



## カリフォルニア 高齢者コミュニティ

宮本礼子<sup>1)</sup>、武田純子<sup>2)</sup>、宮本顕二<sup>3)</sup>

医療法人社団明日佳 桜台江仁会病院認知症総合支援センター<sup>1)</sup>  
グループホーム 福寿荘 (有限会社ライフアート)<sup>2)</sup>  
北海道大学大学院保健科学研究院機能回復学分野<sup>3)</sup>

アメリカには、シニア・コミュニティやリタイアメント・コミュニティと呼ばれる高齢者コミュニティが2,000以上あります。元気な高齢者のための街で、住居にはゴルフ場が隣接し、娯楽や生活サービス等が整備されています。今回の訪問は、「ヨミ・ドクター (読売新聞電子版)」に掲載された私たち夫婦のブログ「今こそ考えよう、高齢者の終末期医療<sup>\*1)</sup>」で知り合いになった猪熊さんご夫妻のお招きによるものでした。

### 1. 高齢者コミュニティ「Casta del Sol<sup>\*2)</sup>」

猪熊さんご一家は1978年に、家族4人(ご夫妻とお子さん2人)でカリフォルニアのニューポートビーチに家を購入して移住しました。ニューポートビーチはロサンゼルスから南に車で1時間の所であり、太平洋岸の風光明媚な避寒地です。住民の所得は全米で最も高く、治安も良い所です。私たちが泊まったホテルの隣にあるベンツのディーラーは全米一の売り上げを誇っています。以前はブランド品を買うためには、ロサンゼルス近郊のビバリーヒルズまで行かなくてはならなかったのが、今ではニューポートビーチのショッピングモールで事足りるそうです。その後、同じ地区で2回住み替えをした後、8年前に現在の高齢者コミュニティ Casta del Solにご夫妻で移られました。

Casta del Solは、居住に55歳以上という年齢制限がある、自立した元気な高齢者が住むコミュニティです(age restricted community かつ active adult community)。介護施設や病院はありません。南カ

\* 1) <http://www.yomidr.yomiuri.co.jp/page.jsp?id=59788>

\* 2) <http://www.55places.com/california/communities/casta-del-sol>

リフォルニア オレンジ郡にあり、ニューポートビーチからは車で30分の距離です。交通の便は良く、ジョン・ウェイン空港、高速道路、アーバイン駅の近くにあります。海までは16km、近くのミッション・ピエホ湖までは歩いて行くことができ、都会の生活と田舎の生活の両方を味わうことができます。気候は大変良く、1年のうち300日が晴れていて、気温は15~27度です。1972年から1987年にかけて開発され、現在1,920戸の家があり、住人は約4,000人です。丘陵地にあり、青い空、赤い屋根瓦と白壁の家、緑の芝生と樹木のある、美しい静かな住宅街です。最近では親の介護などのために45歳以上の家族も住めるようになりました。主に退職した人が住んでいますが、勤めに行く人もいます。コミュニティへの出入りは守衛のいるゲート4つで管理されていて、しかるべき理由がなければ中に入ることができません(写真1)。私たちが訪問した日も、事前に私たちの訪問が守衛に伝わっていたので、ゲートを通ることができました。別の高齢者コミュニティもゲートは守衛に管理されており、入り口付近だけでも見せてほしいとお願いましたが、守衛は頑として首を縦に振りませんでした。コミュニティには安全パトロールもあり、セキュリティがしっかりしているため、この8年間に事件は一つも起きていません。

コミュニティに住むためには、家を購入しなくてはなりません。ご夫妻の家は建坪45坪の平屋で、平均的な広さです(写真2)。高齢になると庭の管理が難しくなるために、敷地として手入れが必要な庭は狭く、その代わりに、植木や芝刈りなどコミュニティが管理してくれる庭が家の周囲にあります。私たちが訪れた時はざくろの実がなっていました。家と土地の価格は、8年前に築32年で40万ドル、リフォーム代に5万ドルかかりました。1ドル100円換算で4,500万円、結構高いです。しかし、アメリカは日本のように年月とともに家の価格が下がることはありません。価格は相場が決まり、現在は46万ドルの評価だそうです。古くなっても高い価格で売れるので、廃墟になることはありません。アメリカは常に



写真1 Casta del Solのゲート

守衛がいて、訪問者の出入りを常にチェックしています

インフレなので、家を売ったお金で次の家を買います。日本のように一生同じ家に住み、子どもが家を受け継ぐという習慣はなく、子どもが学校を卒業し親元から離れて生活を始めると、大きな家は維持する手間や費用がかかるため、夫婦で小さな家に住み替えて行くそうです。子どもとは一緒に住まず、親が子どもに最初の家の頭金を出すことはありますが、基本的には家や財産は子どもに残さず自分たちのために使います。子どもに家を安く売ることもないそうです。ご夫妻の年金は、2,000ドル/月で、コミュニティの管理費は321ドル/月です。管理費は清掃、植木や芝生の手入れ、ゴミ収集、6年ごとの家のペンキ塗り、娯楽施設の維持、などに当てられます。管理費を払わないと、コミュニティから出なくてはなりません。医療保険は、メディケアという公的医療保険に200ドル/月、私費の医療保険に200ドル/月払います。自立した人を対象にしているため、コミュニティの中に店はなく、買い物は車で近くのスーパーマーケットに行きます。そのため車の運転ができなくなると、ここでの生活は困難になります。猪熊さんは「とにかく公共の乗り物が不便な社会です。老人が自由に暮らすためには自分で運転することが必至です。もちろん、高齢者用のタクシーステムもあり、送り迎えのサービスも格安で頼めるのですが、やはり老人はできる限り自力で運転をしようと試みます。例えば、わが家のお隣さんなどは、90歳のおじいさんが買い物や子どもの家に行くのはもちろん、毎週ゴルフや教会にも自力で行かれております。反対側のお隣さんは、やはり90歳近くで心臓の異変により一瞬で亡くなれたのですが、その直前までドライブされておりました」とおっしゃっています。住んでいる方は主に白人で、黒人やメキシコ人はいません。日系人は数人いますが、付き合いはないとのこと。コミュニティの掃除をする人は主にメキシコ人です。

娯楽施設として、プール、テニスコート、パドルテニスコート、フィットネスセンター、エアロビクス教室、ゴルフ練習場、ローンボウリング場、畑、

植物園、スパ、ダンス・コンサート会場、ビリヤード場、図書館、陶芸を初めとした工芸教室、など多くのものがあります。畑の使用料は20ドル/月です(写真3)。コミュニティに隣接して18ホールのゴルフコースがあり、ご夫妻はよく利用するそうです。料金は割引になっており、20ドル台です。もちろんセルフコースで、クラブハウスはありません。娯楽施設は大変充実していますが、私たちが訪れたのは9月初めのとても暑い日だったので、残念ながらプールとビリヤード場にしか人がいませんでした(写真4、5)。

医療については、ホームドクターを20年前から決めており、必要時に受診します。高齢者コミュニティに住んでいても、医療の受け方に違いはありません。住人の方は最期はどこで亡くなっているのかをお聞きしたところ、ご近所の方たちは自宅で亡くなっていました。お隣の方は家族に介護され、ホスピスサービスを受けて亡くなりました。

ホスピスサービスとは、アメリカの医療制度の一つで、病気は何であれ医師から6ヵ月未満の余命が宣告された患者は受けることができます。費用は公的保険であるメディケア(65歳以上が対象)・メディケイド(低所得者や身障者が対象)と私費保険から95%提供されます。残り5%は多くの場合ホスピス団体が負担するので、ほぼ無料で受けられます。症状緩和を目的にし、延命目的の医療(経管栄養や点滴)は行いません。サービスは患者が住んでいる場所で提供され、2007年は80%が自宅、残り20%が高齢者介護施設などでした。医師が患者を診察することはなく、訪問看護師から報告を受けて、検査の指示や薬の処方・変更を行います。ホスピス専門の訪問看護師は週3回、1~2時間、患者を訪問します。看護師にはある程度の裁量権があり、医師から許可された範囲内で、薬の量を変更できます。ホスピスサービスに含まれるものには、看護師による訪問ケア、清潔に関するケア(入浴、シャワー浴、清拭、創傷被覆材交換など)、精神的悩みのカウンセリング、医療器具(ベッド、車いす、つえなど)・医療材料(ガーゼ、カテーテルなど)の提供、作業療法、



写真2 猪熊さんご自宅  
芝生と植木はコミュニティが管理します



写真3 菜園  
水道完備の畑です

理学療法、言語療法、栄養相談、レスパイト入院（介護者の休息が目的）があります。特筆すべきことは、患者の死亡確認は医師以外にも、ホスピスサービスの看護師、施設の看護師が行えることです。ホスピスサービスを受けている患者は死が予期されるので、医師による確認が免除されています。

猪熊さんは「基本的には政府の補助をあてにして、治る見込みのない老人を人工的に無理な延命処置により生かすケースは特殊だと思います。宗教的、あるいは道徳観念の違いなのかも…どちらが良いかと軍配をあげることは難しいでしょうが、本人が幸せでない形での長生きは無駄…との観念が強いのがこちら式なのかも。それが介護システムにも反映されているのでしょ」とおっしゃっています。

自宅で死んでいくためには、家族が多く家族から介護を受けられるか、お金があつて介護者を雇えるかのどちらかです。アメリカの訪問介護は値段がとても高いのです。

ご夫妻が8年前（ご主人が72歳、奥様が64歳）にCasta del Solに引っ越して来た理由は、海辺の家に比べ暖かいこと、子どもや若者がいないから静かであり、住人が同年齢のため考え方が同じで暮らしやすいこと、治安がよいことだそうです。近くに2人の子どもさんとそのご家族がいらっしゃるせいか、高齢者だけのコミュニティに住んでいても、寂しくないとおっしゃっていました。そして「日本人と比べると、こちらは個人主義的または自分勝手…と思われがちで、事実、親の面倒を直接看ない子どもたちは多いですが、全般的な傾向としては、老人・身障者などの弱者をいたわろうとする若者たちは多いと思います。また、社会的にも例えば、各所にシニア割引やシニア用の駐車スポットや車いす優先策などが徹底しているのです。老人には住みやすい優しい環境だと思います」とおっしゃっています。

## 2. 高齢者コミュニティの歴史

アメリカの高齢者コミュニティの先駆けとして有名なのが、アリゾナ州の「サンシティー」です。1960年

にフェニックス市の荒野に不動産会社経営者デル・ウェブ（もとニューヨーク・ヤンキースのオーナー）が当時のお金で130万ドルかけて建設しました。単なる老人の町ではなく、退職した人たちが、スポーツや趣味を行いながら、活動的に暮らせる街をコンセプトにしています。1978年に全体が完成した時には人口46,000人、世帯数26,000の大規模コミュニティとなりました。ショッピングセンター（20）、ゴルフ場（10）、映画館、劇場、銀行（37）、介護施設、病院もあり、何の心配もなく老後を楽しめるように作られています。退職後はサンシティーで暮らすことが勤労者の夢となりました。今でも「サンシティー」はアメリカ最大の高齢者コミュニティで、44,000人が居住しています。その後同様のコミュニティが、カリフォルニア州南部からフロリダ州までの気候の温暖なサンベルト地域を中心に続々と建設されました。今ではアメリカのいたるところにあり、その数は2,000以上です。

## 3. 高齢者コミュニティの変遷

内閣府の平成24年版高齢社会白書の「アメリカにおける高齢者コミュニティ」によると、以下のように報告されています。

『退職後ゴルフ場を持った住宅地に住むことは、アメリカ人の夢とも言われており、リタイアメント・コミュニティの最大の特徴になっている。しかし、このコミュニティには世代の偏りによる世代間交流の不在、快適な環境のもとでの知的刺激の不在という課題もあった。その課題を解決したのが、大学連携型コミュニティである。大学の敷地内や近隣に設置されており、居住するシニアは生涯学習講座で学び、再びキャンパスライフを体験することができる。フロリダ州にあるエッカート大学では、社会のさまざまな分野で豊かな人生経験を積んだ高齢者専門家集団が講師陣となって、若い学生たちにさまざまな知恵や経験を教えている。シニア自身も学んだり教えたりすることで「何かに打ち込んでいる」、「誰かの役に立っている」という実感を得ることができる。』



写真4 プールサイド  
コミュニティにはプールが2つあります



写真5 ビリヤードを楽しむ住人

大学連携型コミュニティは温暖な場所に限定されずに全米各地に作られ、2010年ではその数70です。よく遊び、よく学ぶ、ということでしょうか。

#### 4. 高齢者コミュニティにおける医療・介護

病気になったり介護が必要になった時に居住者を継続してケアする高齢者コミュニティがあります。CCRC(Continuing Care Retirement Community)と呼ばれ、一つの敷地に①インディペンデント・リビング(健常で自立した人が対象)、②アシスティッド・リビング(軽度介護)、③ナーシングホーム(重度介護)、④メモリーサポート(認知症)が集約されています。居住者は健康状態が悪化しても、安心して同じ敷地で暮らし続けることができます。今回はCCRCを見学しませんでした。高齢者と医療・介護は切り離せない問題なので、機会があれば見学したいと思っています。

#### 5. わが国に高齢者コミュニティは根付くか？

日本初の高齢者コミュニティ「スマートコミュニティ稲毛」が2010年に千葉県に建設されました。アメリカと同じように、元気な高齢者が住居(分譲マンション)を購入して、スポーツ、趣味などを楽しまします。ただ、わが国は、①住居の価値が年月とともに下がる、②住み替えをしない、③治安が良い、④子どもに家や財産を残す、⑤子どもと一緒に暮らす人がいる、⑥老後を明るいものと考えない人が多い、⑦老後に娯楽を多く求めない、等のアメリカとは異なる環境と考え方が異なるため、現状では高齢者

コミュニティは根付きにくいかもしれません。しかし時代は変わりつつあり、老後を積極的に楽しみたい人や、健康状態が悪化した時のことを心配する人が増えています。そのため、居住者を継続してケアする前述のCCRCのような高齢者コミュニティができれば歓迎されるかもしれません。私も住みたいと思います。いずれにしても老後の暮らし方を考える上で、アメリカの高齢者コミュニティの姿は参考になるかもしれません。

#### 謝辞

今回の高齢者コミュニティ見学は猪熊さんご夫妻のご協力によるものです。深謝いたします(写真6)



写真6 スポーツバーで巨大ピザを囲んで  
右側：猪熊さんご夫妻  
左側：宮本顕二、礼子、武田さん

## 北海道医師会サポートセンターのご利用について

◇情報広報部◇

北海道医師会サポートセンターでは、本会提供のメールアドレスに関するご相談だけでなく、パソコン操作やインターネット利用に関する質問対応も承っております。日頃のパソコン利用におけるちょっとした疑問点やトラブル対応の第一相談窓口として、お気軽にご利用ください。

#### お問い合わせ例

パソコンをMacに変えたら使い方がよくわからない・・・ご利用方法をご案内  
プロジェクターでパソコンの映像を映したい・・・ご利用方法をご案内  
光電話ってどうしたら使えるの・・・光電話についてご案内、取次ぎも可能  
エクセルの使い方がよくわからない・・・一般的な使い方であればご案内可能  
サポートに来てほしい・・・駆けつけ業者を手配します(有料となります)

お問い合わせ先：北海道医師会サポートセンター(平日 10:00～12:00、13:00～17:00)

○TEL: 011-738-3401

○E-mail: support@hokkaido.med.or.jp