

ステップ

1

## 介護に適した高齢期の住まい

介護が必要になった場合にどこで暮らすのか、高齢化が進む現在、いろいろな選択肢があります。

最後まで自宅に住み続けたいのだけど…。



現在住んでいる自宅に住み続けるには、家の中の段差の解消や手すりの取り付けなど、ハード面の整備を検討しましょう。また、近隣で利用できる在宅介護サービス等があるか、助け合える近隣の人間関係はどうかなど、ソフト面に関しても環境が整っているか確認が必要です。



高齢者向けに作られた住宅や施設の方が、何かあった時にも安心できそう。でも、どんなところなのかしら…。

高齢者向けに作られた住宅や施設の種類はたくさんあります。あなたの目的に合った住まいはどの種類なのか、どれくらいの数があるのか、次のページで確認してみましょう。

### 高齢者向け住宅について

高齢期を過ごすことのできる住宅としては、「サービス付き高齢者向け住宅」のほか「東京シニア円滑入居(専用)賃貸住宅」「シルバーピア(シルバーハウジング)」等もあります。

高齢者向け住宅について詳しくお知りになりたい場合は、「あんしん なっとく 高齢者向け住宅の選び方」をご覧ください。

(東京都福祉局高齢者施策推進部在宅支援課 03-5320-4273

[https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kourei/koho/sumai\\_sasshi.html](https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kourei/koho/sumai_sasshi.html))

## ■ 高齢期を過ごすことのできる主な住まい(住宅・施設)

種 類 (か所数/定員(戸)数)	概 要	主な特徴
有料老人ホーム (724か所/43,680名)	高齢の入居者に、食事や生活サービス、介護を提供する施設	<ul style="list-style-type: none"> <li>・料金や規模、元気な人が多いところや要介護者が中心など、ホームによる違いが大きい。</li> <li>・入居時に前払金が必要な場合が多い。</li> <li>・ホームのスタッフが介護を行う場合が多い。※</li> <li>・主に民間の株式会社などが運営する。</li> </ul>
サービス付き 高齢者向け住宅 (289か所/11,229戸)	安否確認や生活相談等の生活支援サービスを提供するバリアフリー構造の高齢者向け住宅	<ul style="list-style-type: none"> <li>・賃貸借契約であることが多い。</li> <li>・生活支援サービスの内容・料金は住宅によって大きく異なる。</li> <li>・介護が必要になった場合、原則として外部の介護保険サービス等を利用する。※</li> <li>・主に民間の株式会社などが運営する。</li> </ul>
軽費老人ホーム (ケアハウス) (42か所/2,057名)	独立して生活するには不安がある低所得高齢者が、低額な料金で利用できる施設	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護が必要になった際に退所を求められることがある。</li> <li>・施設のスタッフが介護を行うところと、外部サービスの利用が必要などところがある。※</li> </ul>
都市型軽費老人ホーム (52か所/886名)	都市部等において面積要件を緩和し、家賃等の利用料を低額に抑えた軽費老人ホーム	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自炊できない程度の健康状態にあり、独立して生活するには不安が認められる 60 歳以上の方が対象。</li> <li>・介護保険を使う場合は、自宅と同じく、外部サービスを利用する。</li> </ul>
認知症高齢者 グループホーム (584か所/9,896名)	認知症高齢者が 5～9 人の少人数で共同生活を送りながら、介護や身の回りの世話などを受ける施設	<ul style="list-style-type: none"> <li>・要支援 2 以上で認知症の方が対象。</li> <li>・家庭的な環境で生活できる。</li> <li>・グループホームのスタッフが介護などを行う。</li> <li>・入居できるのは、グループホームがある区市町村の住民に限られる。</li> </ul>
特別養護老人ホーム (485か所/43,390名)	常時介護が必要で在宅介護が困難な高齢者に、生活全般にわたる介護サービスを提供する介護保険施設	<ul style="list-style-type: none"> <li>・原則要介護 3 以上の方が対象。</li> <li>・重度の介護にも対応可能。重度者が優先的に入所でき、看取りまで行うことも多い。</li> <li>・所得によっては低額な費用で利用可能。</li> <li>・個室ではない場合も多い。個室の場合は一定の費用を要することがある。</li> </ul>
老人保健施設 (191か所/20,731名)	病状は安定したものの自宅での生活が困難な高齢者に、医療ケアと介護、生活サービスなどを併せて提供する介護保険施設	<ul style="list-style-type: none"> <li>・要介護 1 以上の方が対象。</li> <li>・病院と自宅の中間的位置付けで、自宅復帰を目指してリハビリを受けられる。入所期間が短い。</li> <li>・所得によっては低額な費用で利用可能。</li> <li>・個室ではない場合も多い。個室の場合は一定の費用を要することがある。</li> </ul>

か所数・定員(戸)数:2016年4月1日現在(東京都内)

※ 有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅・ケアハウスのスタッフが、要介護入居者の介護やリハビリ、日常生活のお世話などを、介護保険を利用して行うものを「特定施設入居者生活介護」といいます。自治体からこの「特定施設入居者生活介護」の指定を受けるためには、介護保険法に定める基準(介護・看護職員配置等)を満たす必要があります。

指定を受けない場合は、自宅と同じく、訪問介護など外部の介護保険サービスを利用できます。

## 有料老人ホームとはどのようなところ？

有料老人ホームは、主に民間の株式会社などによって運営されている高齢者の住まいの一つです。高齢者に配慮された建物の造りとなっており、食事や生活サービスが提供され、介護保険制度を利用して介護を受けることもできます。

有料老人ホームは、大きく「介護付」「住宅型」「健康型」の3類型に分類されています。まずは、それぞれの違いを見てみましょう。

### ■ 有料老人ホームの類型

ホームの類型 (か所数／定員数)		介護サービスの提供方法	入居時要件・入居できる方 (要介護認定別)		
			自立	要支援	要介護
介護付 有料老人ホーム  (596か所／ 38,918名)	介護 専用型	入居ホームにて、ホームスタッフが立てたサービス計画に基づき、ホームスタッフからサービスを受ける	×	×	○
	混合型		○※	○	○
住宅型 有料老人ホーム (128か所／4,762名)		入居ホームにて、(自宅にいるときと同様に)入居者自身が選択・契約した外部サービス事業者からサービスを受ける	○※	○	○
健康型 有料老人ホーム (東京都内になし)		介護が必要となった場合には、契約を解除し退去しなければならない	○	×	×

か所数・定員数:2016年4月1日現在(東京都内)

※ 入居できる方については、ホーム独自の入居時要件を定めているところもあります。重要事項説明書(19～24ページ参照)で入居時要件を確認しましょう。

介護付有料老人ホームには、「介護専用型」と「混合型」があり、介護専用型には要介護の認定を受けた方しか入居できません。

#### 介護付有料老人ホームとは

介護保険法に基づき、一定の基準を満たして自治体から特定施設入居者生活介護(5ページ)の指定を受けた有料老人ホームのみ、「介護付」と表示することが認められています。介護保険自己負担額についても、介護付有料老人ホームの場合定額であるなど、外部サービスを利用する場合は異なります。(詳しくは28ページを参照してください。)

次に、有料老人ホームに入居する場合の契約方法と、利用料の支払い方式について見てみましょう。

## ■ 居住部分の契約方法

居住の契約方法	概 要	居住部分とサービス部分の契約	根拠法
ア 利用権方式	建物賃貸借契約及び終身建物賃貸借契約以外の形態で、居住部分と介護や生活支援等のサービス部分の契約が一体となっている方式	一体	なし
イ 賃貸借方式	賃貸住宅における居住の契約形態であり、居住部分と介護等のサービス部分の契約が別々になっている方式 このうち特約によって入居者の死亡をもって契約を終了するという内容が有効になる方式を終身建物賃貸借方式という	別々	<ul style="list-style-type: none"> <li>・借地借家法</li> <li>・高齢者の居住の安定確保に関する法律</li> </ul>

## ■ 利用料の支払い方式

利用料の支払い方式	概 要	留 意 点
ア 前払金方式	終身にわたって必要な家賃等(敷金を除く。)の全額又は一部を前払金として一括して支払う方式	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入居時にまとまった費用が必要となる。</li> <li>・毎月の利用料は少なくて済む。</li> </ul>
イ 月払い方式	前払金を納めず、家賃等(敷金を除く。)を月払いする方式	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入居時にまとまった費用が必要ない。</li> <li>・敷金が必要になる場合がある。</li> </ul>
ウ 選択方式	前払金方式、月払い方式のいずれかを選択できる方式	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月払い方式の家賃が前払金方式よりも高額に設定されていることがある。</li> </ul>

### 有料老人ホーム設置運営指導指針について

有料老人ホームの運営について定めた法律として老人福祉法と介護保険法がありますが、この他に、各都道府県・政令指定都市・中核市はそれぞれ有料老人ホーム設置運営指導指針(以下「指針」といいます。)を策定しています。指針では提供するサービスや建物構造などホームの事業全般について定めており、法的な拘束力はありませんが、各事業者は指針を踏まえ、高い水準の施設運営に向けて努力することが求められています。



## コラム 有料老人ホームとサービス付き高齢者向け住宅の違い

有料老人ホームとサービス付き高齢者向け住宅は、似ているところも多く、その違いが分かりにくい面があります。一言でその違いを表すのは難しいですが、有料老人ホームとサービス付き高齢者向け住宅は、以下の表のように基準や特徴に違いがあります。

項目	有料老人ホーム	サービス付き高齢者向け住宅
契約方法	主として利用権契約	主として賃貸借契約
利用料の支払い方式	前払金方式のところが多く、返還金のトラブルに注意が必要	一般的に月払い方式
居室面積	13㎡以上(東京都)(※1)	原則25㎡以上
最低限の生活支援サービス	食事、介護、家事、健康管理のいずれかを行えば有料老人ホームに該当(※2)	緊急時対応(東京都)・安否確認・生活相談を行うことが登録要件(※3)
事業を行う際の行政への手続	届出(義務)【老人福祉法】 指針に基準はあるが、基準を満たしていないホームにも届出義務がある。	登録(任意)【高齢者の居住の安定確保に関する法律】 一定基準を満たさなければ登録できない。
介護サービス	<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>介護付</b> </div> 特定施設入居者生活介護(5ページ)  <div style="border: 1px dashed blue; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;">             ホーム・住宅内で一体的な介護が可能           </div>	<div style="border: 1px dashed green; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;">             住宅型           </div> 介護保険は外部サービスを利用  <div style="border: 1px dashed green; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;">             住宅・ホームごとに提供される介護サービスは異なり、自由にサービスを選択することができる。           </div>
生活について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・居室は個室だが、共同生活の要素が強く、協調的な暮らし</li> <li>・管理的ではあるが安心度は高い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・プライバシーがより重視されており、自立的・自律的な暮らし</li> <li>・自己責任のもと自由度の高い生活</li> </ul>
居室移動や住み替え	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護付有料老人ホームでは、原則、どの居室でも一体的な介護を受けることが可能。ただし、ホームによっては、要介護度が重度化した際に、介護専用居室等への移動があり得る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・原則として借地借家法により、契約した住戸での継続居住が保障される。</li> <li>・要介護度が重度化した時等は、再度住み替えが必要となる場合がある。</li> </ul>

※1：既存建築物等の活用の場合等の特例があります。

※2：これらのサービスを提供している場合、老人福祉法の有料老人ホームに当たりますが、サービス付き高齢者向け住宅に登録した場合、有料老人ホームの届出義務は課されないという関係にあります。なお、平成28年4月1日より、サービス付き高齢者向け住宅のうち有料老人ホームに該当するものは、有料老人ホームの指針(一部除く。)の対象となりました。

※3：登録要件ではありませんが、ほとんどのサービス付き高齢者向け住宅では食事が提供されています。

両者の違いの概要を示しましたが、有料老人ホームもサービス付き高齢者向け住宅も個々に違いがあります。最終的に選ぶ際には、複数のホーム・住宅の情報を集め、しっかりと説明を受けて比較検討し、最適な住まいを見つけましょう。

ステップ

3

## 希望を整理しましょう

ライフスタイルや健康状態に合ったホームを選ぶために、まずは現在の状況と希望を整理しましょう。不安や気掛かりなことも、この機会によく考えてみましょう。

メモしましょう	
① 入居希望者本人の健康状態 (要介護度)	自立 ・ 要支援 ( ) ・ 要介護 ( )
② 介護が必要な内容 (例:食事介助/入浴介助/認知症による症状への配慮)	必要 ( ) 不必要
③ 医療行為を伴うケア(医療的ケア)の必要性 (例:24時間医療的ケアが必要/糖尿病のケアが必要)	必要 ( ) 不必要
④ 入居希望時期	
⑤ 希望する居住の権利形態	利用権方式 ・ 建物賃貸借方式 ・ 終身建物賃貸借方式
⑥ 希望する利用料の支払い方式	前払金方式 ・ 月払い方式 ・ 選択方式
⑦ 希望する地域 (例:現在の住居の近く/家族の家の近く)	
⑧ 希望する立地条件 (例:駅に近い/買物がしやすい/静か/緑が多い/公園が近い)	

メモしましょう	
<p>⑨ 希望する居室と室内の設備</p> <p>ア 個室か夫婦居室か イ 広さ ウ 部屋に必要な設備</p>	<p>ア 個室 ・ 夫婦居室 ・ どちらでもよい イ 広さ： m<sup>2</sup>～ m<sup>2</sup> ウ トイレ ・ 浴室 ・ 洗面台 ベッド ・ 冷暖房 ・ 電話回線 テレビ回線 ・ 緊急呼出装置（ナースコール） 収納 ・ キッチン ・ 洗濯機置場 その他（ ）</p>
<p>⑩ 将来、介護が必要となった場合、または介護度が進行した場合にどうしたいか</p>	<p>・ 自室で介護を受けたい ・ 介護居室で介護を受けたい ・ ホームを移動してもよい ・ 最期までホームで暮らしたい</p>
<p>⑪ 重視するサービス</p>	<p>介護サービス ・ 健康管理サービス ・ 食事サービス 生活サービス ・ 医療的ケア ・ 認知症ケア レクリエーション その他（ ）</p>
<p>⑫ 資金</p>	<p>総費用： 円以内 毎月： 円以内</p>
<p>⑬ その他重視したいこと・気掛かりなこと (例：／介護が必要になっても続けたい趣味がある)</p>	
<p>⑭ 保証人</p>	<p>有 ・ 無</p>