#### 第2部

# 住まい方別・モデルストーリー

高齢期の住まい方について、8つのモデルストーリ

ーを紹介します。

には、巻末の索引でひいて調べてみましょう。

はじめに

を は、 は、 によると、 単身者世帯、 大婦のみの世によると、 単身者世帯、 大婦のみの世によると、 で住みには、 の合計は、既に 半数を超え、 201 で生活する日がきます。 そのときに はよいとしてもいずれ他人の手を借 で生活する日がきます。 でも元気な でも元気な でも元気な でも元気な でも元気な でも元気な でも元気な と同居の道を選ぶのか、あるいは住み と同居の道を選ぶのか、あるいは住み

するのか、最後は誰に看取ってもらう

いつどこに移るのか、その資金はどう

のか、一人ひとり答えは違います。

やしました。 ました。 高齢者の療養型医療施設も増 いった福祉施設を積極的に建設してき 特別養護老人ホームや、ケアハウスと 計画が始まったのが1990年。 わりました。 高齢者保健福祉10ヶ年 始めて1∞年目に入りました。この間 介護や医療を取り巻く状況は大きく変 私たちが「住み替えのお手伝い」を 国は

護保険は、こうした施設重視から自宅 介護の方向に大きく流れを変えようと しかし、2000年から始まった介

## ・自宅で住み続ける準備

ます。「人生を賭して得た自分の城に生 も約7割の人が自宅介護を希望してい うが、東京都が、2006年10月に 公表した「高齢者の生活実態調査」で そうした期待もあってのことでしょ

> 自宅での骨折は、自動車事故よりも多 や知人などの助けがあれば安心ですが にそれが長期化する。そんな時に家族 てもこれまでは一晩休めば回復したの に体調を崩しやすくなり、風邪をひい いと言われています。また加齢ととも 先ず自宅が安全であること。 高齢者の るにはそれなりの環境整備が必要です。 きそうです。しかし、自宅に住み続け 涯住み続けたい」。 そんな声が聞こえて

で す。 できますが、これまで介護保険の非認 隣近所の助けを多くは期待できません。 対しても各自治体が独自サー ビスを提 ました。 定者へのサービスは、手薄になってい さまざまなリスクに備えることが必要 高齢者が自宅で暮らすには、こうした う、しっかり見極める能力も必要です。 しています。甘い言葉に騙されないよ さらに高齢者を狙った悪徳商法が横行 要介護認定者はサービスが利用 しかし、最近では非認定者に

> 供し始めています。 の要件になると思います。 心身ともに自立をしていることが最大 がきちんとできることです。 続けるために最も重要な点は自己管理 また、自宅で住み つまり、

### 2 ・住み替えは女性のテーマ

不安や身体的能力の低下、夫婦の一方 23-著)がベストセラーになっています。 に 替え」を考えられるようです。 ちなみ が亡くなられるなどの動機から「住み 「自宅で頑張るぞ」と思いながら生活 「おひとりさまの老後」(上野千鶴子 2005年度の政府統計資料から



のかもしれません。 はより多く女性の問題といってもいい 値を見ても分かるように「住み替え」 者がいることになっています。 この数 性の80歳以上では71%の人に配偶 ます。その多くは死別です。一方で男 は配偶者がいないという結果が出てい 試算すると80歳以上の女性の82%

があるのでしょうか。 では、住み替えにはどのような選択

を受けながら生活する暮らし方です。 人ホームなどに移り、必要なサービス 間の介護施設など) に移る。 できるだけ住み続け、どうしても自宅 大きく3つに分けることができます。 介護施設(特別養護老人ホームや、民 での暮らしができなくなった場合には こでは∞パターンを紹介していますが その事例を表にしたのが表1です。こ おひとりさまの老後は」 最後まで自宅で生活する。 有料老 自宅に

択に該当すると思われます。

どの選択がよいのか、 こればかりは

#### 住替えパターン 表 1 87~88歳 76~83歳 89歳 年齡 84~85歳 86歳 90歳 健康状態 要介護2 要支援2 住替バターン (A) (B) 介護型有料老人ホー 高齢者住宅 (C) 高齢者住宅 (D) 自宅 介護型有料老人ホーム (E) ケアハウス (F) 自宅 (G) 自宅 特養 (H) 特養 ケアハウス

3 ・住み替え時期

れます。 た事や、 なニー ズに対応できるようになってき の住み替え先が多様になり、さまざま ています。その背景にはやはり高齢者 年後ろにずれ込み、80歳前後になっ ています。 ません。近年住み替え年齢は遅くなっ 万人に通じる答えの持ち合わせはあり か」良く聞かれる質問です。 住み替えるとしたらいつがいい 介護保険の導入などが考えら 24 15年前から比べると10 しかし、 の

グや、住む場所は違ってきます。 条件によっても、住み替えのタイミン れが出ているのか。収入や蓄えなどの 護が必要になっているのか、少し物忘 して生活できるのか、それとも既に介 とは、その人の現在の状態です。自立 住み替えを考える上で先ず大事なこ

ービス利用 夜間の保険外へルパーを利用

に分けることができます。 一つが元気 住み替えのタイミングは大きく二つ

の選

てからの住み替え」です。 替え」。 もう一つは「介護が必要になっ な時から住み替えをする「早めの住み

食

は家族が決めることが多くなります。 者は自分で判断して決めますが、後者 は、やはり、介護施設となります。前 など、常時他人の手が必要になる場合 進行したり、身体が自由に動かせない 以上をイメージしています。認知症が 要になってからの住み替えは要介護3 必要がありそうです。なお、介護が必 と介護や医療などの点を重視して探す いのですが、やはり、この年齢になる ⊗○歳を超えても元気な高齢者は多

あります。

### 早めの住み替え

あるいは環境への適応力が遅い人など 方がいいのは、子供さんがいない人、 自己管理に自信のない人、持病がある 人、自分で食事の管理ができない人、 早めの住み替え」を視野に入れた

です。 用する「高齢者専用賃貸住宅」などが 料老人ホーム」、サービスを選択して利 事や入浴などの基本的生活サービスが 祉施設) や、一般企業が経営できる「有 体的に提供される「ケアハウス」(福 「早めの住み替え先」としては、

てきた家事から解放されるので、 や外食をしている人にとっては、大変 特に食事面では、決まった時間に専門 から、大きな安心を得る事ができます。 になる時間がたくさん持てることなど とってはこれまで多くの時間を費やし 望ましい環境です。また、特に女性に 提供されるので、自宅で不規則な食事 家による栄養管理が行き届いた食事が かけつけ、必要な手配をしてくれます 4時間何かあったらスタッフが直ぐに 常生活を管理してくれることです。2 サービス付きのよさは、第三者が日 自由

> とは言えないようです。 で入居者の体力低下が早まっていると 25-ューや食事時間は、管理された生活で うした長所を十分理解しないで入居す いった声がこうした暮らしと関係ない になりかねません。サービス付き施設 1日中テレビを見て居眠りする暮らし に活用できなければ時間を持て余し、 あるいは自由な時間を持てても、上手 すから窮屈に思えるかも知れません。 とにもなりかねません。決まったメニ ると、良い面がマイナスに作用するこ 利点がたくさんあります。しかし、こ



一方2001年に制定された「高齢と方(の方)の1年に制定された「高齢者の居住の安定確保に関する法律」においてその都度サービスを買い求めに応じてその都度サービスは別契約、必要等で、住居とサービスは別契約、必要時の対応や見守り機能を備えた賃貸住時の対応や見守り機能を備えた賃貸住をが、急速な事のがにしています。同住宅は、緊急に応じてその都度サービスは別契約、必要に応じてその都度サービスを買います。同住宅は、緊急に応じてその都度サービスを買い、急速な事が、急速を開びを見せています。同住宅が、急速な事が、

早めの住み替えでチェックが必要ない、食事を補足したくても、キッチンのは、生活の領域や住宅の質です。原のは、生活の領域や住宅の質です。原気心が会わない入居者やスタッフがい気心が会わない入居者やスタッフがいても、一緒の時間を極力少なくすればても、一緒の時間を極力少なくすればでも、一緒の時間を極力少なくすればでも、神足すればいいと思いますし、気心が会わない人居者やスタイルを作って見る心が会わない人居者やスタイルを作って見るできる。原質を含わせることが多くなります。原質を含わせることが多くなります。

表2参照

視点として重要になります。うした設備、住宅の質なども選ぶ時のが無ければ作ることはできません。こ

## 介護が必要になってからの

住み替え

では、介護が必要になってからの住では、介護が必要になってからの住場配置や介護サービス、生活の内容をでは、介護がよるところがあるのでしょうか。よく知られているのが、のケアハウス、介護付き有料老人ホームなどがその受け皿になっています。特養や老健は複数部屋が多いのですが、特養や老健は複数部屋が多いのですが、特養や老健は複数部屋が多いのですが、には大きな違いがありません。

表 2 介護型施設の比較

	介護療養病床	老人保健施設	特別養護 老人ホーム	特定施設入	グループホーム	
	20世级 统州林	七人体链胞胶		有料老人ホーム	ケアハウス	グルーンホーム
医師数	3名	1名	1名(非常動可)		規定なし	
滑護雅貞	17人(20人)	9人	3人以上	合計31人以上 (うち看護職員:3人以上)		規定なし
介護職員	17人(20人)	2.6人	32人以上			9人に3人
理学・作業療法士	適宜	1人	介護兼任職員	規定なし		
居室面積	6.4㎡以上	3 MUL	10、65㎡以上 (個宝 13、2㎡以上)	13㎡以上 15.63㎡以上 7		7. 43㎡以上
居室基準	4床以下	4床以下	4床以下	原則	個室	個室
月額経費	約8~12万円 (個室料別途)	約8~12万円 (個室料別途)	多床室:9万円 個室:14万円	約15~25万円 約		約10~18万円
入居時費用	無し	無し	#L	最多400~ 500万円	20年分 家賃一括払いあり	原則無し

・難員数はグループホームを除き定員100人当たり

必要とする人たちです。従ってケアの先ず対象者が要介護者であり、ケアを時に選ぶ住まいとは視点が異なります。こうした介護施設の選択は、元気な

Ιţ す。 L١ るので、 り (W た視点が必要です。こうした介護施設 繁に出入りしているのかどうかといっ になっているのか、 障害がある人たちにやさしい食事内容 どれくらいあるのか、入れ歯や嚥下に 楽しめる催しや散歩など外出の機会は 堂だけの生活空間では息も詰まります。 部屋と、 タッフのサービスに対する意識などに 質が重要になってきます。 入居者の退去内容なども公開されてい したケアか、また家族や地域の人が頻 範囲がかなり限定されてきます。 よって、居心地のよさが変わってきま ように見えても、 います。 また、介護が必要になると、 情報公開の対象施設にもなってお AMネット)、職員の離職率や、 人がすれ違うのがやっとの食 それを参考にするとよいと思 経営者の考え方やス トイレ誘導を重視 内容は同じ 生活

#### 4.資金計画

です。 相談になるので、 か したのが表3です。 L١ の程度必要になるのかについ から90歳まで15年間におおよそど 出せないと思います。 の事例に沿って単身者を対象に算定 さて、一番気になるのは、 よく聞かれます。 いくら位準備しておけ 明確な数字は これは寿命と そこで、 ζ 資金計 ば 7 誰 L١ 住 に 6 L١ ま も ഗ **ത** 画

見るものです。

「算定根拠となる生活費は、総務庁が関すている平成18年度の国民生活家行っている平成18年度の国民生活家に、各モデルホーム・施計調査を参考に、各モデルホーム・施計調査を参考に、各モデルホーム・施

○万円強程度となっています。そして有料老人ホームで、単身者で約750るのが、自立時から利用する介護付きそれによると、やはり、費用がかか



後介護専用型の有料老人ホームに住み要介護1程度まで自宅で生活し、その

施設を利用するケースです。 ハウスから特別養護老人ホームの福祉 ます。やはり最も低額な方法は、ケア 料老人ホームの月額経費に匹敵してい を対象とするグレードが高い都心の有 かってきます。実はこの金額は介護者 どを加算すると、月70万円程度はか それに生活費や介護保険の1割負担な で、1ヶ月まるまる頼むと45万円 晩約1万5千円程度と言われているの もらうケースの算定です。 東京では1 なった時、夜間ヘルパーに付き添って 護度が重くなり、夜間も介護が必要に ○万円近くかかるのですが、これは介 期間が短いことなどの格差となります。 違いから入居一時金が安いこと、利用 ります。これは、部屋の広さや設備の 利用との比較で考えると、約半分にな 自立時からの介護付き有料老人ホーム 替えると、3500万円程度ですから、 一方自宅で住み続けた場合では340 当然のこ

の負担は少なくてすみます。にも助成措置がありますから、利用者とながら、福祉施設は建設費、運営費

に任されている)(今日施設整備費は地方自治体の裁量

用できるわけではありません。じに当たるようなもので、計画的に利すが、都市部はどこも二桁の利用者待すが、都市部はどこも二桁の利用者待すが、都市部はどこも二桁の利用者待

## 5・ターミナルケアと看取り

が決定しており、医療を必要とする人の決定しており、医療を必要とする人という。 しかし、その受け皿となってきるのまま亡くなるケースがほとんどでそのまま亡くなるケースがほとんどでそのまま亡くなるケースがほとんどでたのまま亡くなるケースがほとんどでんのままで、高齢者の8割強が医療機工れまで、高齢者の8割強が医療機工れまで、高齢者の8割強が医療機



全面廃止の予定)(介護療養病床は、2012年までにの行き場が問題になっています。

一方、国は在宅や施設でのターミナ 28

にも対応できる在宅療養のサポート体にも対応できる在宅療養のサポート体が療についても、新たに有料老人ホームなどでも利用できる「在宅療養支援ながでも利用できる「在宅療養支援を療についても、新たに有料老人ホームなどでも利用できる「在宅療養支援を療所」を創設しました。同診療所はことや、重度医療が必要な人たって、看取りを積極的に進めようと、ルケアや看取りを積極的に進めようと、

おいた いを手厚くしたものです。しかし比較 いを が進んでいる東京都でも、診療 がはれています。 がかかりそうです。いずれにして には、まだ を支援診療所の届出はなされていませ を支援診療所の届出はなされていませ がはんでいる東京都医療機能実 がはしています。動向を見極めつつの組 が立てが必要です。しかし比較

### 6 .情報収集と見学

しかし、10年前に比べると、ずい情報を発信している窓口が違います。 によっていがあるのかその情報を収集することがら始めます。これが問題なのですが、から始めます。これが問題なのですが、なら、先ず、取り掛かるのは情報収集すること。 たび、ある程度の組み立てが決まっさて、ある程度の組み立てが決まっ

ぶんよくなりました。各自治体がホームページ上でリストの公開を行ったり、一部自治体や民間相談機関でも、専門家による相談窓口を開いています。先ずはそうした身近な場所で情報を得、必ず現地に行って見ることです。交通少す。そのための費用負担は原則利用すす。そのための費用負担は原則利用する本人です。どんなサービスが提供さる本人です。どんなサービスが提供されるのかサービスの中身のチェックが必要です。

## 7・ネットワークの構築

おきたいものです。頼りになる人間関係をぜひとも作ってルがないとも限りません。そんな時に後。迷ったり、探している間にトラブものがし、計画通りに行かないのが老

す。
一方で自治体でもさまざまな助け合いのシステムや、サービスがが住んでいます。充分とはいえませんが、安否なが困ったときのサービスなどなど、高齢準備されています。先ず自分が住んで準備されています。先ず自分が住んでいる自治体にどんなサービスなどなど、高齢が、一度確認をしてみることが必要でか、一度確認をしてみることが必要です。

めたのが表4です。 東京都23区の独自サービスをまとる



表 4 東京都 23区独自サービス一覧

	食事サービス	サービス	火災安全	サービス	サービス	寝具乾燥消毒	移動サービス	ケア用品	紙おむつ配布	民間家賃援助・	住宅設備 改修	補聴器
千代田区												
中央区												
港区												
新宿区												
文京区												
台東区												
墨田区												
江東区												
品川区												
目黒区												
大田区												
世田谷区												
渋谷区												
中野区												
杉並区												
豊島区												
北区												
荒川区												
板橋区												
練馬区												
足立区												
葛飾区												
江戸川区												

<sup>\*</sup>空欄は、ホームページ上で確認できなかったもの

<sup>\* ・・・</sup>障害者手帳を持つ方を対象とする

事例 1 渋谷区 独自サービス表

	対	象者(区分と条件)	サービス内容	利用上限	自己負担
介護保险	要支援2以上	同居家族がいることを 理由に、生活援助サー ビスが利用できない人	介護保険と同じ	週3回まで (1回1時間 ~2時間半)	200~500円
介護保険の拡大	要支援	事実上、1回の利用時間が 1.5 時間に制約される人	予防訪問介護に 接続して提供	週3回まで (1回 30 分 又は1時間)	100~200 円
	要支援2以上	独居、老老世帯等	通院、外出介助など	週3回まで (1回1時間 ~2時間半)	200~500円
独自	要支援2以上	老老世帯	同居家族の分 の食事準備、掃 除など	週3回まで (1回1時間 ~2時間半)	200~500円
	非該当	軽作業ができない人	部品交換、通院 など7種類	1時間から (内容による)	1時間 200 円 から (内容による)

事例 2 千代田区「在宅支援ホームヘルプサービス」

対象者区分	サービス内容	利用限度時間数	自己負担
非該当*(自立)	生活援助	週 1.5 時間以内	230 円 ~ 420 円
要支援 1 要支援 2	生活援助 外出介助	週 1.5 時間以内 週 2 時間以内	220 円 ~ 400 円
要介護 1	生活援助・身体介護 外出介助	週 2 時間以内 週 2 時間以内	
要介護 2	生活援助· 身体介護 外出介助	週 4 時間以内 週 2 時間以内	
要介護 3	生活援助· 身体介護 外出介助	週 6 時間以内 週 2 時間以内	220 円 ~ 890 円
要介護 4	生活援助・身体介護 外出介助	週 8 時間以内 週 2 時間以内	
要介護 5	生活援助・身体介護 外出介助	週 10 時間以内 週 2 時間以内	

\*非該当:要介護認定で非該当(自立)と認定された方で、

周囲からの援助が得られず支援が必要と認められる方。

\*利用時間帯:午前8時~午後6時

### 住まい方の選択~ 8つのモデルストー リーをご紹介します

できるだけ、

自分達で自立した生活

つ

自宅です。

## 介護付有料老人ホームに入る~

防犯面でも気を遣います。

娘と息子は独立

希望 子供に自分たちの老後を託したくな

秋子: 妻 68 歳

健康自立、高血圧気味

金融資産 5000 万円

なし

必要になっても世話してもらえる「終

の棲家」を希望。

らか一人が倒れた場合のことを考える

護してもらった秋子さんも同様。

どち

大きな不安を感じました。それは、

持ち家

負債

春男:夫 70 歳

心身状況:

収入

資産

子ども

いので、元気なうちから将来介護が

年収300万円(二人の公的年金)

2500 万円

と、不安で夜も眠れないほどです。 立し、子供に老後を託すという考えは ことにしました。子供達はそれぞれ独 夫婦で今後の生活を真剣に考え始める 二人ともありません。 春男さんが七十歳になったのを機に

ンザで1週間以上寝込んでしまい、そ した春男さんは、将来の介護や病気に の間の家事や看護に、予想以上に苦労 高齢者だけの世帯を狙った空き巣も増 い庭の手入れも大変になってきました。 ぱい詰まった夫婦の歴史ともいえる さらに昨冬、秋子さんがインフルエ しかし、最近では自慢の広 さらにこれから二十年、三十年、もし れくらいの資金が必要となるのか心配 も必要になるのか、 りに保有しているものの、 です。預貯金は退職金を含めてそれ かしたらそれ以上長生きした場合、ど れる、という「終の棲家」が希望です。 必要になれば適切なサービスが提供さ を送り、緊急時の対応や、 しかし、どうやって探していいのか、 気になります。 自宅の処分 将来介護が



マイホーム』。さまざまな思い出もい

三十年前に念願かなって手に入れた

女性の方が長生き なので私が一人に なった時のことも考 えてくださいね

## 条件を書き出して資料収集

出ありそうです。出ありそうです。二人の今後のライフプラン必要です。二人の今後のライフプラン必要です。二人の今後のライフプランター探すにあたって、順序を踏むことが

です。 期間の人生設計が必要なのかという点 先ずは気になるのが、どれくらいの

## 平均余命と老後プラン

生きる仮定で考えておいたほうが無難は、平均よりも少し長め、九十歳までは約十五年、秋子さんは約二十年ありすが、平均余命から見ると、春男さんすが、平均余命から見ると、春男さんを記の表を見ていただくと分かりま

### 【 住まいの検討 】

要件などさまざまです。
安、高齢者向けの住まいは多様化して会、高齢者向けの住まいは多様化して選択したらよいのかという点です。昨選択したらよいのかという点です。昨

2006 年度 平均余命(厚生労働省資料より) 単位:年

	男性	女性	男女差
60歳	22.41	27.92	-5.51
65歳	18.45	23.44	-4.99
70歳	14.69	19.12	-4.43
75歳	11.31	15.04	-3.73
80歳	8.45	11.32	-2.87
85歳	6,09	8,13	-2.04
90歳	4.32	5.66	-1.34
95歳	3.08	3.88	-0.80
100歳	2.20	2.63	-0.43

って費用がかなり違うことも分かりまたり、書籍で調べた結果、住まいによ象にした高齢者住宅の勉強会に出席し

希望する条件を書き出してみました。住まいが自分たちに適しているのか、した。(■14~18ページ) そこでどんな

- 生涯住み続けが可能
- 自立時から夫婦で入居
- ・住宅としての設備機能がある住まい
- ・必要に応じて生活支援・介護サービスが

利用できる住まい

が一番近いように思いました。 (入居時自立型)」(■M-97ページ) けが可能な住宅機能を持ち合わせた住けが可能な住宅機能を持ち合わせた住けが可能な住宅機能を持ち合わせた住けが可能なはではでいる。 (入居時自立型)」 (■のである。) 元気

#### 資金計画

までと価格差が大きく、資金計画が重入居一時金が数百万円から、数千万円しかし、介護付有料老人ホームは、

見学に行くことにしました。 実際に見てみようということになり、 する都心部で、住宅の設備機能が付き、 自立した夫婦が生活できるまずまずの ので、ともかく、机上の空論より色々 ので、ともかく、机上の空論より色々 ので、ともかく、机上の空論より色々 ので、ともかく、れ上の空論より色々 ので、ともかく、れ上の空論より色々 ので、ともかく、れ上の空論より色々 を表すまずの 関学に行くことにしました。

くつか選択しました。れをもとに二人でよくチェックし、いフレットや資料を取り寄せました。そ資金計画に見合うホームを探し、パン夫婦で利用できるある程度の広さと、インターネットから自立者を対象に、

## 見学・体験入居のポイント

確認しながら進めました。電話応対が親切丁寧か、などしっかり見学予約を入れた時からスタート。

いていました。探しをしている友人から次のように聞採しをしている友人から次のように聞

ダメ!」 「最初の頃は、何もわからないから、 「最初の頃は、何もわからないから、 「最初の頃は、何もわからないがあれて ですか」って思うだけで、それがいい見ただけよ。説明されても『そうなん見ただけよ。説明されても『そうなん見ただ営業担当が案内してくれるままに

そんなアドバイスもあって、二人は、



きました (■1 108ページ)。複数のきました (■1 108ページ)。複数のうさました (■1 108ページ)。複数のうさました (■1 108ページ)。複数のもました。

#### 決定する前に

多くの有料老人ホームを見学しました。 多くの有料老人ホームを見学しました。 の%満足できるところはないと実感 その後、今度は春男さんが体調を崩 その後、今度は春男さんが体調を崩 し、これから年をとるともっと大変と 実感した二人は、住み替えを決心。と 実感した二人は、住み替えを決心。と 大変とし、これから年をとるともっと大変と 本の後、今度は春男さんが体調を崩 し、これから年をとるともっと大変と 大変とし、これから年をとるともっと大変と 大変としたこ人は、住み替えを決心。と とにしました。

しかし、いざ決定するとなると、あ

重要事項説明書

きりしなかった介 断しました。見学や 資産状況も安定し 体験入居でも、はっ 106ページ)と判 ていそうだ」(■1

れもこれも不安が増します。 事業の継続性、 気になることがまだ 倒産でも また追加 護サービスについては、 で確認し、 情報公表制度(注1)をインターネット 人ホームが公表している**介護サービス** 大きな問題がないと判断

まだあります。

参考書などでは重

要

項

説 明

ました。

費用の発生など、

したら大変。

#### (注1) 介護サー ビス情報公表制度

通すように書かれていたことを思い

出

103ページ) などもよく目を

再度確認することにしました。

介護者の人数、退去者の状況などが公開さ 員による調査内容を公表することを義務付 れている。( 🗐 🖟 87ページ) けた制度。介護スタッフの数や、資格、 に都道府県知事に報告するとともに、調査 介護サービス事業所は事業内容を定期的

### 自宅をどうする?

を生かして克明に検討したところ、「短

さんは会社員時代の経理や財務の経験

財務諸表も見せるというので、

春男

容を詳しく確認しました。

看護職員の数や、

協力病院との連携内

秋子さんは、

医療面が不安なので、

期の大きな負債も今のところないし、

次の課題となりました。 む家具や自宅の処分をどうするかが、 売却するかどうか決めることにしまし に入居して「大丈夫」と感じた時点で 多くの持ち物を処分し、自宅はホーム よりかなり狭くなります。 さて、ホームを決定したら、 居室は今まで 思い切って 持ち込

#### 注2) リバース・モーゲー

介護付有料老

が難点。三鷹市等の一部地方公共団体でも多い反面、実施金融機関が限られているの 担保価値までの借り入れが可能など利点がう。自宅に住み続けることができ、自宅の もしくは契約終了時に自宅を売却して行を借りることができる制度。 返済は死亡時 実施されている。 持ち家を担保に、 自宅に住みながらお

生活支援資金貸付」は、非課税世帯が対象また、社会福祉協議会が実施する「長期 の額が生活資金として貸付される。 価額の70%を限度に、毎月30万円まで で、現在住んでいる持家を担保に、その評

#### <お問い合わせ先>

地方公共団体 市区町村社会福祉協議会 金融機関

バース・モーゲージ (注2) や、マイホ た。 4) と、万一の場合の資産管理は子供 とも話し合い、保証人、身元引受人(注 分達で判断が出来なくなった場合のこ と思います。さらに、 に託すことにしました。 ム借上げ制度(注3)も調べてみよう 自宅を担保に資金を借りられるリ 相続のこと・自

#### (注3) マイホー ム借上げ制度

どもに相続したりも可能というメリットが する制度。3年毎の転貸借契約の切れ目ご 借上げて転貸し、安定した賃料収入を保証 とに解約もでき、自分の家に戻ったり、子 シニア等の持家を最長で終身にわたって

りました。

#### ^お問い合わせ先>

移住・住み替え支援機構 03-5211-0757

#### (注4) 保証人・身元引受人の役割 有料老人ホームの

あります。

身元引受人 ケースが多い。 入居一時金などの返還受取人にもなる 債務が生じたときの保証人で、

る人(本来は別々に立てることになっ で、亡くなった場合の身柄を引き取れ 主に、入院や、緊急時に連絡できる人 人を同一人で許可しているホームが多 ているが、最近では保証人・身元引受

隣人関係を保つことだと学びました。

## ホーム入居後は・・

じなかったストレスがあることも分か 経ちました。 住み替えてよかったと思 うことがある一方で、自宅生活では感 護付有料老人ホー ムに入居して一年が さて、春男さん・秋子さん夫婦が介

っては心身面を弱らせてしまう場合も 依存心が膨らむことでもあり、 窮屈です。 またサービスがある環境は あり、それは見方を変えると、とても 安全であることは、管理される環境で 長所、短所は表裏一体です。 安心・ 人によ

そんな経験を通して、上手な暮らしは、 会いもあれば、その反対もあります。 という人も多いようですが、これは自 老人ホームでは「人間関係が心配」 よい出

宅で生活していても同じです。

生活に目的を持つこと、深入りしない 住み替え後に感じたこと 良かったと感じること 我慢も必要なこと 新しい友人関係ができ、活動的になれた わがままな入居者もいて、 人間関係 いをすることも 自宅に比べるとどうしても狭いが仕 防犯面・緊急時など気がラクになった 居住空間 方ない マナーもよく、気配りもしてもらえるの 中には気難しい人もいるし、 職員 人が転勤することも で満足 時間が決まっている、 栄養管理がされているのは良い 少し飽きてし 食事 まうこともある 協力病院で優先してもらえるわけで 緊急時や将来に対する不安は軽減され 介護・医療 はなかった 積極的に活動しようと思うとチャンス 自宅より全体的に気遣いが多いが、 その他 が色々ある 仕方がない

### 有料老人ホームでは、苦情や相談窓口 それでも問題を感じたら

#### 夫婦2人での費用

入居一時金 3500万円 介護一時金 700万円 月額費用 24.5万円 (管理費・食費込み)

#### その他

- ·水道光熱費実費
- ・将来介護が必要になれば 介護保険自己負担分 など

苦情窓口も書かれています。 を把握しておきましょう。 重要事項説明書」には、 第三者の

て、ホームの現状やトラブル解決状況

懇談会」もあるので積極的に参加をし

と事業者で定期的に開催される「

運営

の設置が決められていますし、

入居者

に言いづらいことがあれば、 相談がで ホ | ム側

きます。

#### 確認しておきたいチェックポイント

項目	ポイント	備考
自分の 課題	住み替えの目的は何か 優先順位の高い条件は何か	目的や優先する条件は個々により異なります。自身の条件を確認。
経営	事業収支·財務など事業の安定性 入居率や職員体制など 情報開示の姿勢	住み替え先が倒産などになると大変です。事前に事業経営に問題はないか要チェック。
費用	入居一時金に含まれるもの 退去時に返金されるもの 毎月かかる費用 別途費用が必要となるサービス	費用のトラブルは少な〈ありません。毎回必要な 費用、別途上乗せになるものなど充分確認してお きましょう。
サービス	緊急時の対応 介護が必要となった時の対応	夜間や急病時、将来介護が必要になった時など いざという時の対応は費用も含めて要確認です。
専用居室	安全性に配慮した使いやすいものか 居室の日当たりや上下左右の振動や音	快適性だけでな〈安全性も大切。 時間、 季節変動 チェックも忘れずに。
契約	専用居室を利用する契約 その他のサービスに関する契約	管理費に含まれない有償サービスについて、契 約書で確認しましょう。

## 女性一

安心を得たいと考えるようになりまし

活支援サービスがついた住まいに移り

心身状況: 自立 収入 年収 180 万円 資産 金融資産 1000 万円

菊江:76 歳

現在の 住まい:

負債 なし

なし (夫とは死別)

希望 足腰が弱り1人での生活が不安

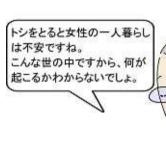
金の範囲で、食事サービスや、見守 りなどがついた住まいに移りたい。

施設や住宅の広告を見ますが、

使えないので、情報収集もままならず、 よくわかりません。 インターネットも

役所で相談してみたらどうかとアドバ 途方に暮れていたところ、友達から、

イスをうけました。



ます。

何かあった時に備え、

食事や生

じ、時折非常に不安になることがあり

うな身寄りもいません。今は比較的元

最近急速に心身の衰えを感

の菊江さん。子どもはなく、

頼れるよ

ご主人を亡くされてから、

人暮し

## 自治体の高齢者福祉課で相談

域 そこでは、菊江さんの希望する条件(地 内容まではよくわかりません。そこで、 を一緒に整理してくれました。 5) があると聞き、訪れてみました。 談に乗ってくれるという相談機関(注 先の友達から、客観的に情報提供や相 をもらうことができました。 ホー ムや有料老人ホームなどの一覧表 高齢者窓口で相談したところ 設備、予算、希望するサービス) しかし、 公的

範囲で探したいと思っています。

新聞やチラシで様々な高齢者向けの

違いが

けこれまで同様友人とも交流のできる

から離れるのも不安なので、できるだ

とはいえ、長年住み慣れた今の地域

県内の人が望ましいと言われています。 ページ)が希望条件に合いそうだと分 応は現段階では難しいという事なので、 また、ケアハウスは重度介護までの対 他県で離れており、 案にくれています。妹がいるのですが のいない身なので、どうしようかと思 証人や身元引受人が必要と聞き、子供 かりました。 ただし、ケアハウスは保 その結果、「ケアハウス」(■ 9 ホームの希望では 1

ました。
(注6)を利用したらどうかと薦められ人は、保証人の代わりに任意後見制度人は、保証人の代わりに任意後見制度を時が心配です。相談にのってくれた今は良いとしても、介護が必要になっ

聞いて、決心しました。 電いて、決心しました。 でも住み続けが難しい場合は、手持ち でも住み続けが難しい場合は、手持ち でも住み続けが難しい場合は、手持ち でも住み続けが難しい場合は、手持ち でも住み続けが難しい場合は、手持ち でもはみ続けが難しい場合は、手持ち でもはみ続けが難しい場合は、手持ち でもはみ続けが難しい場合は、手持ち でもはみ続けが難しい場合は、手持ち でもはみ続けが難しい場合は、手持ち でもは、ができる特定施 でもは、ができる特定施 でもは、ができる特定施

キッチンもあり、ちょっとした調理もはいえ、全て個室でプライバシーが十はいえ、全て個室でプライバシーが十にも安心です。食事は原則食堂で食べにも安心です。食事は原則食堂で食べにも安心です。食事は原則食堂で食べるようになっていますが、小さなミニもらった一覧表では自宅の直ぐ近く

は十分洗えそうです。 ただお風呂は付いていてきそうです。ただお風呂は付いてい週がので、共同浴室になりますが、週のので、共同浴室になりますが、週できそうです。ただお風呂は付いていて

何よりも魅力だったのは経費が安い のようです。これだと、年金内ででは、食事、家賃、事務費を含めてもでは、食事、家賃、事務費を含めてもですみそうです。これだと、年金内でのはですがまりますし、習い事や旅行なども楽がまりますし、習い事や旅行なども楽がまりますし、というです。

こうと思っています (注8)。 ただ、現在部屋が空いていないので、 ただ、現在部屋が空いています (注8)。

になりました。と、保証人を引き受けてもらえること費用が不安になり、甥に相談してみる類にさんは、任意後見制度にかかる

## 申し込んで8ヶ月で入居

思ったより早くに入居ができ、今で、おいます。時々、お昼を断って、レストのですが、がます。時々、お昼を断って、レストのですが、自室で不足がちな野菜料理を作ることもあります。しかし、原則食堂をが、入浴時間が決まっているので、かんな同じ定食。食事時間も決まっています。 は持ち込めません。お風呂は毎日、たり、自室で不足がちな野菜料理を作ることもあります。しかし、原則食堂をが、入浴時間が決まっているので、カストのですが、人谷時間が決まっているのですが、入谷時間が決まっているのですが、大谷場で、ゆったり入ることができません。

る人は限られています。 平均年齢83 施設が企画するクラブ活動も参加す

ています。
ころ元気なので、外出を積極的に行っに付きます。菊江さん自身は、今のとに付きます。菊江さん自身は、今のとががいる人も目が軽度の要介護認定

### (注5) 民間相談機関

の置ける相談機関を選ぶ事が大切。 スが多いので、公平に情報を提供する信用の場合、相談者を事業者に紹介するビジネる所が昨今いろいろある。しかし無料相談者人ホームや高齢者住宅を紹介してくれ

### (注6) 任意後見制度

住み替えをして感じたのは、このトシ

る。 議会、成年後見センターなどで、相談でき度」は、弁護士会や税理士会、社会福祉協度」者に後見人を依頼する「任意後見制

任意後見制度とは、本人が判断能力の十分任意後見制度とは、本人が判断能力の代理体を自ら選んだ任意後見人に与える契約をが正証書によって結ぶもの。この契約の効公正証書によって結ぶもの。この契約の対権を自ら選んだ任意後見人に与える契約を権を自ら選んだ任意後見人に与える契約ををときに発生する。

要ない) 要ない) 要ない) (日本のとは、特別な資格は必定を対している。) (日本がそれを良いことに誰からの監視も受けることなく、本人の財産を勝手に処分してることなく、本人の財産を勝手に処分しての選任の申立てがなされず、任意後見監督人にもかかわらず、実際には任意後見監督人しかし、昨今、本人の判断能力が低下したしかし、

っては、成年後見人が保証人の役割を果た受人になるものではないが、事務内容によ成年後見人は、原則として保証人や身元引を選任する法定後見制度がある。まか、すでに判断能力が不十分な場合に、ほか、すでに判断能力が不十分な場合に、はお、成年後年制度には、任意後見制度のなお、成年後年制度には、任意後見制度の

### (注7) ケアハウス費用

すことがある。

・管理費(家賃相当)

万円前後が多い。施設によって、管理費は異なるが、

2

・事務費 (管理費相当)

円となる。

一門では、各自月額7千年のは、とのでは、区分1では、各自月額7千年のは2人合わせた額を2で割った額場合は月額事務費は1万円。夫婦の場のはのでいる。150万円以下(区分1)の所得区分を対象に助成額が設定され租税、医療費、保険などを差し引いた租税、医療費、保険などを差し引いた

### (192ページ)

**食費 全国一律** 44810円

## (注8) 入居前の確認事項

- 退去が必要な条件
- 介護保険サービスの種類
- 規定費用以外の有料サービス

#### 住み替え後に感じたこと

	良かったと感じること	我慢も必要なこと
人間関係	同世代が住まう住宅なので落ち着いている 旧来の友人とも交流継続	他の居住者とは、常に接しているわけではないので、 あまり煩わしいことはない
居住空間	広すぎず狭すぎず、キッチン・バス・トイレも あるので問題ない	もう少し収納があればよかった
職員	2 4 時間スタッフがいて、生活相談にものっ てもらえて安心	介護が必要になった場合に、実際に介護や生活 支援サービスを提供してくれるわけではない
食事	キッチンがあるので補足的な料理ができる 原則、食堂利用	定食なので、食べたい物が食べられないこともある
介護・医療	最初から付いていないので、地域の良いサー ビスを選択できることがメリットかも	やはり将来の介護は心配。できるだけ自立で過 ごせるよう努力したい
その他	なんとか預金を大幅に切り崩さなくても生活 できている	重い介護になれば、介護施設への住み替えがで きるか心配

### ケアハウスの現状

る軽費老人ホームの一つ。この他にも軽費老 ケアハウスは、老人福祉法で定められてい

費老人ホームB (自炊型)があるが、所得制

**限がある。軽費老人ホーム**A・B**は**1970

でおり、建て替え後は、総てケアハウスにす 年代に建てられたものが多く、老朽化が進ん

ることが決まっている。

ケアハウスには一般型と、介護保険の特定

施設の指定を受けた介護型があり、一般型は、 原則自立して生活できることが要件で、介護

型は、主に要支援・要介護認定を受けている

くなっている。

人が対象になる。 現在介護型はケアハウスの

全体の2割程度。しかし、一般型の介護認定

者が半数近くに及ぶようになり、一般型から 介護型に転換する施設が増えることが予想さ

般型ケアハウス

れる。

般型ケアハウスで介護が必要になっ

きる。

た場合、自宅同様、居宅サービスを利用で

人ホームA (食事や入浴サービスがある) 軽

る。原則一般型ケアハウスの職員は介護

よるサービスを自室で受けることができ

選び契約することによって、ケアプランに

ジャーを決め、地域の訪問介護事業所を

介護申請を行い、認定を受け、ケアマネ

年ケアハウス入居者の半数近くが要介護 生活支援サービスは行わない。しかし、近

なっていることから、薬の管理や病院の送||-41 迎など、有償でサービスを行うところが多 認定者となり、生活支援サービスが必要と

介護型ケアハウス

介護保険サービスの「特定施設入居者生

活介護」の届出をしているのが「介護型ケ

特定施設契約を結ぶことによって、24時 アハウス」。介護付有料老人ホームと同様、

を受けることができる。 間いつでも施設職員による介護サービス

## 夫婦のどちらかが要介護に

## 住宅型有料老人ホー

がらの生活です。 冬彦さんは、慣れな

した。

の生活要件を整理してみることにしま

かねばなりません。そこで、まず夫婦

現在は週2回ヘルパー にきてもらいな

しかし、半身麻痺が残っているため、

持ち家(戸建て)2000 万円 なし -人娘は遠方へ嫁いで義親同居 がら生活。今後介護度が進むと、高 者だけの生活は無理と感じてい 介護の対応が可能で二人一緒 に住める入居先を希望

送り、 の後、 三ヶ月間、 年前に春代さんは脳梗塞で倒れ、 機能はある程度回復し、 老人保健施設でリハビリ生活を 入院生活を送りました。そ 自宅に

戻ることができました。

ころは意外と少ないことに注意してお

ます。 要介護といった夫婦が一緒に住めると というケースは、少なくありません。 とっていくと、二人だけでは大変かも」 しかしながら、一方が健常、片一方が 住み替えようと気持ちを固めつつあり 心配しているので安心できる住環境に と感じています。 遠方にいる一人娘も い家事を担いながら、「これからトシを 夫婦どちらかに介護が必要になった

冬彦: 夫 72 歳

心身状況:

収入

資産

子ども

希望

春代:妻69歳

年収270万円(年金のみ)

融資産 2500 万円

:脳梗塞の後遺症で要介護2

夫:健常者

今日、こうしたケースの受け皿に 老後資金内で生活可能な場所 生涯住み続けられる住まい 春代さん 夫婦一緒の部屋を希望 (特にリハビリ重視) 要介護サービス

っているのは、主に有料老人ホームの 介護付、または住宅型になります。

#### 住み替え先でも リハビリを受けたい

老人ホームでは、日常の生活の中でリ 点です。 サービス 一体型の介護付有料 春代さんが、リハビリを希望している 次に検討しなくてはならないのが、

な

方が良いかも知れません。 利用の**住宅型有料老人ホーム(注9)**のの場合、訪問リハビリやデイケアなどの場合、訪問リハビリやデイケアなどところは、ほんの一部です。春代さんところは、ほんの一部です。春代さんバビリを取り込む程度で、専門家の理

# ッハビリを行っている 問題はどの場所で探すのかと言う点3程度で、専門家の理 **子どもの近くか住み慣れた場所か**

です。

を浮さんも春代さんも生まれたときを探すのを手伝うから」と言ってくれた、一人娘は、遠く離れた地方に嫁ぎ、し、一人娘は、遠く離れた地方に嫁ぎ、しからこの土地に住んできました。 しかからこの土地に住んできました。 しか

## うちの近くに引越してきたらいいわ

単位で積み上げ、利用者はその一割を負担

また、居宅サービスは介護サービスを時間

リハビリを利用できる。

ケアや訪問リハビリなど理学療法士による居宅サービスになるので、地域にあるデイ

住宅型有料老人ホー ムで使う介護保険は

大きいのが事実。 域に行くことがいいのかどうか不安もうのですが、果たして全く知らない地ますし、そのほうが安心かも、とも思

のの、 というのも同じ町内の知人さんで意見が分かれました。「なんといっても子供の近くが一番」と思う冬彦はみ慣れた環境が落ち着く」と感じる住み慣れた環境が落ち着く」と感じる住み慣れた現住所の近くが一番」と思う冬彦が、子どものいる他県に行ってみたもい。 この件については、冬彦さんと春代このの、

(注9)

住宅型有料老人ホームでの

- ・子どもは自分の家族のことで精一杯
- 地域の言葉が馴染まない
- 友人がなかなかできない
- です。などの点で、結局自宅に戻ってきたの・外出するにも土地勘がないので不安

費負担が発生することを知っ ておく必要が

では不足し、上乗せ・横だしサービスの実

一方、重度化すると、介護保険サービス

介護保険の負担も軽減される。

量が少なくなるケースが多い。したがって、

度の要介護者は、

介護保険サービスの利用

付いた住宅型有料老人ホームに入居した軽すればよいことなどから、基本サービスの



#### 自立と介護」の 同居は難しい?-

ると聞き、早速話を聞いてみました。 が介護付有料老人ホー ムを運営してい は、この圏内で友人が勤めていた会社 探してみることにしました。冬彦さん 現在の自宅から1時間以内の範囲で

> くゆったりした環境なので気持ちが動 資金的に難しいと思いました。また、 いる冬彦さんは「自立棟」の部屋へ、 きましたが。 も十分ではなさそうでした。 敷地も広 春代さんが希望するリハビリの取組み に入居一時金や月額費用が必要なので、 すが、別居と同じ。しかも、費用は個々 同じ敷地内なので行き来はできるので 護棟」の部屋への入居となるとのこと。 要介護認定されている春代さんは「介 入居時の条件が色々とあり、自立して 自宅からは少し遠くなりますが、夫 一緒に入居できそうです。 しかし、

速電話をして、資料を取り寄せ、夫婦 いくつかあることが分かりました。早 ると聞き、インターネットで調べてみ 的費用が安くて利用できるところがあ ところ、住宅型有料老人ホームで比較 ました。すると、最寄駅の沿線上にも そこで、ケアマネジャーに相談した

> た。 ームとは雰囲気も設備も違い、障害を 彦さんも一緒に住める。何よりも費用 んの介護もお願いできるし、健常の冬 1~にごうのはミニキッチンがついて 4~ ートを受けながら生活されています。 部屋のあるホームを見学することにし が安価である点が気持ちを動かしまし いる点です。でも、ここなら、春代さ つなげた広さになっています。ただ、 たって質素で、夫婦部屋はそれを二つ 十畳ほどに、トイレと洗面台のみとい しい感じは否めません。また、個室は 共用部分は食堂兼リビングのみ、狭苦 持たれている人たちがスタッフのサポ ました。行って見ると、以前訪れたホ

離れて住む娘が、費用の支援を少しし を取り崩せば、当面は大丈夫そうです。 月額経費が、2人で36万円ほどかか ります。年収では不足しますが、預金 入居一時金が2人で1千580万円、

来できるようにしました。 まできるようにしました。 日宅は当面そのままにし、行きないな環境、互いに身体的な負担を軽いな環境、互いに身体的な負担を軽います。 ともできるので、夫婦一緒の暮らし、 ともできるので、夫婦一緒の暮らし、 ともできるようにしました。 必要に応じ

由な時間を過しています。まりがちなので、時々自宅に戻り、自は元気なこともあって、ストレスが溜と決められています。特に、冬彦さん自宅の浴室とは違うし、回数も週3回

### 半年が経過・

けに、歯ごたえのある食材は少なく、は、ものでででいる人と一緒の食事だられている人と一緒の食事だら、住宅といってもドア一枚なので、はったが、いろいろ課題も見えてきまましたが、いろいろ課題も見えてきまましたが、いろいろ課題も見えてきまましたが、いろいろ課題も見えてきまましたが、いろいろ課題も見えてきまましたが、いろいる食材は少なく、

#### 2人での費用

がらの入浴になるので、

浴室の形態も

、 ます。

また、

お風呂は介護を受けな

で自宅で食べていた内容とはかなり違

お肉はひき肉料理が多いなど、

これま

入居一時金 1580 万円 月額費用 36 万円 (管理費・食費・介護保険自己 負担分込み)

#### その他

冬彦さんのお小遣い、病院への付き添いなど別途必要。月々の 負担は結構重くのしかかる。

#### 住み替え後に感じたこと

E., I. (Killisto) (E. C.					
	良かったと感じること	我慢も必要なこと			
人間関係	住み慣れた土地なので、従来の友人とも 交流できる	ホーム内では、要介護の人が多く意思疎通 が難しいことも			
居住空間	バリアフリーで安全性が高まった	部屋は狭く、共有スペースも介護重視で自 立者には窮屈			
職員	いつも誰かがいてくれるのは安心感に つながる	職員によっては、合わないひともいる			
食事	自分で作る必要がなく、栄養管理もして もらえる	違うものを食べたいと思うことも多々あるが、我慢も必要			
介護・医療	リハビリの回数が多くなった	医師や看護師が常駐しているわけではな いので通院が必要			
その他	介護が必要な人には、自宅より安心感が あると思う	住み慣れた環境とはかなり異なるので、窮 屈さは否めない			

## 自立心旺盛な女性の一人暮らし

高齢者専用賃貸住宅に住み替え~

敦子:68 歳

心身状況: 自立

収入 年収 180 万円(公的年金のみ)

資産 金融資産 4000 万円

負債 なし

現在の 住まい: 子ども: 夫の実家

なし (夫とは死別)

していたが、先日亡〈なった。残りの人生 は、自分のために生きたいと思い、夫の

実家を出て一人暮らしを決意。いざというときの安心があるが、自由度が大きく、自律的に暮らせる安心の住まいを希望。

いを探したいと思いました。

町で、

兄夫婦がまだ住んでいます。

両親は亡くなっていましたが、

した。

ながら、

自分らしく生きたいと思い

たまちに戻り、

後半生は、

希望

夫に先立たれた後も、同居の姑の介護を

そうです。

加するよりは、地元の懐かしい友達と なので自分で台所に立ちたいですし、 そうですが、敦子さんは、 護も全部付いて、 葉は知っています。 ましたから、有料老人ホー 向け住まいの情報は切り抜きをしてい しばらく前から、 厶 一の用意するアクティビティに参 何不自由なく暮らせ 確かに、 新聞などで高齢者 料理が好き ムという言 食事も介

0

てくれた資産で、生活費も何とかなり きたと思えるこれまでの人生を振り返 一人でも安心して暮らせる住ま 昔の友達と旧交を温 自分自身が生まれ育っ 夫の遺し 懐かしい 幸い、 ま め そんな住宅を探したいと思いました。 備は台所や浴室などがきちんとしてい 興味はありません。 をひいたときに生活支援をしてくれる、 けれど、日々の見守りやちょっと風邪 て、必要以上に干渉されるのはいやだ シンプルでいいかわりに、 共用部分の造り 住戸内の は

ムページを出してもらいました。 (注1 パソコンで「 高齢者住宅財団」のホー でしたから、近くに住む甥に頼んで、 インターネットで見られるということ きね、と思いながら、 というのだそうです。 知りました。縮めて「こうせんちん 特集番組で、「 高齢者専用賃貸住宅」を そんなとき、テレビの高齢者住宅の 高専賃の情報は 何だか面白い 響

敦子さんは自分の条件をまとめてみ 条件を整理して、 情報収集をする

遂げました。

地方の旧家に嫁いだ敦子

夫の親兄弟に十分に尽くして

交流したい。

だから、

豪華な設備にも

姑さんの介護を一人でしてきた敦子さ

そのお姑さんも90歳で大往生を

ご主人に先立たれた後も、

同居のお

- 自炊ができ、自律的な生活ができる
- 見守りと、必要な時に生活支援が受け

られる

- 住宅としての設備機能がある住まい
- 買い物など、便利な立地

せてもらいました。子さんの希望するT県の物件一覧を見見ることができる検索画面に移り、敦モして、高専賃の全国の登録情報を

けた人たち向けのようでした。中にトイレしかなく、要介護認定を受住戸面積が18㎡の住宅は、部屋の

もう一つは、住戸面積は45㎡あった配です。

援のサービスもあるようです。といいなと思いますが、食事や家事支積は32㎡の1LDK。もう少し広いそして最後の一つを見ると、住戸面

の便利な場所ですが、近くに公園もありことにしました。電話の応対も感じが良く、「いつでも見学に来てくださいが良く、「いつでも見学に来てくださいが良く、「いつでも見学に来てくださいと、立地も、駅から徒歩10分くらいと、立地も、駅から徒歩10分くらいと、立地も、駅から徒歩10分くらいを、立地も、駅から徒歩10分くらいが良く、「いつでも見学に来てくださいが良く、「いつでも見学に来てくださいが良く、「いつでも見がしていると、の便利な場所ですが、近くに公園もあります。

な」という意見でした。
ちゃんにはちょうどいいんじゃないかちゃんにはちょうどいいんじゃないかもしれないけど、掃除が楽だし、トラ番安心だね。お部屋はちょっと狭いか「24時間人がいるということが、一り、環境もよさそうです。甥も、



## (注10) 高齢者専用賃貸住宅の

権利が保障される。 権利が保障される。 を異なり、高専賃は賃貸借契約に限定され と異なり、高専賃は賃貸借契約に限定され と異なり、高専賃は賃貸借契約に限定され ので、借地借家法に守られ、住み続けの と異なり、高専賃は賃貸借契約に限定され ので、借地借家法に守られ、自み続けの と異なり、高専賃住宅とは、高齢者のみを

利用できるのか、料金システムはどうなっただ、住宅の広さや設備、サービスの有にあるのか外部なのか)、どんな場合に連携している他の事業者か、それは同じ建すって提供され(住宅事業者自身か、提携・は、高齢者住宅財団のホームページ)は、高齢者住宅財団のホームページ)は、高齢者住宅財団のホームページ)は、高齢者住宅財団のホームページ)は、高齢者住宅財団のホームページ)は、高齢者住宅財団のホームページ)は、高齢者住宅財団のホームページ)は、高齢者住宅財団のホームページ)を表する。

替えが必要な場合も出てくる。要がある。介護度が重くなると、再度住みくなった場合の対応なども確認しておく必また、認知症になった場合や、介護度が重

ているか、など契約書等できちんと確認す

## 見学して気になる点を質問

な毎日が過ごせそうです。 教子さんは、見学の予約をとり、兄 も誘って一緒に行くことにしました。 まずは、最寄の駅から実際に歩いて お店や診療所、銀行などがあるかどう お店や診療所、銀行などがあるかどう おさ、住宅の近くにはしゃれたレスト ランやスポーツクラブがあり、活動的 な毎日が過ごせそうです。

10分くらいで目的地に着きました。 10分くらいで目的地に着きました。 2階から上が住宅のよっていました。 2階から上が住宅のよっです。館長と呼ばれる女性が出迎えって、2階のリビングに案内されました。 つですが、施設で相談員をされていたそうですが、施設で相談員をされていたそうですが、施設は、どうしても職員のうですが、施設は、どうしても職員のあるで生活のリズムが決まってしまう。

ため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしを支援できため、もっと自由な暮らしている。

です。また、500メートル先に、同お願いできる形態というのはぴったりにとって、必要なときだけサービスを家事一般は自分でやりたい敦子さん

#### 

チンもあります。 普通のマンションと同じ、浴室もキッそうですから、ここは少し我慢です。 と手狭ですが、トランクルームもある もあるという説明でした。

## 自由で気ままな生活が何より

す。 リビングに集まって、四方山話に花を 所帯ですから、すぐ顔なじみになりま 咲かせます。そんなとき、スタッフの のペースを大事にしながら、時々共用 安心感のある生活を手に入れることが ることなく、気ままに暮らせたらいい ように、いつまでも元気で、誰かに頼 事を作りにこられたりと、バリエーシ ストランに行ったり、家族の方がお食 ビングで食べておられたり、近くのレ 事をスタッフの方に用意してもらいリ 輪に加わります。全部で30戸ほどの 方もお茶やお菓子を出しながら、話の れている方も、それぞれご自身の生活 できるのが魅力でした。 すでに入居さ て、この高専賃に入居を決めました。 ンを楽しんでおられます。その方の 何よりも、自由な暮らしをしながら、 敦子さんは、1週間の体験入居を経 88歳の一人暮らしの男性は、食

なと思いました。

## 家賃債務保証制度を使う連帯保証人の代わりに

## (注11) 家賃債務保証制度

60歳以上の方が、入居時に一定の保証しなければならない。

(財)高齢者住宅財団<<お問い合わせ先>

1人での費用

本的に自分で自分のことはする生活で

いているわけではありませんので、

「原則、食事や介護等のサービスがつ

はどうでしょうか。

高専賃に入居した敦子さんのその後

住み替え後の敦子さん

伸ばそうと、がんばっています。

ました。 健康で自立の期間を少しでも

敷金 21 万円 月額費用 家賃 7 万円 管理費 4.5 万円

#### その他

- ·水道光熱費実費
- ・食事は自炊
- ・将来介護が必要になれば 在宅サービスを利用。 重〈なれば再度住み替え もあり。

す。昔の友人に誘われて同窓会に出てす。昔の友人に誘われて同窓会に出て、一緒にハイキングに行ったり、食事をしたりと楽しんでいます。 た日、体調を崩して熱が出たときに、スタッフの方が病院まで付き添って下さったり、おかゆを作って下さって、本当に心強く感じました。夜中もこっそり様子を見に来て下さって。何かのときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに手を貸して下さるスタッフが身ときに出てですね。同じ法人さんが運営されているデイサービスでボランティアも始めるデイサービスでボランティアも始めるデイサービスでボランティアも始めるデイサービスでボランティアも始めるデイサービスでボランティアも始めるデイサービスでボランティアも始めていた。

住み替え後に感じたこと

住の省え後に思したこと					
	良かったと感じること	我慢も必要なこと			
人間関係	同世代が住まう住宅なので落ち着いている。 旧来の友人とも交流継続	他の居住者とは、常に接しているわけではない ので、あまり煩わしいことはない			
居住空間	広すぎず狭すぎず、キッチン・バス・トイレも あるので問題ない	欲をいえば、親戚や友人が泊まれるようにもう 一部屋ほしかった			
職員	24時間、常に生活支援スタッフが常駐してい る	見守りが基本で、何でもやってくれるわけでは ない			
食事	自炊をすることは買い物に出かけたり、メニューを考えたりと自立支援にもなる	面倒なときもあるが、いざというときには有料 でお願いできるので問題はない			
介護・医療	最初から付いていないので、地域の良いサー ビスを選択できることがメリットかも	やはり将来の介護は心配。できるだけ自立で過 ごせるよう努力したい			
その他	なんとか預金を大幅に切り崩さなくても生活 できている	重い介護が必要になったときに、介護施設への 住み替えができるか心配			

収入のダウンに不安を隠せません。

UR都市機構の高優賃に住み替え~

·郎:62 歳

心身状況: 健康自立、糖尿病予備軍 収入 年収 170 万円(公的年金のみ) 資産 金融資産 700 万円

負債 なし

子ども : 独身のため身寄りは兄弟のみ

希望

今までずっと民間の賃貸マンショ ン住まい。定年を迎え、今後の老 後が不安に。収入は年金だけに なり、金融資産も少ないので、負 担の小さい安心住宅を探したい。

うと、 減りしそうでさらに心配が募ります。 らえるかどうかも心配です。 いますから、次の更新時に更新しても ままでは決して多くない金融資産も目 また、マンションも老朽化してきて 現在の賃貸マンションの家賃を支払 ある日、 毎月々の収支はぎりぎり。 新聞の記事でたまたま高齢 この

と思っていた一郎さんですが、 高齢者向けというと「 老人ホー ムかな」 者住宅が色々あることを見つけました。 日本も

つ

宅・施設ができているとのこと。 く知りたいと思いました。 高齢化社会になり、 様々な種類の 住

## まとまった情報入手は難しい

の一覧表などはもらえるようですが、 いて相談できるのかがよくわかりませ と異なるようでした。 郎さんが考えているものとは、ちょ しかし、どこで「高齢者住宅」 区役所に聞いてみると、介護施設 につ

h

食事作りも いつかは面倒に なるかも・・

のことが不安になってきました。

ンに住み続けています。

60歳で定年

年金生活に入ったものの、

やはり

ずっと独身で、

民間の賃貸マンショ

れから年を取り、

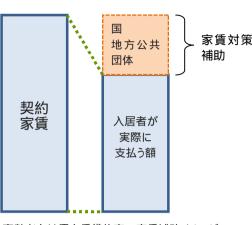
心身が弱ってきた時

郎さんは、

現在は元気ですが、

した。 宅をもつ日本一の大家さんですが、 タートです。全国に七七万戸の賃貸住 設立された「日本住宅公団」 宅 (高優賃) (注12) のことを聞きま 家賃補助のある**高齢者向け優良賃貸住** (独立行政法人都市再生機構) による そんなとき、 UR都市機構は、 知人からUR都市機構 1955年に がそのス 現

### ます。 高齢者向けに高優賃として供給してい家をバリアフリー 改修するなどして、在、URでは、既存団地の低層階の空



高齢者向け優良賃貸住宅の家賃補助イメージ

## (注12) 高齢者向け優良賃貸住宅制度

高慶賃制度を舌用する事業皆は、『節号行うバリアフリー化された賃貸住宅のごと。団体が整備費や家賃減額のための補助を行貸住宅の供給を進めるため、国や地方公共貸住宅の供給を進めるため、国や地方公共な居住環境を備えた高齢者の居住の安定確保に関高優賃は、「高齢者の居住の安定確保に関

は以下の通り。 県知事等の認定を受ける必要がある。特徴高優賃制度を活用する事業者は、都道府

- を満たしている。 住戸面積が25㎡以上等の一定の要件
- バリアフリー仕様の賃貸住宅
- 入居は原則満60歳以上
- 要確認)期間が限定されている場合もあるのでり(物件により補助がない場合、補助一定以下の所得層には一部家賃補助あ
- 緊急時対応サービス

管する。 市が、それ以外の市町村は、都道府県が所局になる。中核市・政令指定都市の場合は問い合わせ窓口は地方公共団体の住宅部

http://www.ur-net.go.jp/) (UR都市機構ホームページ のUR営業センターで情報入手できる。 UR都市機構が供給する高優賃は、

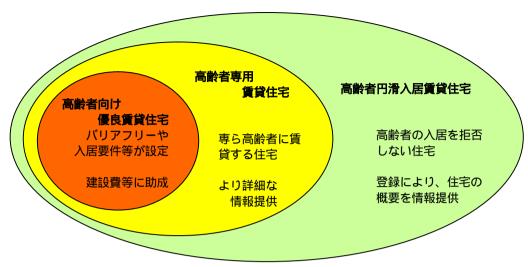
## 高齢者居住法と高専賃・高優賃

ある。高齢者居住法に位置づけられた賃貸住宅で専賃、高優賃は、平成13年に定められた専賃、高優賃は、平成13年に定められた高齢者円滑入居賃貸住宅(高円賃)や高

その概念図は次ページのとおり。一番外である高円賃とは、高齢者の入居を拒まない賃貸住宅として、都道府県知事に登録ない賃貸住宅として、都道府県知事に登録ない賃貸住宅として、都道府県知事に登録されたもの。高専賃とは、高門賃のうち、されたもの。高専賃とは、高門賃のうち、されたもの。高専賃とは、高齢者だけを提供するものもあり、ハー間だけを提供するものもあれば、食事や介間だけを提供するものもあり、家賃補助制度が使える場合があり、高齢者が入居しやすが使える場合があり、高齢者が入居しやすが使える場合があり、高齢者が入居しやすが使える場合があり、高齢者の入居を拒まれたとして、おり、一番外で整名でいる。

使用する権利となる。

全国



「高齢者の居住の安定確保に関する法律」に位置づけられた高円賃、高専賃、高優賃の関係

## 自分の希望と条件から検討

るにあたり、自分の条件を考えてみま ムです。一郎さんは、住み替えを考え ある身にとっては、ありがたいシステ 家賃補助があるのは、収入に不安の

建物賃貸借契約	利用権契約
民法第601条に規定された、 借家人の保護が規定された 契約	建物の一定の居室と共用部、及び提供サービスの利用を保障する権利(賃貸借類似の権利)
居住の契約とサービスの契約が分離されているため、対 価関係が明確	居住の契約と介護や生活支援等のサービスの契約が一体となっているため、対価関係が不透明になりやすい
借地借家法により、正当事由 がない限り契約した住戸で の継続居住が保障される	介護専用居室等への移動があり うる
事業者の変更等があっても、 入居者の住み続けの権利は 保障される	事業者の変更等があった場合、 入居者の住み続けの権利は当然 には保障されない

うに思えました。 もないように思います。 高齢者にやさしい住宅のほうがいいよ で、あまり介護のことまで考える必要

このように整理してみると、

現段階

将来介護が必要になれば公的施設へ

保証人なし

緊急時に対応してもらえること

更新の心配をせず、長く住み続けられる

できるだけ低予算の住宅を希望

### 高優賃に入居したい

URのパンフレットにのっている高

営業センターにいき、 早速、市の住宅課やUR都市機構の 高優賃の資料を

もらってきました。

優賃の中に、気に入るものがありまし

それより、できるだけ予算を抑えた、

た。 2 D K タイプで、バス・トイレ・

慮がなされています。 ですが、改装され高齢者用に安全な配 キッチン付きです。最寄り駅からも徒 歩で10分程度、 築年数は20年以上

とても助かります。 助がなされるようなので、負担が減り んの年収の場合は、ある程度の家賃補 っています。家賃については、 た場合は、緊急連絡ができるようにな が設置されており、万が一ここで倒れ トイレと浴室には、緊急通報ボタン 一郎さ

配食サービスなどを利用したいと考え で大丈夫ですが、将来的には自治体の 行けそうな食堂や惣菜屋さんもあるの はまだ自炊できますし、近隣に気軽に 万が一将来介護が必要になれば、在宅 あるわけではないので、自活が基本の への住み替えが必要になります。 介護サービスを利用するか、介護施設 ただし、食事や生活支援サービスが 申込~入居手順 UR 都市機構の高優賃

ています。

募集期間が決まっているようなので、

ので、 りませんが・・・。 は有難い部分です。その分人気もある 等の利点もあり、一人暮しの高齢者に 抽選で当たることを祈らねばな

#### タイミングも大切。 部先着順もあるそうです。 保証人が不要 敷金、礼金、更新料などが不要 UR都市機構の高優賃は 基本は抽選ですが

申込 公開抽選 住宅の内覧 確認書類の提出 緊急時対応サービス加入 契約 入居

### 局優賃での暮らし

います。 く、すっかり新しい暮らしに馴染んで たので、手続きもそれほど煩雑ではな とにしました。今まで賃貸暮らしでし した一郎さん。早速、 運良くUR都市機構の高優賃に当選 引越しをするこ

その後の暮らしはどうでしょうか。

齢を重ねたときには、 さがわかりそうです。 ます。 階段を上る必要もなく、今後年 もに住宅の1階等の住戸を改良してい UR都市機構の高優賃は、通常は 1階のありがた お

な世代の方も暮らしていて「高齢者だ けの住宅」ではありません。 いうものの、ファミリー世帯など様々 こむことがあります。 公園で子供たちが遊ぶ姿を見て、 機構団地は高齢化が進んでいるとは 団地内の 心な



高優賃は基本的には高齢者に

分も見えてきました。

適した居住空間ですが、

半面不安な部

度はボヤ騒ぎもあり、本人の危険もさ 困難と思われる人も目につきます。 態になれば、ここでずっと暮らすのは られるようで、常時見守りが必要な状 り、在宅介護サービスを受けながら暮 しておられます。 団地の中には、かなり高齢の方もお 軽い認知症の方もお

> る一郎さん。 けるようになるのはマズイな、と感じ ることながら、他の入居者に迷惑をか

### 元気なうちは活発に

動することにしました。 日々頑張っています。団地内に住む高 ィア・グループに誘われて、 齢者の見守りや声かけを行うボランテ 住民が過ごしやすい環境になるよう、 自治会の役員なども積極的に引き受け、 地内ではまだ若くて健康なほうです。 とはいえ、60代の一郎さんは、 一緒に活 4

たり、 積極的に参加するようにしています。 施設への住み替えも必要かもしれませ 教室」や生涯学習のプログラムなどに 体等が主催する住民向けの「介護予防 きるだけ要介護にならないよう、自治 そうはいっても、将来、病気になっ 将来の介護の心配はありますが、 介護が重度化すれば、再度介護 で

> が一のときのことを兄弟に相談してお こうと考えている今日この頃です。 h そのために、 任意後見制度や、万

1人での費用

敷金 月額費用

ビス費込み)

なし 5.3 万円 共益費・緊急時対応サー

その他 水道光熱費、食費、その他 -般的な生活費は別途。

### 自宅に住み続ける~

武: 夫69歳 静子:妻71歳

人とも身体的には元気だが、白内障で視 心身状況:

力が衰え、耳も遠くなっている

年収 320 万円 収入 (公的年金のみ)

資産

金融資産 2000 万円 持ち家 1000 万円

: 車で30分圏内に息子と娘在住 子ども

希望 自宅で最後まで暮したいと思っているが、身

体の衰えも感じており、古い住宅では不安。 自宅で過ごすための安全策を考えたい。

です。 に新築する気にはなれません。 を構えており、 そこで、

す。 リアフリー化されていて使いやすそう 最近新築されている近隣の住宅は、 は、「終の棲家」とするには、やや不安、 ていることもあって住み続けも可能で いと考えています。 から愛着のあるこの土地に住み続けた しかし、 しかし、子供達も独立して住居 築35年近くになる自宅 今更自分達だけ 幸い自宅を所有し のため バ

住まいセミナーに参加してみました。 地域で開催された高齢者 の



L١

友人も多く、子供も近くに居ること

h

?でいる武さんと静子さん夫婦。

親し

都心で駅からも近く便利な場所に住

## 住み慣れた自宅が危険?

<u>ვ</u> です。 した。 危険だという事がわかりました (注1 冬場の温度差の大きい我が家の浴室は と思っていたふたりには目からウロコ 死の倍以上の多さということに驚きま 高齢者の家庭内事故死は、 「住み慣れた我が家が一番安心」 特に入浴中の事故が多いと聞き、 交通事 故

がありそうです。 転ばぬ先の杖』 最後まで自宅で暮すには、それこそ を用意しておく必要 - 56 -

うです (注14)。 に際しても、 か費用はいくらかかるのかなど、 のか、どんな点を手直ししたらよい りました。もし危険があれば、 安全チェックが必要だと思うようにな ムが必要になります。 自宅で住み続けるには先ず、 注意点はたくさんありそ 誰に相談する リフォ 自宅の ഗ

#### 高齢者(65歳以上)の家庭内事故死 不慮の溺死及び溺水 3, 224 3.074 その他の不慮の窒息死 1,705 転倒・転落 煙、火及び火炎への曝露 高熱及び高温物質との接触 109 【平成18年 人口動態調査より】 高齢者の交通事故死は、4,161名 有害物質による不慮の中毒死 30 庭内事故死の総数8,935人の多さがよくわかる

(注13)

高齢者に多い事故

能(モノを飲み込む能力)が衰えてくるの

喉に物を詰まらせたり、気管に入って

窒息や転倒・転落など。高齢者は嚥下機

肺炎を起こしたりということもある。 転倒

たきりになるケースも珍しくない。

症になりやすく、ちょっとした転倒から寝 による骨折も多い。 特に女性は骨粗しょう

(http://www.chord.or.jp/)



りません (注15)。

### (注14) リフォームで注意すること

その都度改修が必要な場合もある。 然異なるし、また、病気の進行によっても、 **痺と右麻痺では、手すりが必要な位置は当** よって、形状や付ける位置が決まる。左麻 手すり一つとっても、そのときの状況に

が紹介されている。 基礎知識、各地の相談窓口等の便利な情報 ンター が運営するサイト「リフォネット」 には、リフォームやバリアフリーに関する (財)住宅リフォーム・紛争処理支援セ

#### ・転倒防止

リフォームは、

高めであることも心配の種。そこで、

立ですが足腰・目・耳などの衰えは少

武さんと静子さんは、まだ元気で自

まずは今の課題を解決

し気になっていること、また、血圧が

・水周りの安全性確保

が高く事故が多いということですから、57-安全性重視で考えました。 トイレやお風呂等の水まわりは危険性 を中心に行うことにしました。特に、

りの明度をあげるだけでも安全性は高 集約することにしました。 自分達で出来る工夫も考えなくてはな まりそうです。本格的な改修とともに、 したが、できるだけ生活空間は1階に また今まで、寝室を2階にしていま 屋内外の灯

## (注15) 高齢者の住宅改修制度等

## 介護保険を利用した住宅改修

、介護保険から支給される。、安全確保のための住宅改修費用要支援・要介護認定者の自宅につい

- ・手すりの取り付け
- 滑り防止 段差の解消
- 引き戸等への扉の取替え
- 洋式便器への便器の取替え

る。し、かかった費用の9割が支給されし、かかった費用の9割が支給されなどが対象で、20万円を限度額と

#### <お問い合わせ先>

居宅介護支援事業所地方公共団体福祉部局

## (バリアフリーリフォーム債務保証)高齢者向け返済特例制度

一括返済でよい、というのが特徴。 高齢者居住支援センター (高齢者住宅 融資限度額は1000万円と設定さ 融資限度額は1000万円と設定さ 融資を受けることができる制度。 がら融資を受けることができる制度。 財団)が保証して、住宅金融支援機構 財団)が保証して、住宅金融支援機構 財団)が保証して、住宅金融支援機構

### <お問い合わせ先>

0570-0860-35融資:住宅金融支援機構

保証:( 財 ) 高齢者住宅財団

0120-602-708

## 住宅パリアフリー 改修促進税制

対象。
しては平成22年3月末までの改修工事が置を受けることができる。固定資産税に関場合に、固定資産税の税額控除等の特例措は宅のバリアフリー改修工事を行なった

#### <お問い合わせ先>

最寄りの税務署

## 目治体独自の住宅改修サービス

いる自治体がある。で、独自の住宅改修費の補助事業を設けてで、独自の住宅改修費の補助事業を設けてが護保険の住宅改修助成に上乗せする形

#### ^お問い合わせ先>

各自治体(住宅部局か福祉部局

#### 自宅の安全度

	1 000,2 120						
	玄関のドアは引き戸である	ris.	廊下にはつまず〈ようなものは置いていない				
<u></u>	道路から玄関まで段差はない	廊下	手すりをつけられる幅がある				
玄関	玄関の外には明るい外灯がある	-	廊下から各部屋には段差がない				
	玄関には手すり・靴箱など支えになるものがある	階段	廊下は滑りにくい素材でできている				
	玄関から室内への段差はない		自宅の中に段差がない(平屋建て)				
	トイレのドアは引き戸になっている		脱衣所とお風呂場の間に段差はない				
<b> </b>	トイレと廊下の間に段差は一切ない	お	ドアは引き戸になっている				
1	トイレに手すりが設置できるスペースがある	風	浴槽の縁高さは40~45cm程度である				
	トイレは洋式である	呂	床素材は滑りにくい素材である				
	トイレは寝室のすぐ近くにある		浴槽出入り・姿勢保持のための手すり設置が可能				

## **ハード (設備) 以外に**

れ困難が生じてきます。 要になった場合、老夫婦だけではいず 設備や環境になっても、将来介護が必 いうものではありません。 暮しやすい 住宅がバリアフリー になれば安心と

ましょう。

合もあるので、ぜひとも確認しておき

情報を押さえておきましょう。 すので、新聞やニュースなどで、 のです。制度改正も定期的に行われま 険の基礎知識は必ず知っておきたいも て調べておくことが大切です。 介護保 むように、事前に介護サービスについ なにか起こった場合に慌てなくてす 関連

担額は非常に大きくなります。 でサービスを利用することになり、 合や限度額を超えると、全額自己負担 用して自己負担分 (平成20年時点は 1割)だけでサービスが受けられます (限度額あり)。 認定を受けていない場 介護認定を受ければ、介護保険を利

ソフトも確認 の独自のサービスが安く提供される場 ます。自治体によっては、介護保険外 護や高齢者の生活の相談にのってくれ (■ 87ページ) では、総合的に介 住 地の地域包括支援センター

生活するために、介護予防には積極的 防も重要です。 いつまでも健康長寿で なく、「介護にならないための」介護予 に取り組みましょう。 介護になってからのサービスだけで - 59 -

### サポートの備え

に備えたサポーターがぜひ必要です。 ません。自宅で住み続けるにはSOS なった場合、現在の制度では間に合い している人が、緊急に手助けが必要に おくことも大切です。 特に一人で生活 け合うことのできる人間関係を作って また、日頃から、いざという時に助

#### 資金的ゆとり

自宅で住み続けるための条件 退去を求められない 援助が求められること

その点も頭に入れておきたいものです。 ると、原則全額自己負担になるので、 ると、介護保険サービスだけでは足り かかるものです。 なくなります。 には必要になってきます。それ以外に、 介護が必要になり、中重度になってく 自宅で住み続けるには、 通院時のタクシー 代なども将来的 介護保険の上限を超え 家の維持費はもちろ 案外費用が



## 数年後の武さんと静子さん

1.住まいを所有していて、

自己管理ができること 家族、知人などに

7. 老後資金にゆとりがある

身近にホームドクターがいる

安全であること 自立心が旺盛なこと

で危険な部分があったのかがよくわか 住宅改修をしてみると、いかに今ま

> ないこともあります。 たりですが、やはり寄る年波には抗え りました。その後快適に暮していたふ

です。 っさにつかまることができなかったの まいました。手すりをつけていたもの んが階段を踏み外し、足を骨折してし ておいた衣料を下ろそうとした静子さ ていましたが、ある日2階からしまっ 使わなくなった2階は、物置になっ 両手で荷物をもっていたため、と

宅改修費助成を使い、手すりを増やし 士のアドバイスに従って介護保険の住 した。 リハビリに励みつつ、理学療法 が困難になり、要介護2と認定されま すっかり身体が衰え、自力で歩くこと 部、ドアを引き戸にしました。 一ヶ月ほど入院しましたが、その間

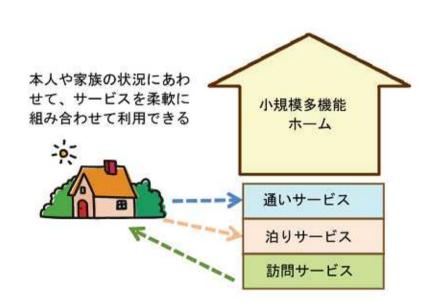
けています。 6)を利用しながら、自宅で暮らし続 現在は、小規模多機能サービス(注1

ています。使うなど、その時々に合わせて利用しときは、静子さんは泊まりサービスを出さんが友人との集まりで外泊する。

ことはないと実感しています。予測して準備をしておくことに越したう気持ちは強いものの、様々な事態を住み慣れた我が家で最後まで、と思

## (注16) 小規模多機能サービス

↑護保険サービスの中の地域密着型サーバ護保険サービスの中の地域密着型サービスが可能になる。<br/>
ことが可能になる。<br/>
ことの表になる。<br/>
ことの



## 〈暮らしの親の介護対策

### 5 認知症高齢者グループホーム~

咲江: 88歳 (息子の隆さん61歳の心配)

咲江さんは要介護1で一人暮らし 最近物忘れがひどくなり、認知症 の疑いが出ている。

本人年収 80 万円 (公的年金のみ) 金融資產 1500 万円 持ち家 500 万円

長男隆さん、次男ともに遠隔地 子ども に住む

希望 子供達は同居が不可能なので

安心できる介護施設に入居させた

収入

資産

いるため、 母を引き取っても

急激な環境の変化が悪影響

などの点から、 家族が常に世話をできない やはり安心できる施設

子。

うなものの、

同じことを何度も話した

しました。

電話で話していると元気そ

しの母を久しぶりに訪ねてみることに

し余裕ができたので、

実家で一人暮ら

定年後再就職した隆さんは、

時間に少

それぞれ遠隔地に住み、

仕事

もして

IJ 隆さんを幼少時と勘違いしたりし

は

ないか、

という結論に至りました。

でプロの介護を受けたほうがいいの

で

ています。 実家に行くと、 隆さんは驚きました。 家の

陸ちゃん 学校はどう

かし んは、 するか話し合いました。 てもらうよう依頼し、兄弟で母をどう にしばらくは叔父夫婦に様子を随時見 続き (■1884ページ) をすると同時 なりました。 生活には見守りが必要だということに になっています。近所に住む叔父に聞 中は散らかり、身だしなみもおろそか 綺麗好きだったはずの母なのに、 結果は「初期の認知症」と診断され、 てみると、確かに最近少し様子がお い、とのこと。不安を感じた隆さ 物忘れ外来に連れて行きました。 直ぐに介護保険の申請手

## どこで探す?どんな施設が良い?

隆さんは、 養護老人ホーム。 ました。 介護施設の知識がほとんどなかった 最初に思い浮かんだのは特別 ともかく情報収集から始

可能ながら、 咲江さんは要介護 重度の・ 人が優先される様 1 なので、 入居 は

他の地域でも複数グループホームを運いることもあって、子供達が訪れやすいることもあって、子供達が訪れやすけ、 
は民票の届出所在地が原則であると間 
は民票の届出所在地が原則であると間 
は民票の届出所在地が原則であると間 
は民票の届出所在地が原則であると間 
はのグループホームがオープンして、 
でき室があるとのこと。 
ういしていないがありました。 
ないがました。 
しいしていることに 
はのグループホームがオープンして、 
というであると聞 
はのがループホームが 
はいることに 
というであると聞 
というであると聞 
はいの地域でも複数グループホームを運

入居を決めることにしました。営し、実績があることも分かったので、

## (注17) 認知症の入居者にあわせた

認知症グループホームでの生活は入居者認知症グループホームでの生活は入居者をよった場合、別の施設に移ることもある。 しかし、グループホームは少人数で、おする点がよいとされている。 しかし、グループホームは少人数で、おする点がよいとされている。 おった場合、別の施設に移ることもある。 おった場合、別の施設に移ることもあるに表記は、終末期医療まで考えて対応している。



## 良かったこと・心配なこと

ったと感じています。 ったのは、24時間なにかあれば職員 発見が遅れたり、近隣に迷惑をかける が対応してくれるということ。そして、 の誰かが訪問できるというのも、 可能性もありました。 週末には子供達 情で暮らしていることでした。自宅で くれることもあって、生き生きした表 い物や食事作りなどに積極的に誘って 家事仕事に関心が強い母のために、買 分と同時に気になる点も出てきました。 いう隆さんです。そして、よかった部 一人暮らしのままだと、万が一のとき 隆さん兄弟がともかく良かったと思 入居後数ヶ月たち、まずは一安心と 良か 63 -

ただけでは分からない点もありました。病院が少し離れていたり、と資料を見しいこともわかりました。また、協力少ないこと、重くなると住み続けが難反面、思っていたより夜間は職員が

現時点では、問題視するほどではあ のませんが、他の介護施設に比べてグリませんが、他の介護施設に比べてグリませんが、他の介護施設に比べてグリませんが、他の介護施設に比べてグリませんが、他の介護施設に比べてグリませんが、他の介護施設に比べてグリカーのでは、問題視するほどではあ

場には参加していこうと思っています。(注18)など、施設側の説明を聞けるこれからもできるだけ運営推進会議

1人の費用

 入居金
 30 万円

 月額費用
 16 万円

 (家賃・管理費・食費込み)

#### その他

- ·介護保険自己負担分
- ・医療、理美容代、個人的費用、など



運営推進会議を実施するよう義務付けられ者の家族に向けて、概ね2ヶ月に1回程度認知症グループホームでは入居者や入居

(注18)

運営推進会議

ている。運営推進会議では、施設運営の内

の意見を聞く場にもなっている。

容が報告される一方、入居者や、

家族から

## 1ヶ月10万円以内の生活

辺のマンション等に比べると、

随分安

い家賃でしたが、建て替えた後はそう

## ~ シルバー ハウジングに応募する~

金のみ。

りなく、

収入は毎月10万円程度の年 医療や介護の費用負担がこれ

もいかないようです。

金融資産もあま

幸子: 68 歳

高血圧で体調管理が心配ながら 心身状況:

自立

収入 本人年収 120万円 (公的年金のみ)

金融資產 500 万円 民間アパート暮らし

子ども なし (夫とは死別)

現在住んでいる民間アパートは建 て替えで退去が必要に。家賃が安 希望

かったが住み替え先も同じようなと

ころが見つかるか心配。

えてもらいました。 ところ、 友人から「 シルバー ハウジング る費用はできるだけ抑えたいところで から高まることを思うと、住宅にかか (注19)に申し込んでみたら?」 と教 立ち退きに際し、途方に暮れていた



ことになり立ち退きとなりました。周

したが、老朽化から新しく建て替える

民間の古いアパートに長年暮してきま

し1人暮らしになりました。 これまで

幸子さんは、

数年前にご主人を亡く

資産

#### 識が全くなかったので、 区役所にある住宅課を訪ねてみました。 幸子さんは、公営住宅についての知 シルバー ハウジング

早速もよりの

(注19) シルバー ハウジング

都市機構が供給主体となって提供される、 祉行政の連携により、地方公共団体やU 高齢者向けの公的賃貸住宅。 シルバーハウジングとは、住宅行政と福 R

や生活相談等に対応する。 生活援助員 (LSA) が常駐し、安否確認 緊急通報サービス等も設置。 また、日中は 住宅は高齢者用にバリアフリー化され、

人居条件

所得制限:地方公共団体等により上限制 年齢等:60歳以上の単身世帯、 は、どちらかが60歳以上の夫婦世帯 (東京都の場合65歳以上)。 あるい

その他:持家のある人は不可

であること)

6万円以下かつ家賃の4倍以上の月収 限(東京都の場合単身者で年収359

## なかなか厳しい当選確率?

までがなかなか大変そうです。を越える人気の住宅もあり、当選するのこと。東京の中心部では、500倍でおり、ほとんどの場合抽選によるとでおり、ほとんどの場合抽選によると

宅だわ」と幸子さんは思いました。きな魅力です。「これは願ってもない住家賃が1万円台ですむ場合もあり、大水人、トイレ付きで、収入によってはいかし、東京23区内でもキッチン、

### 公営住宅も選択肢に

(東京都の場合、「シルバーピア」といい、大学では、今の自宅から近いシルーパージングに応募しようと考えまい、一ハウジングに応募しようと考えまが、一ハウジングに応募しようと考えまが、一八ウジングに応募しようと考えまが、一八ウジングに応募しようと考えまが、一次の場合、「シルバーピア」といる。

団体の住宅部門窓口で確認してみてくう名称も使われています。各地方公共

ださい

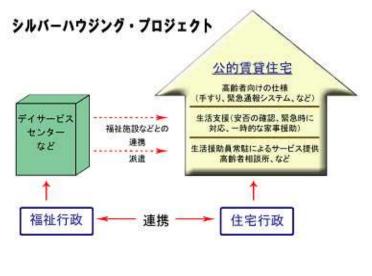
## (注20) 立ち退きの場合の家賃助成制度

体もある。 等に対して助成する制度を設けている自治必要な家賃の差額や転居一時金(敷金等)必要な家賃の差額や転居一時金(敷金等)上、住替え後に上り等)に住む高齢者が、建替え等のためート等)にはむ高齢者が、建替え等のためーキ子さんのように、民間賃貸住宅(アパーキアさんのように、民間賃貸住宅(アパーキーのように、民間賃貸住宅(アパールールでは、

### 数年後の幸子さん

す。 無事、シルバーハウジングに入居で はんでいます。家賃が大変安いので、 にんでいます。バリアフリーの家は掃 にんでいます。バリアフリーの家は掃 にをた幸子さん。3階の1DKの住宅に 無事、シルバーハウジングに入居で

> の田中さんの存在です。 SA (ライフサポートアドバイザー) 平日の日中に生活相談所に常駐する L 本風呂等についている緊急通報装置と、



せのとき、「困りごとなど、いつでも気田中さんは、入居後の最初の顔合わ

Ιţ いたのがショックでした。しかし、入 ってきたときには、少しまひが残って て入院をし、シルバー ハウジングに戻 宅で長く住み続けたいと思っています。 ました。 身体が元気なうちは、他の入 くれて、おかゆを作ってくれたりもし クラブ活動などを行うことにしました。 など、何でも相談に乗ってくれる頼も とで、日々の生活や将来の介護のこと されました。近所の特養を運営する社 軽にお話をしに来てください」と挨拶 居者の方々と助け合いながら、この住 し合い、団らん室で、昼食会や趣味の 案で、シルバーハウジングの住民で話 しい存在です。その後、田中さんの提 会福祉法人から派遣されているとのこ 参加して、仲の良いお友達もできまし 親しい住民が、軽い脳梗塞を起こし 幸子さんも、昼食会や手芸クラブに 田中さんが朝・夕様子を見に来て また、風邪を引いて寝込んだとき

生活を続けておられます。
さいながら、シルバーハウジングでのパーさんに買い物や家事を手伝ってもおがげで、要介護認定を受けて、ヘルに関中から、田中さんが早めに地域包括

幸子さんも、時々様子を見たり話しまった。

