

自分らしさ

これからの住まいと暮らし

～幸せなセカンドライフのために～

ご自身、または親が高齢になると、安心して暮らせる「高齢者向けの住まい」への住み替えが視野に入ってきます。しかし、「元気なうちはまだ先の話だと、住まい探しをつい先延ばしにしがちです。快適なシニアライフのために、今からできることは何か。高齢者の住まいに詳しい、三井不動産ケアデザイン室介護コンサルタントの渡邊幸子さんにお聞きしました。

vol.19
高齢者の
住まい探しを
始めよう

「住まい」を中心に
老後の暮らしを考える

豊かなセカンドライフのために必要なものは、健康、生きがい、資金などがありますが、長い時間を過ごすことになる「住まい」もとても重要です。老後は、誰と、どこで、どのように暮らしたいのか。「暮らしの器」ともいえる「住まい」を中心に据えて考えることで、老後の暮らしがイメージしやすくなり、お一人おひとりに必要なものも見えてきます。また、老後の住まいを考えるなら、まずは10年先の暮らしを想像してみましよう。今70代の方であれば、80代になります。10年後、介護や医療ケアが必要になる可能性を考えると、住まいへのニーズも変わり、そのために必要な資金やサービスが漠然とでも見えてくるはずですよ。

もしシニアご本人が老後の住まい探しを始めるのであれば、「自分には、まだ早い」と思っている時がよきタイミングです。「まだ早い」は、今は大丈夫と思いつつも、意識に上る時点で、どこかで住まいに対して不安に思うところがあるのだと思います。このタイミングを逃さずに、情報収集からでもよいので、一歩を踏み出すことが大切です。

親のニーズを
上手に聞き出そう

お子さん世代には、親御さんが元気なうちに、老後の住まいへの希望をぜひ聞いておいていただきたいです。介護度が重くなってからでは希望を聞けず、「こうなる前に聞いておけばよかった」と後悔されるお子さんはとても多いです。事前にうまく聞き出しておけると、いざという時、親御さんの気持ちに寄り添ったサポートができると思います。

しかし、実際には、「元気な親と老後や介護の話をするのはハードルが高い」という子世代からの声を耳にします。



三井不動産株式会社
ケアデザイン室
介護コンサルタント
渡邊 幸子さん

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、高齢者の介護や生活の相談に従事後、三井不動産ケアデザイン室の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や支える子世代の支援にも注力している。

その場合、ちよつとした節目、例えば、お仕事をリタイアされた時に「このまま自宅で暮らしたいか、将来的に住み替えたいのか」など、「介護」という言葉を使わずに話をするのも一つの手段です。さらに、親御さんが年を重ねて暮らさに不安を感じ始めた時に「家事や買い物で不便はないか」と聞いてみると、「家の管理が大変だから住み替えたい」など本音が出て、お元気な時とはニーズが変わっているかもしれません。意識的に会話を重ねながら、その時々で適切な情報を提供できるように、子世代も日頃からアンテナを張って高齢者の住まいに関する情報収集をしておくことが大切です。

住まいとは、基本、自分自身で選んでいくものです。できる限りご本人の希望や想いが叶い、快適に過ごせる「暮らしの器」を見つけるために、早いうちから準備を始めていただきたいですね。



「まだ早い」と思ったときが、探し始めどき。