

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～

vol.20
高齢期の探しの
住まいのステップ

人生100年時代において、ますます多様化する老後の住まい。住まい探しは、時間も労力もかかるため、早めの準備が必要です。自分らしく過ごせる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(株)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。

高齢期の住まいの
全体像を知っておこう

高齢期の住まいでニーズが高まる民間施設に「有料老人ホーム(介護付・住宅型など)」「サービス付き高齢者向け住宅(以下、サ高住)」などがあります。常時介護が付いているのが介護付有料老人ホームですが、最近では介護付と同程度の介護サービスを提供する住宅型有料老人ホームやサ高住も増えています(※1)。また、サ高住は「生活相談」「安否確認」が必須のサービスですが、食事も提供するところが増えるなど、ニーズとともに多様化し、施設の類型に沿って施設選びをするのは難しい状況になっています。

自分に合った老後の住まいに出会うために、私をご提案するのは「住まい探しの8つのステップ」(表1参照)です。まず住まいに求める希望(ニーズ)を確認したら、高齢期の住まいに関する正しい知識を持てるよう調べましょう。詳細に知る必要はありませんが、高齢期の生活の場は、大きく「在宅(自宅)」「高齢者向け施設・住宅」「医療機関・施設」に分かれること。心身の状態によってどこでどれくらいの期間を過ごせるのか、それぞれどんな介護やサービスを受けられるのかなど、住まいの全体像を把握しておくことは必要です。

住まいの情報は
複数の媒体・窓口から

次のステップは、条件に合った施設の
情報収集です。新聞広告やパンフ

に住まい探しを進めていきましょう。

施設が絞られてきたところで、進捗状況を報告、相談することも大切です。契約に至るまで、この先も、資金計画、見学や体験入居(※2)などいくつも越えねばならない山があります。複雑化する高齢期の住まいを二人で決めるのは、難しいことです。

誰一人として同じ人生を歩む人がいないように、シニアライフへの希望も一人おひとり違っていいと思います。家族、友人など信頼できる人に相談しながら、負担や不安を解消し、ポジティブに住まい探しを進めていきましょう。

相談しながら、一步一步、住まい選びを。

(表1)

住まい探しの8つのステップ

- ①希望(ニーズ)の確認
希望や楽しみだけでなく、不安を解消できるかもポイント
- ②高齢期の住まいの正しい知識を持つ
誤った知識は住まいの選択の妨げになることも
- ③条件に合った施設の情報収集
住み替えの条件を整理してから情報収集すると情報過多を防いで時短に
- ④相談できる人や場所を活用
家族や友人に相談したり、相談窓口を活用し、負担や不安を軽減
- ⑤資金計画を立てる
要介護になった時を考えて、体も心もお金も10年先をイメージして計画を
- ⑥見学や体験入居を行う
現在は新型コロナウイルスの影響で中止・制限している施設も。各施設に対応を聞いてみよう
- ⑦疑問や不明点を確認
すべての項目を「再確認」する。退居要件や返還金などネガティブな項目こそよく確認
- ⑧契約・入居
本当にここで大丈夫? 契約に必要な手続きとニーズを再度振り返る



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。

レット、ウェブサイトを活用したり、老人ホーム等の紹介センターに相談してもよいでしょう。近年は、自治体がある料老人ホームの情報公表するようにもなりました。ここで注意したいのは、単一の情報に頼らないこと。一つの媒体だけでは情報が偏りが生じたり、ニーズに合った施設が見つかるまで時間がかかることがあります。各情報元の特性を理解して、複数を組み合わせ活用するようにしましょう。

※1 住宅型有料老人ホームやサ高住は、介護サービスは別途契約 ※2 現在は新型コロナウイルス感染症の影響で見学や体験入居を中止・制限している施設もある