

「生活続ける空間」重視して

■ 施設は3カ所以上見学を

高齢者の住まいは「今後一生暮らす場所」という視点で選ぶ必要があります。建物や設備、費用だけで選び「こんなはずでは」と後悔する人もいます。「自分が生活を続ける空間としてふさわしいか」を重視してほしいと思います。

■ 食事の表情確認や試食も

施設には積極的に質問してください。特にサービス内容はパンフレットやホームページに掲載されていないものもあります。布団やシーツの交換は有料か、買い物同行はあるのか、SPAの出張販売があるのかなど、気になることも何でも聞きましよう。

■ 費用は支出可能額の7割

持病がある場合、施設がどのような対応ができるか確認しておくことも大切です。今は健康でも、将来的に医療や介護が必要になる可能性も考えて選びましよう。ついすみかを考えているなら「ひとり」の対応もチェック項目です。事例や件数も確認ましよう。費用を考えると、月の支払額を1カ月に支出可能な金額の7割までを目安にましよう。入居生活では医療費や交通費、こつかいなども必要です。年金など定期的な収入で払える範囲に抑え、貯金は不意な出費への備えにましよう。

施設情報はインターネットでも入手できますが、各市町村の地域包括支援センターでも、地域にある施設を把握していると思いましよう。札幌であれば、市居住支援協議会の相談窓口「みな住まいる札幌」がおすすめです。

高齢者の住まいの情報公開サイト・相談窓口

- ▶ サービス付き高齢者向け住宅情報提供システム(全国)
<https://www.satsuki-jutaku.jp/>
- ▶ 有料老人ホームの一覧(北海道)
<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/khf/sus/shitei/kaigoshisetsu/meibo.html>
- ▶ 特別養護老人ホームなどの一覧(北海道)
<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/khf/sus/kyoutsuu/ichiran/ichiran.html>
- ▶ 札幌市居住支援協議会相談窓口「みな住まいる札幌」
☎ 011-210-6224(月～金 午前10時～午後4時)

高齢者が自分にあつた住まいを選ぶためのチェックポイントを、20年間で約450施設を訪ね歩いた認定NPO法人シースネット(札幌)の高齢者住まいのアドバイザー、西原桂子さん(84)に聞いた。



西原桂子さん

「シースネットアドバイザー 西原さんに聞く」

住まい選びのチェックポイント

- 1 運営母体の情報**
 - 運営母体の業種、施設の経営理念
 - 施設の印象、スタッフの対応や印象
- 2 コミュニケーション・地域とのつながり**
 - 入居者同士の交流や季節の行事
 - 施設全体の雰囲気、入居者の表情
- 3 入居条件**
 - どの介護度まで入居できるか、認知症や病気になった場合は住み続けられるか
 - 「ひとり」に対応しているか
- 4 退去条件**
 - 介護度が重くなった、病気の症状が悪化した、認知症などの場合の提携施設や支援体制
 - 入居一時金や敷金の返還の有無や具体的な算出方法
- 5 費用**
 - 毎月の費用(家賃、管理費、共益費など)
 - 入浴、洗濯、買い物同行、服薬管理など、介護保険外の有料サービスの内容
- 6 食事**
 - 厨房で自前調理か、外部業者への委託か
 - 食事を取らなかった場合の料金設定
 - 持病に対応した食事が提供可能か
- 7 介護や医療体制**
 - 住宅に併設する介護事業所、提携する医療機関や介護事業所
 - 介護や看護の体制、夜間の体制(スタッフ数など)
 - 緊急時に家族が駆けつけることができない場合の対応
- 8 立地・環境**
 - 家族や友人は訪問しやすいか
 - 外観、建物の周囲の手入れは行き届いているか
 - 交通量、音、窓からの眺望など周辺環境
- 9 居室スペース**
 - 気になる音やにおいはないか、日当たりや部屋の向き
 - 持ち込みたい身の回り品を置く広さがあるか
- 10 共用スペース**
 - 清潔で掃除や手入れが行き届いているか
 - 手すりや腰掛けの配置、車いすへの対応
 - 浴室の場所や広さ、利用時間など



※札幌市居住支援協議会作成の「シニア住まい情報さっぽろ」より抜粋