共生環境，為高齡友善社會奠定基礎。

伍、附録資料



KOINONIA

Koji Imanishi





コイノニアの経緯



200x

フレックスタイム制

3

理念 ————— ○共に、生きる、ココロを支える
ビジネスで管理的ではなく、家族のように寄り添い「生活」を支えるの

STYLE ————— ○住宅型有料老人ホーム・居宅介護・訪問介護・通所介護の組み合わせ
家族のようになりたいから、取って替らずにベースを置く。介護は一つの手段

人 ————— ○多様な関係性
住む人も働く人も、子供から老人まで抱える障がい、生活歴、経済状況も様々
どちらが世話をしているかわからない。でも、だからこそケア（気にかける）支え合いが成り立つ

目標 ————— 子供が中心にいて、そのために大人たちが最期まで生きる姿を見せられる
場でありたい。現在は実家プロジェクトを準備中

KOINONIA

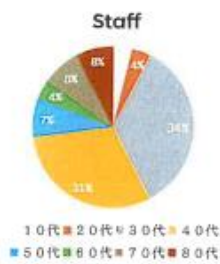
200x

ヒッチハイク

4



BALANCE



昨年度 社員 平均給与 4,030,524円

通常
 訪問介護 3,782,040
 通所介護 3,307,440
 介護付き有料 3,767,040

職員 26名
 社員 8名 パート18名 有償ボラ3名

市内・隣接市在住 18名 遠方 4名 移住 4名

20XX



BALANCE



男：女 比 14：13

過去5年入居死亡 10名
 退去者 3名

市内・近隣市 14人
 遠方 北海道～鹿児島 13名

病院～ 11名
 包括～ 5名
 口コミ 11名

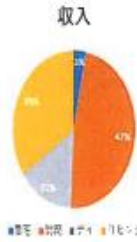
20XX

20XX

6



BALANCE



入所費平均 109,058円
 入所費幅 74,700～130,500円
 生活保護 48%

2020X

コイノニアの存在意義は、私達働く者の想いの乗った手・足・そして言葉が作り出す人間関係です。それを求める人が集まり、仲間が集まります。ですから、私達一人一人の想いや行動・判断がそのまま、コイノニアの価値となります。しかしながら、人と人とはとても複雑な関係性を持ちます。働いて行く上で、迷うこともたくさんあるでしょう、仲間の中で意見の割れることもあるでしょう。そんなときは、この理念と以下のコンパスに立ち返り、相手と自分両方に問いかけ、コイノニアとして誇りを持てる働きをしてください。

コイノニアのコンパス

1. 共に力を合わせ、最善の知恵を絞り、心を開いて働いているか
2. 共に喜び、共に泣く寄り添い方ができているか
3. 家族の様に、困った時にこそ、力になれる関係性か
4. 依存的な関係性ではないか
5. 相手の役割を奪ってしまっていないか
6. それは、子どもたちに胸を張って話せるストーリーか
7. その働きで誰かの心が動いているか、愛を持った交わりであるか
8. 誰かを想い日々を送れているか
9. 愛情を出し惜しんでいないか
10. 十分に素直に言葉にできているか
11. 声にならない想いを、拾いこぼしてはいないか
12. 感謝の心が先に立っているか
13. 相手を選ぶのではなく、自らの選択の下支えであるか
14. 見返りを求めてはいないか
15. 十分に待つ時間を持ったか
16. 人のせいにしてはいないか
17. 相手は、あなたは、幸せな顔をしているか

2024/9/7

8



家族ってなんだろうねえ。。

2007

07年7月

12



距離×時間×共に乗り越えた経験の数（苦しみも喜びも）

2007

07年7月

13

事例



200X

200X 200X

9

事例

B

とき さん

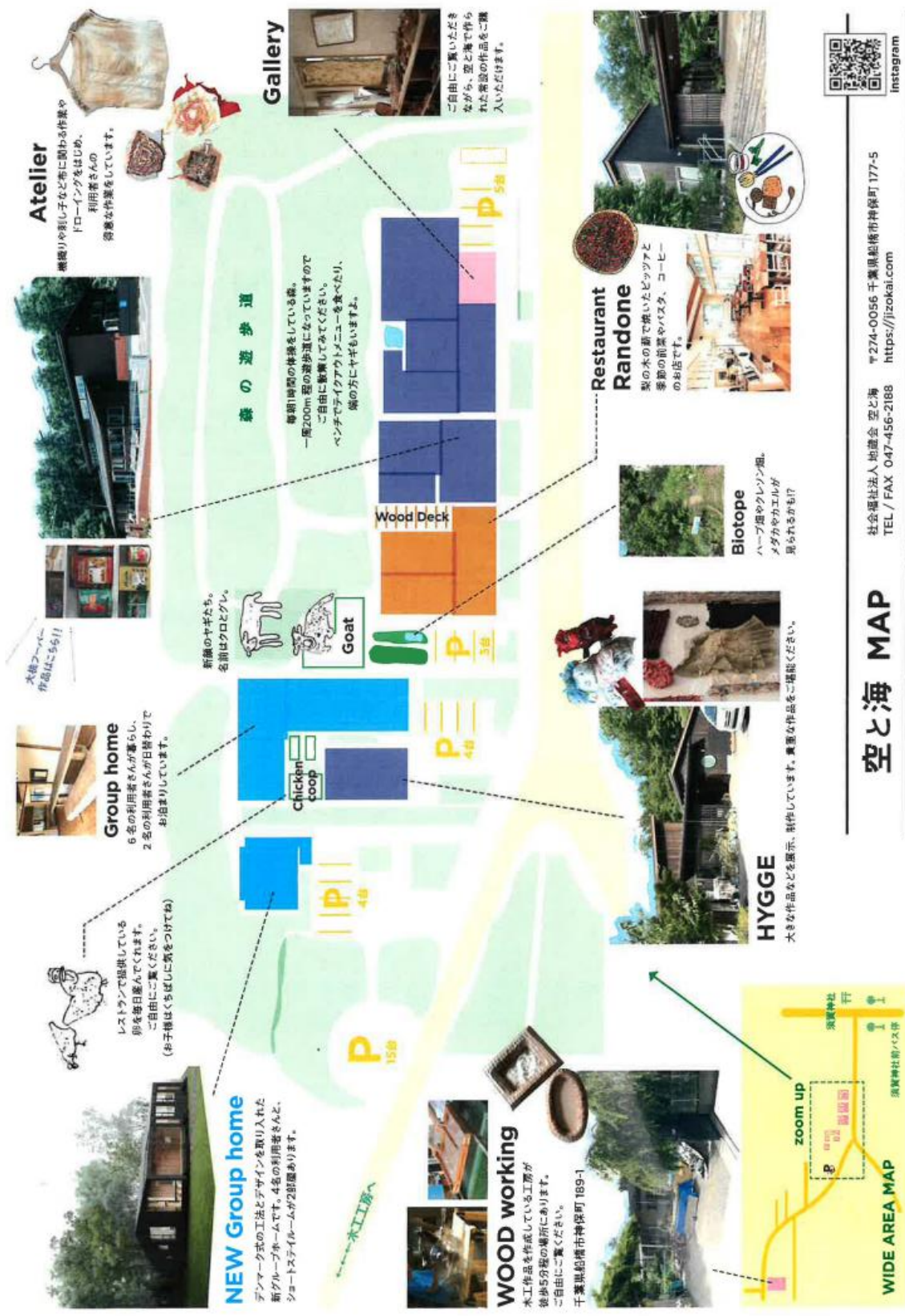
98歳 介護5

- ・歩行できないのだが、動き出してしまう、しよっちゅう傷を作る。
- ・家族といたがネグレクトを受け入所
- ・言語はないが情動が激しく、他者に噛みつく
- ・多動で、常に動き回るか、声を上げている
- ・半年間は関係性の構築に覚悟を決め、やはり半年を過ぎると情緒が穏やかになってきた。
- ・一年たった現在、噛みつく行為はほぼなくなり、みんなに可愛がられる存在に

200X

200X 200X

10



Atelier

機織りや刺し子など布に關わる作業や
ドローイングをはじめ、
利用者さんの
得意な作業をしています。



Gallery

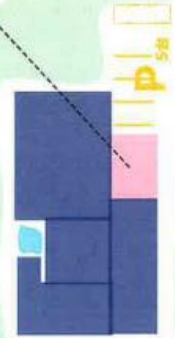


ご自由にご覧いただき
ながら、空と海で作ら
れた常設の作品をご購
入いただけます。

森の遊歩道

毎朝7時間の清掃をしている様。
一層200m程の遊歩道になっていますので
ご自由に散歩してみてください。
ベンチやマイクアウトドメニューを売ったり、
席の方にヤキもいますよ。

Wood Deck



Restaurant Randone

梨の木の蔭で焼いたピッツアと
季節の前菜やバスカ、コーヒー
のお店です。



Biotope

ハーブ畑やクレソン畑。
メダカやカエルが
見られるかも!



HYGGE

大きな作品などを展示、制作しています。貴重な作品をご堪能ください。



WOOD working

木工作品を作成している工房が
徒歩5分程の場所にあります。
ご自由にご覧ください。
千葉県船橋市神保町 189-1



Group home

6名の利用者さんが暮らし、
2名の利用者さんが日替わりで
お泊りしています。



Chicken coop



新着のヤキたち。
名前はクロヒツレ。

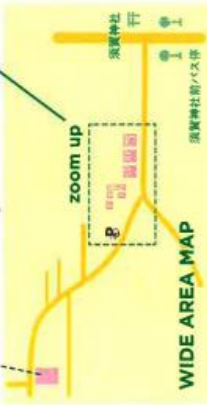
Goat



レストランで提供している
卵を毎日産んでくれます。
ご自由にご覧ください。
(お子様はくちばしに気をつけてね)

NEW Group home

デザインとデザインの工法を取り入れた
新グループホームです。4名の利用者さんと、
ショートステイルームが2部屋あります。



空と海 MAP

社会福祉法人 地産空 空と海 〒274-0056 千葉県船橋市神保町 177-5
TEL / FAX 047-456-2188 <https://izokai.com>



Instagram

凸凹文化教室

DECO BOCO CULTURE SCHOOL

誰しものがもつ「凸」に注目し
誰しものがもつ「凹」をみんなで埋め合う

法人理念「共生・寛容・自律」

私たち「凸凹文化教室」は子どもたちの発達の凸凹を認め合います。

具体的には認可保育園「カミヤト凸凹保育園」内に児童発達支援＋放課後等デイサービスを併設し0～18才が共に過ごせる環境をつくっていくことです。異年齢が関わりを持つことで主体性・社会性・協調性をみんなで育んでいくことができます。

20年後を生きる子どもたち、そして地域の人びとが「多様性」を認め合う社会をつくること。これが私たちのミッションです。カミヤト凸凹文化教室は、そんな文化をつくる子どもたちの生活の場を目指しています。

カミヤト凸凹文化教室が大切にしているアプローチ

『身体・生活・学び・社会性』

1. 身体へのアプローチ・・・運動・体操による心身のリフレッシュと、生活の場における基本的動作の獲得
2. 生活へのアプローチ・・・整理整頓、正しい着替えや身だしなみなどの基本的な生活習慣の獲得
3. 学びへのアプローチ・・・豊かな言葉、絵画、書道など「書く」「読む」「描く」力の積み重ねと実践
4. 社会性へのアプローチ・・・多くの友だちと過ごし、楽しみながら関係性をつくることを身につける

◆これらのアプローチを重ねる中で、音楽活動、創作活動を発展的に実践します。

音楽は“言葉を超えた言葉”。それは「ノンバーバル（非言語）コミュニケーション」と言われ、子どもたちの情緒性に深く関わっています。凸凹保育園＋文化教室で実践する「リトミック」には、子どもたちの遊びや生活の豊かさの基礎となる“共感力”や“社会性”の獲得にも効果があるとされています。カミヤト凸凹文化教室では、その子の「凸」に注目し、強みを伸ばします。

愛川舜寿会 基本理念

1. 共生 Conviviality 多様性を認める
2. 寛容 Tolerance ゆるし、受け入れる
3. 自律 Autonomy 個を尊重する

これからは、障がいのあるなしによらず、子どもからお年寄り、外国にルーツを持つ人まで

一人ひとりが大切な社会資源となる「自立共生 (Convivial)」の時代です。

コミュニケーションの希薄化が叫ばれる今、かつて繋がりを買んできた地域に学び、まずは、私たち福祉協が「寛容」に人と接することからはじめます。

さらには、その人(子)の意思を尊重し、「自律」を見守ってゆきます。

私たちは「共生・寛容・自律」の3つの基本理念を柱として

時代に、地域に、人に、まっすぐ向き合う組織を目指します。

愛川舜寿会 ビジョン

社会をやさしくする。

地域の人のびとが、私たちの福祉の営みに触れるたび、
ちよとずつやさしくなって、分け合ったり寄り添い合う
社会になっていくのではないかと考えています。
だから、私たちは「社会」に“やさしくする”ではなく
「社会”を”やさしくする」法人でありたいのです。

- Care を意識すること。
- Community を意識すること。
- 常に“社会”を Image すること。



カミヤト凸凹保育園イメージハウス

カミヤト凸凹保育園 + 文化教室について

人生の輝かしいスタートを切った子ども達は小学校上がるまでの6年間、とても重要で美しい人格形成期を重ねます。様々な感情やエネルギーを体いっぱいに出し表出し、吸収し、力強く生きていく。

私たちはその子の「心」に注目し、誰もが持つ「凹」をみんなで埋め合い、個々に異なる彩り豊かな成長を見守ります。そして、厚木市上牧町の、おほかから自然資源豊かなこの地で、地域の人たちと共にまちぐるみの子育てを大切にする保育園を目指します。

6つの行動指針

- 1 すべて「子ども中心」に考えます。
主体的な生活や遊びを営む保育には失敗がつきものです。
失敗は成功の萌芽であり、成長過程です。“寛容”に子どもに接します。
- 2 共に生きる「空間」をつくります。
興味・関心を持てる“環境”、アイデンティティの形成を育む場を提供します。
子どもの知的好奇心をくすぐるしかけを創り続けます。
- 3 「自然環境」と積極的に関わります。
自然との融合により“緑さ”と“しなやかさ”の育みを大切にします。
田植えや稲刈り、畑など土いじりなどを通じ、食育につなげます。
- 4 「創造性」を育みます。
音楽・芸術・創作による感性の発達と、知的探求による知識の習得ができるアプローチを意識します。
活動を通じて自分と他者との考えの違いに気づき、“多様性”について考えをめぐらせる時間をつくります。
- 5 「いきる力」を信じます。
石を磨かすず、石を自分で飛び飛ばされる子どもを育てます。
年齢ごとに訪れる“自律”の形成を見守ります
- 6 「地域」と共に子どもを育てます。
地域は文化的生活を営んでいる専門職集団の宝庫です。
私たちは保育の専門家だけでなく保育者充実にせず、“まちぐるみ”で子育てを考えます。

