

## 住まいと暮らしのケアデザイン

### 「一番の希望は、馴染みのお店に近いこと」

広い家でひとり暮らしを続けるのは不安、でも生活スタイルは変えたくないみどりさん(81歳)の住まい探しのエピソードとともに、情報収集のコツと相談窓口についてお伝えします。

#### 今回ご紹介する 住まい探しのステップ

- ① ニーズの確認
- ② 高齢期の生活の場の正しい知識をもつ
- ③ 条件に合った施設の情報収集
- ④ 相談できる人や場所を活用
- ⑤ 資金計画を立てる
- ⑥ 見学や体験入居をおこなう
- ⑦ 疑問や不明点を確認
- ⑧ 契約・入居

#### 住まいについて考えをたきつけ

近所で空き巣騒ぎがあり、5年以上続けてきたひとり暮らしに不安を感じたみどりさん。以前から考えていた有料老人ホーム(以下、老人ホーム)かサービス付き高齢者向け住宅(以下、サ高住)への住み替えを決心します。みどりさんのゆずれないニーズは60年以上通っているお店に近いこと、人の見守りがあることです。折込み広告をチェックしたり、パンフレットを取り寄せてみましたが、馴染みのお店から遠かったり、入居条件が合わず、なかなか有益な情報が集められません。そこで、友人から紹介されたケアデザインプラザに相談へ来られました。

#### ケアデザインプラザのサポート

ケアデザインプラザでは、みどりさんに住まい探しのステップを示して、ニーズや老人ホーム等の知識を再確認した後、情報収集の方法とコツをご案内しました。

老人ホームやサ高住の  
情報を収集するコツ

#### パンフレットや折込み広告を活用

老人ホームやサ高住の運営事業者が作成するパンフレットや折込み広告には、費用や戸数等の規模、周辺環境も含めた立地、提供サービス等がセールスポイントとしてわかりやすく掲載されています。情報収集の第一歩として利用されることも多い情報ですが、事業者の意向が反映されていることを理解して活用しましょう。

#### インターネットの情報を活用

自治体や公共団体、運営事業者等がホームページに様々な形で情報を公表しています。地域や費用、対象者等で検索したり、見学者の口コミや入居者の声を掲載するサイトもあり、ニーズに合った情報を気軽に集められます。使いやすい反面、情報の正確性に欠ける場合もあるため、注意が必要です。日頃、インターネットを利用することがないみどりさんに代わり、情報収集をお手伝いしました。

#### インターネットだけ、パンフレットだけ、単一の情報に頼らな

インターネットやパンフレット等、ひとつの媒体だけでは情報に偏りが生

## 【情報収集（インターネット）・相談窓口】

	情報収集（インターネット）	相談窓口
場所	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 介護サービス情報公表システム※1</li> <li>● サービス付き高齢者向け住宅情報提供システム※2</li> <li>● 公益社団法人全国有料老人ホーム協会※3</li> <li>● 老人ホーム等の紹介センター</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 地域包括支援センター</li> <li>● 老人ホーム等の紹介センター</li> <li>● 公益社団法人全国有料老人ホーム協会 ※年数回、無料相談会を開催</li> <li>● ケアデザインプラザ</li> </ul>
使い方	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ニーズに合わせて項目を選び、情報を絞る</li> <li>● 希望の地域（住所・最寄駅等）</li> <li>● 種類（老人ホーム・サ高住）</li> <li>● 対象者（自立・要介護・認知症）</li> <li>● 費用（入居時・月額）</li> <li>● サービス（介護・医療・食事）等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 相談可能な範囲（特定の施設・地域等）、費用の有無を確認</li> <li>● 相談方法（電話、面談、Web）、対応者（資格、経験等）を確認</li> <li>● 希望する地域やサービス、費用、身体状況をまとめておく</li> </ul>
特徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 複数の情報を一度に収集できる</li> <li>● 「重要事項説明書※4」を掲載しているところもある</li> <li>● 個人情報伝えることなく、いつでも気軽に情報が収集できる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 見学の予約や同行、「重要事項説明書」・契約書の確認をおこなってくれるところもある</li> <li>● 保証人の相談や入居後のフォローをおこなってくれるところもある</li> <li>● 対応可能な地域が限定されることがある</li> </ul>

※1 全国の介護付有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅の情報が検索可能  
 ※2 全国の都道府県等に登録された全てのサービス付き高齢者向け住宅の情報が検索可能  
 ※3 有料老人ホーム協会に加入する事業者が運営する有料老人ホームの情報が検索可能  
 ※4 「重要事項説明書」概要やスタッフ数、サービス内容、利用料金、退去要件等を記載

まねたり、ニーズに合った情報を見つ  
けるのに時間がかかることがあります。  
それぞれの媒体の特徴を理解し  
て利用しましょう。

また、必ず希望通りの情報が得ら  
れるとは限りません。希望地域に老  
人ホーム等が無いことや、費用の折り  
合いがつかない場合もあります。その  
際はニーズの優先順位を再検討するこ  
とも必要です。

### 上手に使いたい相談窓口

身近な相談窓口として「地域包  
括支援センター」や老人ホーム等の  
紹介センター（以下、紹介センター）  
があります。特に紹介センターは、  
老人ホームやサ高住への住み替えに  
特化した相談窓口です。利用する  
時は、心身の状態や希望地域等を  
聞いてくれるか、紹介センターの都  
合や利益だけを求めているかを確認  
してください。複数の相談窓口を  
比較するのも良いでしょう。みどり  
さんは、老人ホームの勤務経験があ  
るスタッフのいる紹介センターに相談  
しました。

※詳しくは上表【情報収集・相談窓口】を参照

### いろいろなツールを活用して 一番の希望を叶えたみどりさん

みどりさんは、地域と見守りサー  
ビスに加えて費用や食事の有無、居  
室の広さ等で絞り込んだいくつかの老  
人ホームとサ高住を紹介センターの相  
談員と見学。さらにケアデザインプラ  
ザでセカンドオピニオンを受け、馴染  
みのお店にも最寄駅にも徒歩圏内で  
24時間見守りサービスが付いている  
「サ高住」を見つけました。離れて  
暮らす息子さんにも相談しながら、  
住み替えの準備を始めておられます。

### 執筆者

三井不動産株式会社 ケアデザイン室

渡邊 幸子

[わたなべ さちこ]

介護支援専門員（ケアマネジャー）、社会福祉士、精神保健  
福祉士。地域包括支援センターの相談員として、一人暮らし  
や認知症の方の暮らし、介護、権利擁護などの相談に従事  
後、ケアデザインプラザで介護コンサルタントとして、シニアの  
暮らしに関わる幅広い相談に対応している。

● ケアデザインプラザは相談にいらっしゃる皆様お一人おひとりに  
合ったシニアライフを提案しております（有料）。

東京都中央区日本橋室町二丁目1-1 三井二号館5階  
TEL:03-3246-4215 <http://www.care-design.net/>