

2025年8月19日

ドイツのコ・ハウジングに学ぶ
社会の多様性と個人の生き方を
受け容れる住まい

生活福祉文化研究所

浜崎裕子

集まって住む居住形態

* コレクティブハウス

スウェーデン発祥：家事の共同化、コモンミール、環境負荷削減
多世代交流

* コ・ハウジング Cohousing

デンマーク発祥（1970年代～）：個人の生活空間と共有スペース
を持ち、近隣同士の交流を促す

* コーポラティブハウス：入居希望者が、土地探しから設計
建設まで共同する分譲住宅、各戸の設計は個別

* グループリビング：比較的元気な高齢者が個室を持ち、食
事や清掃の生活サービスを共同購入

* シェアハウス

1つの住居の中で、キッチンや水回りを共有し個室に暮らす

日本社会の状況—今後の住まいの検討に向けて

高齢化の進行

65歳以上人口 28.6% (2020) ⇒ 38.7% (2070)

▶ **地域包括ケアシステム；住まいが基盤→現状は？**

単独世帯の増加 40.1%(2025) ⇒ 44.3% (2050)

高齢者単独世帯と未婚率の増加

▶ **住居タイプ要求の変化**

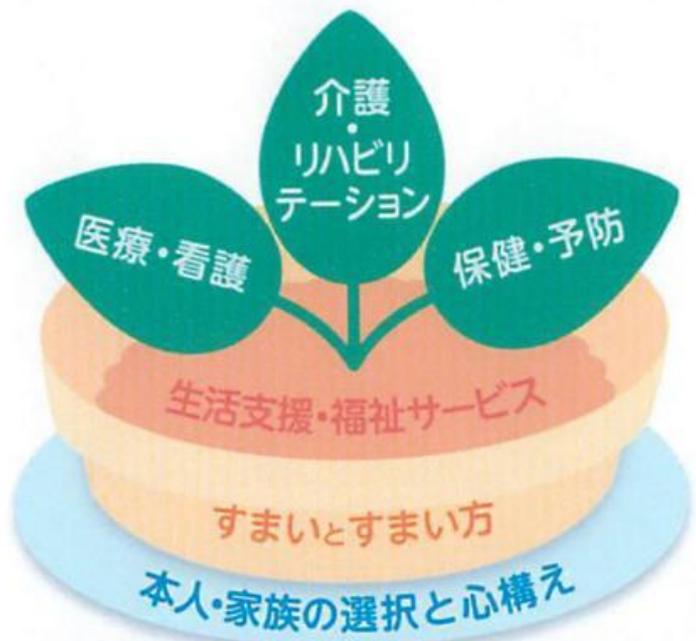
外国人居住者の増加 358万人 (2024年) 過去最高

▶ **社会の多様性**

アクティブシニアの増加 健康寿命；男72.57, 女75.45

▶ **高齢期のライフスタイルの変化**

地域包括ケアシステムにおける住まいの現状



本人の選択と心構えが基盤
その上に「すまいとすまい方」
がある。

住まいとしては「自宅」と
「サービス付き高齢者住宅」

高齢者の住まいに関する現状

- * 高齢者が自宅から施設入所したことによる空き家の増加
- * サービス付き高齢者住宅
 - ・ 増加傾向にあるが課題多い
 - ・ 住み慣れた地域外の入居
 - ・ サービスの不足あるいは困い込みによる不当な請求
 - ・ 認知症対応、終の住処でない

ドイツ（ベルリン）におけるCo-Housingを取り巻く背景

[2014年;Stattbauへのヒヤリング時における説明]

少子高齢化と単独世帯の増加

- ・ 2030年までに75歳以上人口の増加率83%
- ・ 2030年までに子どもの減少率10%
- ・ 単独世帯がさらに増加（50%以上）

⇒オルタナティブな住居／住まい方のニーズ高まる

住まいと住まい方の新しいコンセプト

⇒自己決定、しかしシェアする住まい方

Self-determined but shared living

Cohousing は、新しい現象ではなく、

人口動向による社会課題への斬新な解決策である。

日本 vs ドイツ

同様の社会変容における対応の相違

日本では、高齢者向け住宅の不足に対して、サービス付き高齢者住宅の整備という限られた分野のハード整備を行った。

ドイツでは、社会課題の解決に向けコミュニティの育成と住宅政策を連動させて取り組む

少子高齢化、単身者増加、女性の社会進出を 背景とする多世代の家

『多世代の家』 Mehrgenerationenhaus 2つの形態

A 集合住宅としての多世代の家 → Cohousing

1994年に始まる。多様な立場の幅広い年齢層、家族構成の人々が同じ場所で助け合いながら暮らす。

コミュニティルームを持ち交流する。入居時のルールを遵守する。入居目的は「孤独な生活を望まない」「子どものための良い環境」「社会の役に立ちたい」

B コミュニティセンターとしての多世代の家

連邦政府が2006年より取り組む政策、対象者を限定しない多様な世代が交流できるサービスを提供。カフェ、保育所、就労支援、文化教室など。自治体と協働した地域づくりの一環。政府が助成金を出す。

ドイツにおけるCohousingの概要

- * 1970年代から発展、2000年以降に明確なトレンドになる
- * Cohousingは、**コミュニティを重視している**ことが特徴。単なる物理的な形態ではなく、日常生活における活動の実践。
- * 居住者は、コミュニティ活動、相互扶助、安定した近隣環境を求めており、同じような考えを持つ人とともに生きたいという意向を持っている。
- * 構想段階から将来の**入居者は積極的に関与し**、コミュニティを形成する為のルール（契約）を持ち、独立した住居に加えて、**共有スペース**がある。
- * Cohousingコミュニティは**多様化**しており、環境に配慮した建築、手頃な価格、高齢者向け、多世代型、女性専用、障害者との共生、異文化プロジェクトなど。
- * 都市では自治体と連携した中間支援組織がある。
- * 多様な組織形態。3分の1は協同組合（自己組織化、自己決定、連帯の法則）その他に公営住宅会社との連携など。

Cohousing実現までのプロセス

中間支援組織が各プロセスをサポートをする

- 1) **オリエンテーション**：全工程で最も時間を要する期間。
プロジェクトに関心のある人・参加希望者・専門家・土地／建物を探す。コンセプト作成、費用の概算、組織及び法的規定のチェック
- 2) **プランニング**：要求条件整備、建築家・コンサルタント・プロジェクトマネージャーの選択、土地（建物）選択。
建築計画。デザインの最適化、コスト計算、資金調達。
- 3) **建築準備**：敷地購入、建設工事見積、入札、建設契約
- 4) **建設工事**：設計管理、会計管理、建設中の改良／セルフビルド／工事の検討・評価、竣工引渡し
- 5) **入居**：建物運営管理、役割別グループの活動開始

ドイツ（ベルリン）の3つの事例 2014年視察

- *事例1 地主の投資による賃貸住宅（多世代）
周辺環境がよく共有スペースも充実している
“Living together”を目指した有志のマネジメント
- *事例2 旧幼稚園舎のリノベーション（多世代）
アフォーダブルハウジングを求めた若夫婦が主導
“Social benefit”の得られる共同生活
- *事例3 女性だけの共同住宅
経済的に自立した女性のニーズに応じる住まい
コンセプトは「自由意志と寛容」

多世代の家 事例 1

Ast 21 e.V.

オーナーが22室の賃貸住宅を建設し、3世代で共に暮らすライフスタイルに共感する居住者を募った。アパートには、共有の庭、クラフトルーム、洗濯室、ゲストルームがある。



共同住宅のコミュニティ活動の中心となる
Heldermarie Cramerさんと
居住者の親子





1 部屋の大きさは 43~140 m²



トイレ、シャワールームは
バリアフリー、車椅子対応





共有の庭には子どもたちのための遊具が多く設置され、入居者パーティ用のガーデンバーベキューの場所もある

敷地面積 ;2,700m²



Spree川 に面しており、庭を出ると川沿いに長い散歩道が続いている。



2009年の入居当初は、**living together** のコンセプトに沿った話し合いや交流が行われていたが、賃貸住宅の入居者が入れ替わると最初の主旨が伝わらなくなってきた（共同生活の困難性）

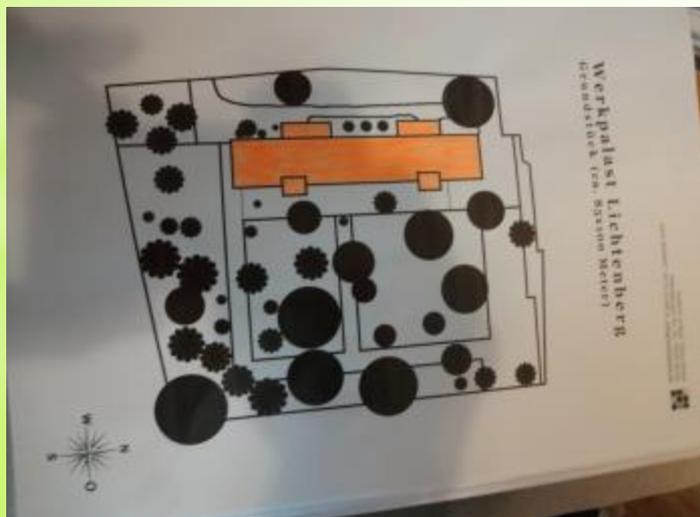
「それでもMy dream を持ち続けたい」

多世代の家 事例2
Werkpalast Lichtenberg
リノベーション
プロジェクト

2006年活動開始—

2010年入居

幼稚園だった空きビル
を若いファミリーが中
心となり多世代住宅と
して再利用





構造壁を残し
壁を取り除いて
幼稚園舎を住宅へ
建設補助金 5%

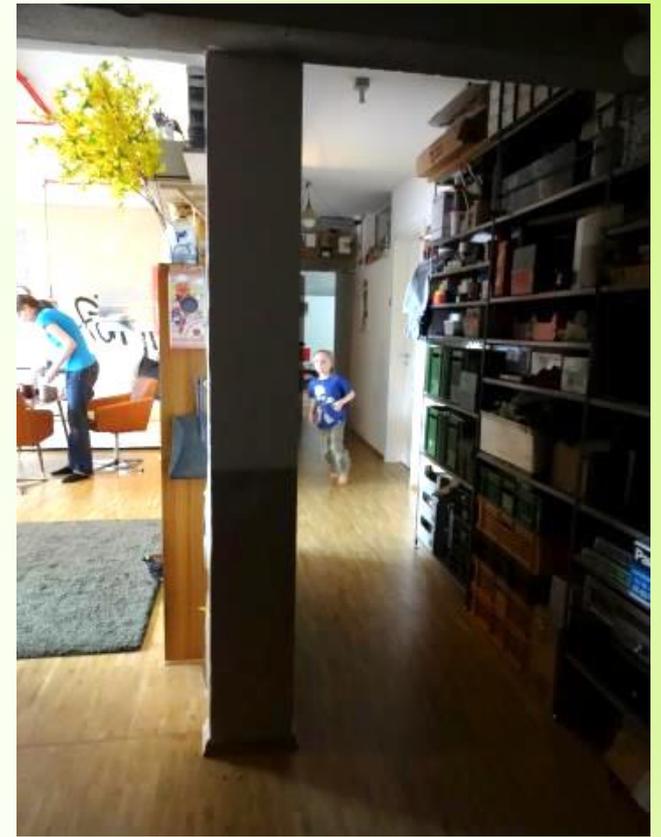
36m² ~ 119m²

0歳~86歳の住人
20室

既存ビルの再利用の設計経験があり
コンセプトを共有できる
女性建築家との出会いで実現

賃料は安く、**social profit** のある
子育てに望ましい共同住宅を皆で
話し合いながら作る





代表者の Mrs.Stefine Eckert
と夫、2人の子どもの部屋

Stefine の父親も別室に住む



子どもたちの遊んでいた
リビングルーム
Self Build の NPOを作り、
共同で自分たちが工事に
も関わった。家具なども
中古品を集めている

若い頃にシェアハウスに住ん
だ経験からこのような居住形
式が望ましいと考えた。

家賃はm²単価が決まってお
り、広さに応じて家賃を決定



共同庭で他の入居者が前日のパーティの片付けをしていた

発起人「入居者コミュニティを上手く維持するポイント」

- 1) 規則で縛りすぎない
- 2) 定例ミーティングを行いメールで議事録配信、情報共有
- 3) よく話し合うこと





パブリックルーム
(共同部屋) 80m²

ミーティング(定例)
パーティー 娯楽室
ビリヤード 映画会

発起人「プロジェクト成功 の条件」

- 1) 行動的なリーダーがいる
- 2) 他の人のアイデアも聞き入れる
- 3) 社会的レベルが同等の人が集まる。



事例3 女性だけのCH FrauenWohnen im 21. Jahrhundert

21世紀の女性の生き方
Beginenhof (ベギン会修道院)



発起人のJutta Kamperさん
2000年活動開始-2007年入居



コンセプト；自由意志（自発性）と寛容



再開発のために売出されていた

開発前の公共用地



1階のコモンルームはキッチンとテラス付き
月例ミーティングやダンス
など多目的に使用



現在22歳～80歳までの53世帯が暮らしている。
オランダの建築会社社長の寄付により成立





発起者； Kamperさんの発言

集まって住むことの良さは、not alone ,
not family

集団生活が上手く行くためには話し合い、
ask for help 「手伝って」あるいは自分の
望みを言える関係づくり

“Beginenhof”は、多世代のCohousing より
も静かな環境で、このライフスタイルを
望む女性のコミュニティ



ガーデニングや共同管理の当番は月例会での話し合いで決める



当初は25人規模を想定、しかし敷地規模
と活用の効率性から53世帯になった

住居の広さは56 ~104 m²
各オーナーは経済的に自
立した有職女性
自由意志と寛容さをもつ
共同生活



川に面した歩車道に沿った環境にある。自分たちの家を地域社会にも解放し、文化的・社会的貢献

入居者同士が隣人愛と友情の精神で支え合うが、介護しあうことは決めてない。



55人はブログでつながっており
多様な人々が在住することにより
趣味や社会活動の仲間ができる。



廊下のコーナーの椅子は
少人数のおしゃべりの場として
よく活用されている



共同の屋上広場



隣の移民の多い中学校にドイツ語を
教えるボランティアに行く人も多い

Cohousingプロジェクトの社会的・都市開発的意義

- * Cohousingは、単なる新しい住宅市場ではなく、通常（既存）の住宅タイプでは実現できない住宅ニーズに応じる。
- * 都市開発において、量的よりも質的重要性を持つ。
- * Cohousingの共有スペースを近隣に開放することにより周辺と連携し、社会的排除ではなく持続可能な地域づくり
- * Cohousing プロジェクトは、参加型計画文化と新世代の共同組合の発展に貢献している。
- * 高齢者に適したCohousingは、基本的には介護サービスは他の居住者によりカバーされるのではなく(公的)専門家による提供
- * 介護サービス連携型もあり、施設入居を遅らせる効果もあり
- * 投資家、住宅会社、協同組合が所有する賃貸ユニットと個人所有のユニットを組み合わせるとソーシャルミックスが可能

ドイツのCohousingから学ぶこと

- * Cohousingに住むことは、空間としての住まいだけでなく、そのコミュニティに暮らすことを意味する。
- * 住まいの選択は、生き方の自己決定につながる。
- * Cohousingは、構想から入居まで居住者の積極的参加が必須である。
- * 長い時間を要するCohousing project には、中間支援組織（コーディネーター）の実働が推進力になる。
- * 国（自治体）は、社会の課題解決あるいは社会変容への対応手段として住宅政策を捉え、コミュニティ育成を通じた住まいの実現に向けてサポートする。

(参考) Cohousingに関連する自治体の施策

自治体によるCohousingの支援体制の種類・内容

- * 専門家によるネットワークが形成されCohousingの戦略と手段を確立している。
例) ハンブルク、ミュンヘン等 → ハンブルクの Intermediary ; Stattbauと Lawetz Foundation
- * Cohousing の相談センターを設立
例) ドルトムント、フランクフルト等
- * Cohousingを都市開発戦略の要素として採用。
例) フライブルク等
- * 社会住宅プログラムの一環として共用スペースの設置を資金援助・支援
例) ハンブルク等



ご清聴ありがとうございました。

