

自由な暮らし。自分らしく、ともに住まう。

高齢者グループリビング COCO湘南台

NPO法人COCO湘南



COCO 湘南の「自立と共生」の 5つの基本理念

COCO 湘南台は、地域住民の知恵と、
夢を共有してつくられた高齢期の住まいです。
NPO法人COCO 湘南は、これらの基本理念をもとに運営しています。



1

自立と共生の 高齢者住宅

十人十色の個性で支え合い、
お互いを尊重し、
心もバリアフリーに。

2

共同運営

生活の運営について、
おもしろく使う方法・暮らす方法が
みんなのなかから湧き出してくる。

5

元気印の 発信基地

心豊かな暮らしの
モデルとなりえるように、
グループリビングを大切に。
COCO 湘南台の暮らしを
社会に向けて発信する。

3

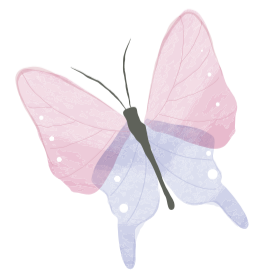
地域とともに 生きる

グループリビングの生活者は
地域の一員です。

4

健康に 生きる

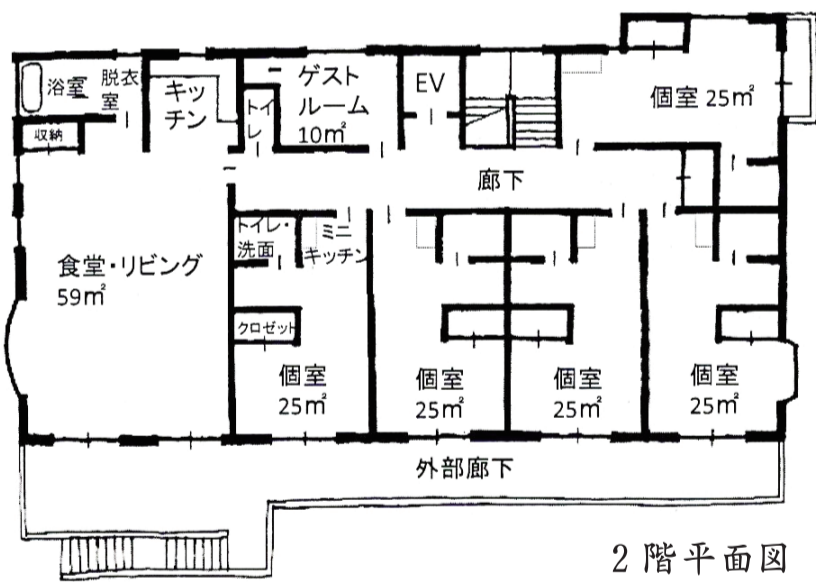
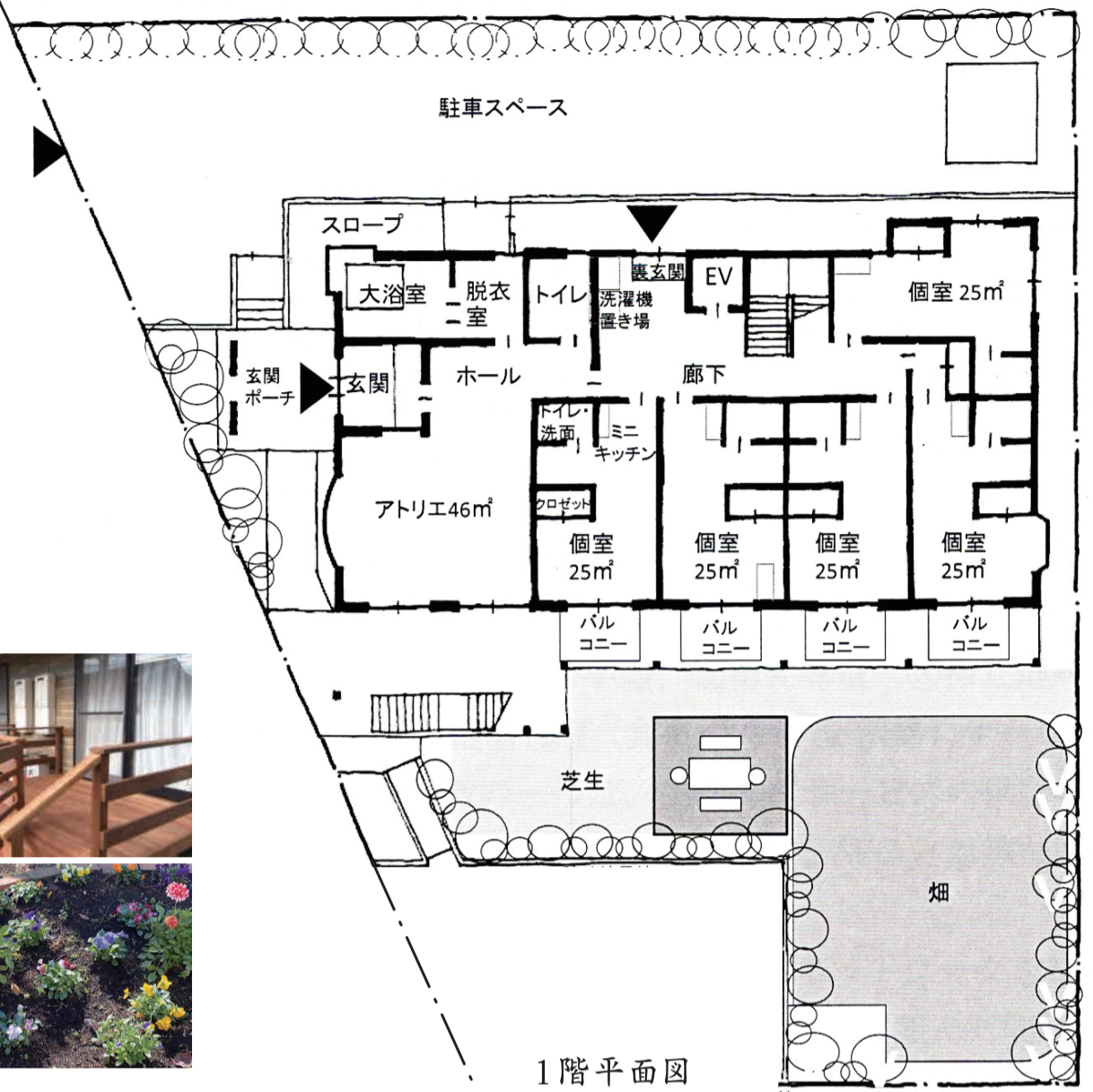
ゆるやかなリズムで生活し、
人との交わりや活動をおこなおう。
そのためにも地域の保健医療機関との
ネットワークは大切に。



COCO 湘南台の建物

特徴

- 建物は日当たりのよい南面配置。
- 住宅のような佇まいと広い庭。1階の各部屋にはウッドデッキ。
- 引き戸、EV、スロープなどのバリアフリー設計になっているので、車椅子での住み続けも大丈夫。
- 個室は25㎡と広く、ミニキッチン、洗面台、トイレ、クローゼットが設置。



1階



2階



個室



COCO 湘南台の生活



夕食だけは
みんなが集まって

夕食は全員が食卓を囲み、手づくりの家庭料理をいただきます。

話し合いを大切に

年1回、法人の総会に参加し、運営状況を確認します。月1回、ミーティングを行い、暮らしについて話し合います。



地域のサービスを活用

介護サービス・制度外の生活支援サービスが必要になった場合は地域のサービスを利用します。



広い庭

敷地の半分は庭になっており、野菜づくりや花を楽しめます。多くのお部屋が庭に面しており、1階にはウッドデッキ、2階にはバルコニーがあります。



ペットとの生活

猫や犬と一緒に生活しています。



イベント・趣味の会・勉強会

お正月など四季折々の行事は生活者が話し合い開催しています。イベント、趣味の会、勉強会は法人や地域住民が実施しています。

生活MAP

- COCO湘南台は閑静な住宅街にあります。
- 最寄り駅の湘南台駅からは3つの鉄道路線（横浜市営地下鉄・相鉄・小田急）が乗り入れています。駅まで徒歩15分ですが、バスも利用できます。
- 湘南台駅からCOCO湘南台の間には、スーパー、コンビニ、飲食店、銀行、病院が多く、市立図書館や藤沢市市民文化センター、公園などがあり、利便性の高い場所に立地しています。



1 湘南台駅



2 横浜銀行



3 相鉄ローゼン



4 湘南台公園



5 藤沢市湘南台文化センター



6 湘南第一病院



7 藤沢今田郵便局



8 セブンイレブン



9 藤沢市総合市民図書館



10 サンドラッグ・イワサキ



11 プライス



12 今田停留所



COCO 湘南台 Q&A

Q 寝たきりになったらどうするの？

介護保険だけのサービスでは足りず、上乘せサービスもあるかもしれませんが、本人の状態と本人の意思の確認により、ケアプランをつくって介護をうけることで、在宅介護をどう乗り越えるか考えていきましょう。病気の症状や介護ニーズの増加によっては、グループリビングが適さない場合もあります。

Q 認知症になったらどうするの？

グループリビングの暮らしは、認知症防止の元気印に生きることが目的でもあります。しかし、もし認知症が重度になったら、専門家やご家族などと相談して、本人に適した暮らし方を考えましょう。

Q 家財や調度品を持っていききたいのですが？

みなさん、数十年の生活歴でこのほかたくさん家具があるでしょう。自分のものを整理することから、グループリビングの暮らしがはじまるかもしれません。グループリビングの生活はトイレ、ミニキッチン、クローゼットをのぞくと約六畳間二つの広さ。工夫して自分の部屋をデザインして、第三の人生をシンプルライフに送るといえるのでしょうか。

Q 生活者同士のトラブルは？

みなさん人生経験豊かな大人同士です。まずは話し合いましょう。対個人以外のことはミーティングで解決を話し合います。

Q グループリビングとは

個人の生活部分と共用部分を上手に使って、自由な暮らしを計画して毎日のリズムをつくっていく、「リビング=暮らし」を主眼としたものです。

Q ここでいつまで暮らせるの？

生涯型なので、死ぬまでです。

独居から、考えれば十人の音と声を掛け合っていくことができ、共生とはまさにそのようなことです。

お互いのボランティアは大切なことで、自分自身のためにも良いことだと思います。何事も思い通りに運ぶかどうか。これは日時をかけて住んでいくうちに友情が育ってくると信じています。信じあわなければ何もできるはずがないですから。

「私はそんなのいやだ」と考える人は、たぶんこのような生活は無理だろうから選ばないほうがよいでしょう。

お互いが介護し合うのが目的ではなくて、主な介護は地域の介護事業者であり、生活者は温かなふれあいを大切にすることが目的です。

アクセス



- 湘南台駅(小田急江ノ島線・横浜市営地下鉄線・相鉄線)東口徒歩15分
- 藤沢駅北口バス停10番から湘南台東口行きに乗車、バス停「今田」下車



NPO 法人COCO 湘南

〒252-0804

神奈川県藤沢市湘南台 7-32-2

TEL : 0466-46-4976

FAX : 0466-42-5767

E-mail : coco-shonan@jcom.home.ne.jp