

家庭的な終の住みか

有料老人ホームの選び方

一戸建てを維持できなくなつたら…

人の手を借りないと生活できなくなつたら…
最後は有料老人ホームに、

と考えている人は多いようです。

現在入居中の72歳～101歳の方々の声と、

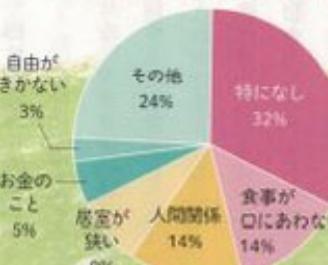
専門家に、選び方のこととききました。

イラスト／くばあやこ

アンケート回答者

有料老人ホーム（サ高住きむ）とそれに類する
終の住みかに入居中のの方36人（うち男性22名）。
年齢内訳：70代7人、80代15人、90代13人、100歳代1人。
＊電話などの聞き書きの方も含みます。

入居後、困っていることや不満など



多くの人は自分で入居を決めたので「概ね満足だがあとでマイナス面も記述（複数回答）」

アンケートから

困っていること

買い物が不便

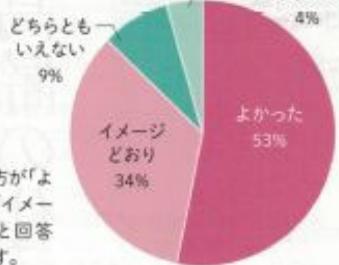
郊外のため移動販売車（牛乳やパンなど）が週3日来ますが、それを使わず、食品は宅配利用と公共交通機関などで自力で買い出しに行っています。

愛知県　J・O 76歳



有料老人ホームの選び方

入居してみて印象は？



9割近い方が「よかつた」「イメージ通り」と回答しています。

入居してよかつたこと

アンケートから

霧岡気がよい

清潔で暖かい霧岡気です。
職員の動作、立ち居振る舞い
が機敏。言葉づかいも穏やか
です。

東京都　K・T（94歳）

安心して暮らせる

週1度、掃除、洗濯をして
いただき、週3日は施設内の
デイサービスへ。食事もおい
しくいただき、他人の手を借
りながら、安心して暮らして
います。息子が来るときは外
出し、刺身や寿司を食べるの
が楽しみです。

東京都　萩野和子（83歳）

職員がベテラン

会社の寮をリフォームした
ホームのため、浴室や食堂が
古めかしいのですが、入居者
のわれわれにはなぜか落ち着
くのです。スタッフもほどほ
どに年を重ねた人が多いのも
安心です。

東京都　萩野和子（83歳）

食事は期待せず

個人差はありますが、食事
にあまり期待しすぎないこと
です。つくる方も大変と感じ
ています。何よりも大事なこ
とは自立心。自分でやれるこ
とは頼らずに。

東京都　大島隆子（89歳）

入浴時間が

共同生活のため、昼間から
お風呂に入り、バジャマ姿で
過ごしています。

高知県　T・Y（92歳）

持ち込めないもの

アイロン、ドライヤー、は
さみなどの刃物は持ち込みで
きません。掃除機はOK。食
べものについては自由なので
すが…。愛知県　T・K（90歳）

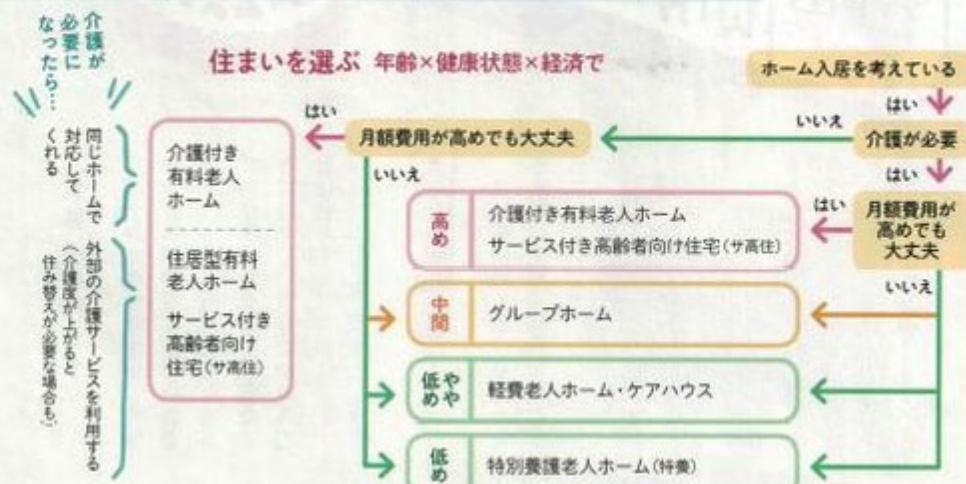
民間施設										公的施設			
種類	サービス付き高齢者向け住宅 (り高住) 	介護付き有料老人小一ム 	住宅型有料老人小一ム 	グループホーム 	シニアハウス		コレクティブハウス	経費老人ホーム 	ケアハウス	特別養護老人ホーム (特養) 	介護老人保健施設 (老健)		
官 務	国土交通省		厚生労働省		国土交通省		国土交通省	国や地方自治体、社会福祉法人などによる経営					
監 督													
入居一時金	0円～家賃の数か月分 (敷金などが必要な ケースが多い)	0円～3千万円程度 (必要なケースが多く、 高額なところも)	0円～数千万円	0円～100万円 程度	数千万円		数百万円	0円～200万円程度 (P.26参照)		なし			
費用													
月 領	15～20万円の ほかに、食費、介護保険、医療費、おむつ、 上乗せ人件費、雜費あり	20～25万円の ほかに、食費、介護保険、医療費、おむつ、 上乗せ人件費、雜費あり	20～30万円	15～20万円程度	10万円程度		20万円程度	A型…6～17万円 (収入などによる) B型…食事なしで 4～13万円程度	8～15万円程度	9～20万円 程度			
生活相談	9時～17時 (相談員の資格は ヘルパー2級以上)	常時、ホーム職員	施設による	認知症 ケア専門 スタッフ常駐	一般の分譲マン ションと同じ位置 づけのため、介護・ 医療の人員配置 などの基準なし／ 食事、家事などの サービスは付随し、 介護や医療は外部 委託が多い		対応可	施設により、 専門スタッフが対応					
見守り	安否確認 (夜間は 外部委託あり)	ホーム職員により 24時間	安否確認 (夜間は 外部委託あり)	医療・看護 スタッフ配置の 義務なし			管理人 24時間常駐 ／希望すれば 緊急ボタン 設置可能	緊急ボタンあり (24時間対応かどうかは 施設による)	介護を受けながら 長く生活する		介護を受け ながら リハビリを して、在宅 復帰を目指す		
看 护	訪問看護 (入居者が契約)	常勤または常駐	訪問看護 (入居者が契約)				嘱託医による 検診可能	施設によるが、 定期的な受診が可能			医師常勤／ 看護師 日勤常勤		
年 齢	60歳以上もしくは 介護認定を 受けている60歳未満	大多数が65歳以上	概ね60歳～	原則65歳～	60歳～ などの 条件あり		幅広い場合が 多い	60歳～(P.26参照)			原則65歳～		
利 用 身		施設による					できない ことが多い	施設による	できる	原則3か月			
特 徴	比較的、自宅での生活 に近いが、介護力は介 護付き有料老人ホーム よりは低い	必要に応じ「食事・入浴・ 排泄」などの介助サー ビスを受けられる	自立や介護度の低い 人の入居率が高く、 イベントなどが盛ん なところが多い／医 療面では施設により 差がある	認知症の高齢者 を対象とすること が多い	売却や賃貸が可能		食事の提供 A型…あり B型…なし	経費老人ホー ムC型とも言う	基本的に往民票がある 区で申し込み 要介護3～5	退院後の中間 施設で、利用 期間限定 要介護1～5			

*表は左からアンケート結果で多かった順／*人員配置は、介護付き有料老人ホームの場合、入居者3に対し、スタッフ1が国の基準

80代半ばからけがや手術で入退院を繰り返していました。家族のことでも考え、ケアマネージャーのアドバイスもあり、入居を決心しました。

「1人暮らしのが不安」
アンケートでは、入居時の年齢の
最多は80代後半(34%)、次いで80
代前半(22%)、70代後半(19%)、
90代(16%)。場所は「自宅近く」「自
宅からは遠いが、家族の家に近い」
が多くなっています。入居理由の32
%は「一人暮らしのが不安」で、「病
気やけが」が29%、「家族に迷惑を
かけたくない」が27%で、この3つ
はほぼ同じ割合となっていました。

入居理由の3割超は
「1人暮らし不安」



お気に入りの
場所

お邊りに集結。
この辺りに集結。



55・58坪(16・81坪)、1LDKに納
戸のついた居室。自炊に充分なキ
ッチン、ベランダには物干しも。
お気に入りの家具や絵、植物も置
いて、すっかりわが家らしく。

今まで通りの
暮らし

ダイニングの前から、
散歩コースへ。コンビ
ニ、キッズルーム、保
育園、学童保育、体
操をするスタジオも



のスーパーで買い物をし、自
室のキッチンで料理をしてい
ます。

生活支援サービススタッフ
が1日1回安否を確認。外出
時の経路や乗り継ぎ時間を調
べてもらったり、ちょっとし
たときに相談にのってもらえ
ます。ベッド脇、トイレやお
風呂に緊急ボタンがあります
し、敷地内には常駐の警備員
さんがいます。災害備蓄倉庫



にカセットコンロや緊急トイ
レも備わり、太陽光発電など
で電源を確保。停電時も自室
で小さな明かりがつき、携帯
電話の充電もできるのでとて
ても安心です。

コロナの影響で今はお休み
ですが、さまざまな世代が食
事や勉強、団らんができるコ
ミュニティスペースは緑と光
に溢れ、お気に入りの場所で
す。隣接する1万8000坪

の公園は樹林が多く、ほどよ

い散歩コース。金曜日の椅子

体操の教室のお仲間とも、声

をかけ合うようになりました。

ホーム選びは自立して自分

の足で歩けるかどうかで大き

く違い、介護が必要な場合は

費用も高くなるでしょう。私

はそこに至るまでの間、でき

るだけ自立して自分らしく樂

しい日々を過ごしたいと思いま

My home memo

サービス付き高齢者向け住宅



1 費用

入居時支払い…約120万円(敷金+仲介手数料+初回の家賃はか)/月額費用…家賃185,000円+共益費20,000円+生活支援サービス費38,500円=243,500円

2 選んだ決め手

自室で料理ができる。多世代共生型。自由度が高い

3 入居するまでの経緯

駅前の説明会で納得し、新築で入居

4 よかったこと 困っていること

買い物、散歩に便利。特に困ったことはなし

5 ホームを探す方へのアドバイス

体力、気力、判断力のある間に決めること

学生も親子も 行き交う緑の街

矢上千恵子さん(東京・81歳)

私のホーム
1

病院やスパ、
区立センターも
福祉センターも

複合開発の街
江古田の森公園に隣接し、子育て世帯向け賃貸マンション、学生向け住宅、介護付き有料老人ホームが隣接するサ高住(グランドラスト江古田の杜)。マスト江古田

料老人ホームの見学会に参加。館内の装飾やインテリア、家具、すべてすばらしく、看取りまでするということでした。しかし一番狭い部屋でも入居金数千万という価格にたじろぎ、やはり自分の身の丈にあつたところを、と思ったのです。

駅前の説明会で

夫を送り、都内の一軒家に12年ほど一人で住んでいましたが、数年前に大病で手術。继续治療は一段落したものの、家の維持が大変になったことから、終の住みかの検討を始めました。まずは新聞、ミニコミ誌、チラシなどからよさそうなところに電話。パンフレットを送ってもらいました。運転もできない老人(私)が行ける範囲は狭いのですが、4、5か所足を選びました。

最終的に選んだのは、サービス付き高齢者向け住宅と呼ばれる賃貸型ニア向け集合住宅です。まだ建築中だった1年前、駅前で説明会が開かれ、建築会社の担当者が熱弁する多世代共生の理念と、誠意ある対応に好感を持ち、入居を決意しました。その前に郊外の大規模な介護付き有

料理も自分で

食事は自分でつくることが望みだったので、渡り廊下でつながる食堂はほとんど利用せず、生協の宅配と徒歩10分

Aさんの試算表から いくらまでなら入れる?

収入		ホームの費用		今のお住まいの維持費	
項目	収入	項目	支出	項目	支出
遺族年金	210,000	室料	170,000	電気	1,000
年金	130,000	食費	40,000	水道	1,200
計(年6回)	340,000	光熱費	10,000	ガス	1,500
月額合計	170,000	介護・医療費ほか	10,000	月額合計	3,700
① 年収…2,040,000		月額合計	230,000	年額合計	44,400
② 年額…2,760,000		固定資産税(※6回)		100,000	
③ 年額…144,400					

貯蓄で入居金500万円を払い、
今の住まいを手放さずに10年をホームで過ごした場合

項目	収入	支出	残高
貯蓄			★ 20,000,000
初年度	ホーム入居金	5,000,000	15,000,000
① 年収	2,040,000	17,040,000	
② ホーム年額		2,760,000	14,280,000
③ 今の住まい維持費半額		144,400	14,135,600
2年目	① 年収	2,040,000	16,175,600
② ホーム年額+③ 住まい維持費		2,904,400	13,271,200
3年目	① 年収 ② ホーム年額+③ 住まい維持費		
9年目	① 年収 ② ホーム年額+③ 住まい維持費		10,124,800
10年目	① 年収 ② ホーム年額+③ 住まい維持費		6,356,000

収入①と支出(②+③)の差額…864,400円(年間の貯蓄からの持ち出し額)

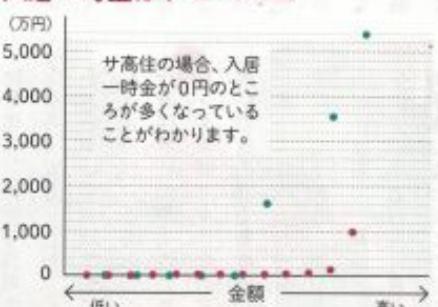
10年で8,644,000円が貯蓄からの持ち出しとなり、

入居前貯蓄残高2,000万円★が、10年後には635万円(ほぼ3分の1)に

方法1 ホームに支払う月額が年金の月額で収まるところを探す

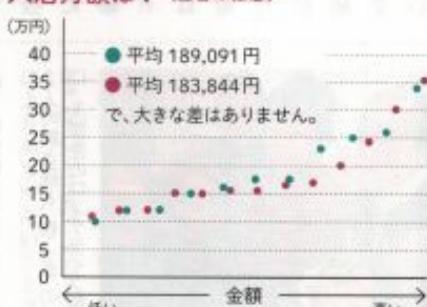
方法2 今の住まいを売却し、貯蓄を増やす(仮に1千万円で売却できた場合、10年目の貯蓄残高は1,635万円)

入居一時金は? (回答は任意)



● 介護付きおよび
住宅型老人ホーム入居者 ● サービス付き高齢者向け
住宅(サ高住)入居者

入居月額は? (回答は任意)



*横軸は金額が低い順に、均等にプロットしました。

選ぶ時の決め手となったのは
(上位6項目・複数回答)

次のページの「試算表」を参考に、資金面の算出をしてみてはいかがですか。費用はどうなのか、寝たきりになつた場合のこともあるらかじめ把握しておこなことをおすすめします。体の状態は年齢とともに変化します。どんなサービスが受けられて、費用はどうなのか、寝たきりになつた場合のこともあるらかじめ把握しておこなことをおすすめします。

結論を出せました。
神奈川県 吉山明子 (84歳)
＊ 青森県 M・S (82歳)

入れる入れない?

入居費用の
試算はこうして

いつかはホームに…と願うだけでは実現しません。まず資金面を試算し、入居金や毎月の室料ほかを払い続けられるかを見極めると、いつ、どこに? が次第に見ええてきます。

資金面でのアンケートの回答は、「それまで住んでいた家を売却」が7件と最多でした。

My home memo

住宅型有料老人ホーム



- 1 費用 初回入居費用…2か月分／月々の支払い…約22～24万円
- 2 選んだ決め手 デイサービスが続けられること。自宅や娘の自宅・勤務先からの距離。病院と連携していること。
- 3 入居するまでの経緯 デイサービスの紹介で見学。申し込みから10か月後に入居。
- 4 よかったこと 困っていること 居心地のよい施設で、食事もおいしく、不足はありません。
- 5 ホームを探す方へのアドバイス 本人も家族も充分に納得することだと思います。

私のホーム
3

東原喜和子さん（香川・90歳）

安心して過ごせる
ことに感謝して

さくらガーデン高梁は
クリニックと連携
看取患者の入居も可能

1人暮らしの
不安から

12年前に父が亡くなつてから、母は1人で暮らしていました。でも、2年経つ頃に右肘を骨折してからは、大好きな料理や編み物もできなくなり、お隣が夕食のおかずを差し入れてくださつていました。姉は大阪在住、私は仕事や子どものことで忙しいため充分なことができず、また体調を崩しても気づけないことが、車中から町の風景を眺めるのもよい気分転換になるよ

人とのつながりを
よろこびに

入居して4年。毎日「今日も元気に起きました。感謝です」等メールが来ます。建物はきれいで、申し分ない環境です。「ゆきとどいたお世話を受けています」と言い、同じペリも楽しそうです。週3回はデイサービスに出かけますが、車中から町の風景を眺めるのもよい気分転換になるよ

My home memo

介護付き有料老人ホーム



1 費用(2015年時)

入居一時金…1600万円(1人用22m²)／月々の支払い…約151,000円(管理費、光熱費等込) + 食費67,000円(ここから食費に応じ追金される)以上消費税込み

2 選んだ決め手

自宅から近い、雰囲気が明るい、きめ細かなサービス。入居者、スタッフの笑顔、オーナーがクリスチャン

3 入居するまでの経緯

1人暮らし

4 よかったこと 困っていること

今も見学時の印象のまま。門前・中庭の木々・草花に癒される。スタッフ全員のやさしさ

時間をかけて
何度も訪れて

沼みどりさん（東京・85歳）



り込まれていて早速見学に。駅から徒歩10分、マンションからバスで10分。それ以降、夏祭りなどに誘われ訪問しましたが、いつ伺つても気持ちよい対応で、だんだんここにと願うようになりました。

物を頼み、自分で調理することも多くなりました。そのほか思いがけず病状悪化で、入院・治療代がかさみました。介護保険分担金、電動車いすレンタル料等々、今の月々の生活費は約28万円です。

リバースモーゲージで

しかし入居金をどう調達したらと考えていた時、金融関係で働く次男がリバースモーゲージ（自宅を担保に融資をする制度）を提案。早速、取扱い銀行を調べ手続きしました

（80歳まで申し込み可）。その結果、貯金を少し足せばよい、毎月の費用は贅沢をしなければ公的・私的年金、貯金で賄えるとわかり踏み切りました。

5年の間に消費税が10%になり物価も上昇、食費等も値上げ。そのため妹たちに惣菜の差し入れや安い食材の買いました。

ホームは本人が充分に考え納得して決めることが第一。入居後は家族、親族との交流を密に。年上の入居者がよいお手本になつてくださるのも、ありがたいことです。

2人の妹と孫と、私（左）の誕生日に。入居先のロングライフ葛西で。



My home memo

介護付き有料老人ホーム

1 費用

入居料…592万円(入居一時金+生活サービス一時金)/月額使用料…150,000~200,000円(管理費72,600円+食費58,080円+光熱費およそ10,000円以内+介護保険料など)

2 選んだ決め手

自宅・家族の家から近い。きめ細やかなサービス

3 入居するまでの経緯

足と眼が不自由になったため

4 よかったこと 困っていること

改めて「個」であることを感じた
改めて「個」であることを感じた

5 ホームを探す方へのアドバイス

いろいろな人と暮らす場所だと認識して



5

自分らしく 過ごせる場所を



井上スミさん(福岡・93歳)

「私は老人にならない」
夫亡きあと、15年。住み慣れた自宅で1人暮らしを続けていた私に、常々娘たちは「老後はどうするね?」と聞いてきました。けれど、当時の私はどこも見合の悪いところもないし、「自分はいつもシャンシャンとして、老になることはない」となんとなく思っていました。
しかし、足と眼が不自由になってきたのを機に、2年前、

「私は老人にならない」
夫亡きあと、15年。住み慣

娘と一緒に選んでくれた、ここに転居しました。
今まで住んでいた住居から車で10分以内であり、土地勘がある、ホームの社長さんが子どものP.T.A時代からの知り合いだった、ロビーの上品な佇まいなどのすべてが安心感につながりましたが、見学時に通された2階の部屋の窓から、娘たちとよく登った天拝山が見たのも決め手の1つでした。

実際に入居してみると、母体が老舗の温泉旅館ということもあります。でも、優しくしていただきたい声がけを毎日嬉しく感じています。ただ、やはり、どんなに優しくしていただきたい。でも、人間はひとり。いろいろな価値観、生活の仕方が異なる。個人の生活を尊重して、共に暮らす場所だという意識



サンテルム
延寿館。
万葉集にも
出てくると
いう「一日市
温泉」にある。

は必要です。

夢中になれることを

また、70歳から始めた短歌は、どんな状況になつても続けられるであろう、私の大事な楽しみですが、こういうものを何か一つもつてていることが大切だと思います。
Rに入居すると生活リズムが安定し、夫の気持ちも安定

ができます。

大好きな讃美歌536番に「むくいをのぞまで人に与えよ」という歌詞があります。

この気持ちを大切に、自分らしく生きていきたいと思

自宅近くの 2つの施設に

西山一郎さん(静岡・92歳)



4

越えて
見える浜名湖



My home memo

介護付き有料老人ホーム

1 費用

入居一時金…ゼロ円/月々の支払い…約330,000円
(家賃90,000円+管理費60,000円+食費60,000円+その他に西山さんの場合、介護サービス費、医療費は3割負担)

2 選んだ決め手

自宅に近く、食事がおいしい。経営がしっかりしている

3 入居するまでの経緯

専門的な介護が必要になったため

4 よかったこと 困っていること

職員が親切で、家族の訪問を歓迎してくれる

5 ホームを探す方へのアドバイス

ケアマネージャーに相談を借りる。地域の口コミ評価は大事!

老老介護から ホームへ

夫は90歳で介護付き有料老人ホームRに入居。今年、特別養護老人ホームH(介護老人福祉施設)へ移りました。

入居を考えたのは、がんの手術を機に夫の心身の衰えが急に進んで、妻の私ひとりでは介護が支えにくくなつたためです。長男長女は東京住まい、ケアマネージャーさんの「老老介護では、ケア施設に入ったほうが、本人も家族も幸せということがあるんです

よ」という助言に背を押してもらいました。そのころ近所によさそうなるかを計算でき、入居を決心できました。金融マンだった夫が定年後の資産を伝えてくれていたこと、娘がホーム見学に付き添つてくれたことでも大きな安心でした。

基本料金以外に介護サービス費と、医療費、雑費(おむつ代や洗濯代、車椅子代、散髪代など)のプラスアルファの費用がかかります。見積もる時にはそこをよく調べることが大切と思います。

Rに入居すると生活リズムが安定し、夫の気持ちも安定

ければ……と思つた矢先に、Rの入居手続きと同時に、地元病院運営で評判の良い特養Hに移つた今は、夜間も看護師にお願いできますし、経済的負担は3分の2に減りました。どちらの施設でもプロの介護に助けられて、本当にありがとうございます。

(妻の西山左知さん記)

けれどRは看護師の常駐がいるので、夜間の医療处置が必要になると他所へ移らなければなりません。

ベランのケアマネさんは、Rの入居手続きと同時に、地元病院運営で評判の良い特養Hへの申し込みも勧めてくださいました。夫は痰の吸引や誤嚥も始まり、もうRを出なれば……と思つた矢先に、2年あまり待つた入居順が!

Hに移つた今は、夜間も看護師にお願いできますし、経済的負担は3分の2に減りました。どちらの施設でもプロの介護に助けられて、本当にありがとうございます。

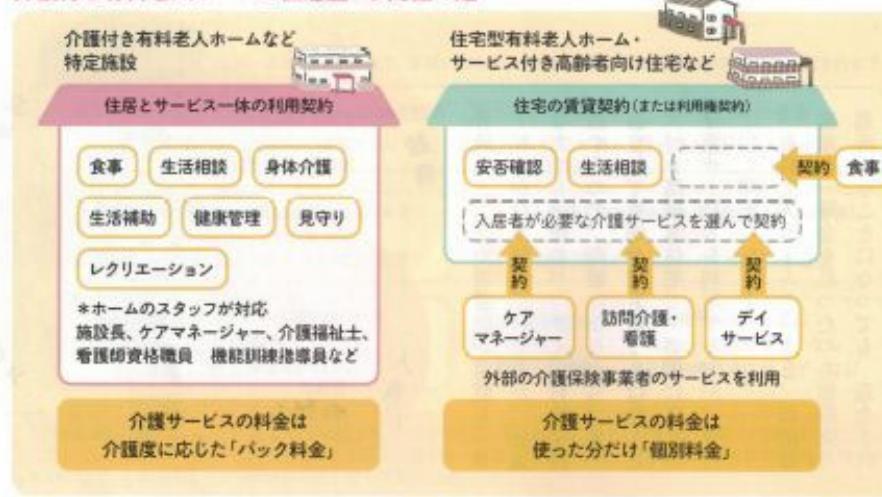
(妻の西山左知さん記)

することに驚きました。腰痛を抱えた私の体の負担も軽くなりました。

介護ホームRが建ちました。
近隣に比べてやや高額ですが、家計簿をつけて収支を把握しているので、ホームへの支払いで自宅で暮らす私の生活費

いと自宅で暮らす私の生活費でどれくらい貯金引き出しに心配になりました。金融マンだった夫が定年後の資産を伝えてくれていたこと、娘がホーム見学に付き添つてくれたことでも大きな安心でした。

介護付き有料老人ホームと住居型・サ高住の違い



院の窓口や電話帳、インターネットなどで近くのセンター調べ、できれば複数の窓口で実際に相談してみて、情報量が多く、地域のホームの違いなどをきちんと説明できるところを選びましょう。

窓口相談の場合でも、自分で見学する場合でも、必ずきかれるのが右上の5項目です。**① 入居希望の時期**は「○週間後退院後すぐで急いでいる」「1年以内に」と。前者は空室を探すことが最優先になります。

② 住みたい場所は、自宅近くか子どものかかれるか。事前によし金や資産を把握して目安を決めておくと、安心してホーム選びができます(P.16)。

③ の予算は、入居金と毎月の費用にどのくらいかけられるか。事前に年金や資産を把握して目安を決めておくと、安心してホーム選びができます(P.16)。

④ は病気や身体の状態です。介護保険を使っている場合は介護度を伝えると、ホームの候補を絞りやすくなります。**⑤ はホームへの要望。**食事内容や、リハビリ、病院への送迎など、気になることはあらかじめメモ

費用を抑えるには

人間にかかる費用は、駅からの近さや閑静な住宅地などの立地、築年数、部屋の広さ、人員配置、サービス内容などにより変わります。一般的の不動産と同じで、大手ブランドの駅近新築物件は割高になります。新築のホームは、同時に入居するので入居者同士がなじみやすいといいます。利点があります。同じ新規開設でも、会社の寮やホテルを改装していくされたホームは立地の割に価格が抑えられ、お得感があります。

また、介護付き有料老人ホームは

考えておくこと5つ

- ① 入居希望の時期
- ② 住みたい場所
- ③ 予算(入居一時金、毎月の費用)
- ④ 身体状態(介護度、既往歴など)
- ⑤ ホームへの要望

その他

食事、介護スタッフの数、部屋の広さ、レクリエーション、リハビリなど(P.30 チェックリスト参照)

紹介窓口の役割とは
高齢者の住まいの選び方は、住宅の種類や制度が複雑で、完全に理解するには1年かかると言っても過言ではないでしょう。一目ぼれで決めてしまったり、噂話や口コミに惑わされ、あやまつた選択をする人も後

小嶋勝利(民間介護施設紹介センター(みんかい)取締役)
加藤春奈(同元相談員)

後悔しない選び方

費用は抑え、リスクは避ける



を遮りません。介護の専門であるケアマネージャーや医療の専門である医師も、老人ホームのことに詳しい人は多くないのが実情です。そこで各地に民間の紹介センターができ、地域の施設状況を把握し、相談者の要望をききながら、無料で入居へのサポートをしています。病



かとうはるな◎みんかい相談員を経てマーケティング担当に。相談者の悩みによりそい、幅広い解決法を考える。

ホームページ…<https://minkai.jp/>
ツイッター…https://twitter.com/minkai_kizuna

[例] 入居金は返還される？

1か月あたりの
返還金の計算方法

ホームを退去する場合、すまい滴みの入居金は償却期間（=入居期間）に応じて返還されます。

初期費用…1,000万円／初期償却率…30%／償却期間…5年(60か月)の場

$$1,000 \text{ 万円} - (1,000 \text{ 万円} \times 30\% = 300 \text{ 万円}) = 700 \text{ 万円} \div 60 \text{ か月} = \mathbf{116.666 \text{ 円}} \quad (1 \text{ か月分})$$

入居後3年で退去=未償却期間2年(24ヶ月)

280万円(=116,666円×24か月)が返済

入居後5年が経過=未償却期間0か

例：入居後1年で退去＝未償却期間4年(48か月)

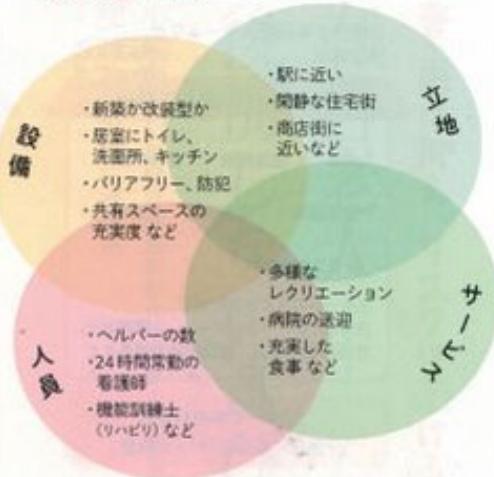
560万円(=116,666円×48ヶ月)が返

償却期間以降
入居を
継続する場合

追加費用の発生…なし
施設からの退去要求…なし
月額利用料金の請求…なし

2012年4月の老人福祉法改正により、「初期償却」ができなくなった。ただし、2012年3月31日までに届出をしたホームに関しては「2015年4月1日以降適用」という経過措置がとられていて、4月以降は既存施設の大半は「初期償却」を知らない方が、初期償却しているホームもあるので注意が必要。

費用の違いとは？



サービスが行き届いていますが、元気な方でも一律のパッケージ料金を負担するので、高額になります。自立して生活ができるうちはサービス付き高齢者住宅で、必要に応じた介護サービスを利用する方が、費用は安く抑えられます。

有料老人ホームというと、以前は高額な一時金を払ったのち短期間で退所することになつても、返金されないリスクがありましたが、今は月

長生きリスクと 看取り対応

割りで返還されるようになり、さらに初期償却費用も必要なところが増えてきました（左上表）。

入居を迷う理由に「想定より長生きをして、支払いができなくなつたら?」というのがあります。サ高住では、介護度が上がり自己負担のサービスが増えると、介護付き有料老人ホームや特養の方が割安になることから、転居する方もいらっしゃいます。また寝たきりに近い状況になつて、利便性が高くレクリエーションの充実した賑やかなホームが負担になり、郊外の静かなホームに移るケースもあります。

有料老人ホームのはほとんどが终身をうたっていますが、實際は看取りはホームの主治医、ご家族の希望、本人の状態を考慮して相談が必要です。本人や家族が延命治療を希望する場合や、看護師や介護スタッフで

病院に戻らざるを得ず、看取りは難しくなります。家族や本人が自然な形の最期を迎えると望んでいる場合、生活相談員などの施設担当者へ考え方や想いを明確に伝える事が重要となります。介護士がエンゼルケア（死に化粧などを行う）の資格を持つていたり、通夜や告別式を館内で行うなど、看取りのプロといえるホームも増えています。

病気を治すことが目的の病院とは違い、ホームは最後まで家庭のように自分らしく生きる場所です。皆さんはとつて、よい家庭が見つかることを願います。



ホーム選び Q&A

Q ホーム選び
A 8

じ環境で生活ができます。サ高住や住宅型有料老人ホームでは、介護費が高額になつたり、常に見守りが必要になると、住み替えが要検討となります。

されるようです。経営母体を必ず調べ、その業界に詳しい人に聞いてみるのもよいでしょう。

Q 持病の通院には
付き添つてもらえますか?
ツチシを除くと約8箇所が一般的
です。施設の近くに収納スペースを
借りる方いらっしゃいます。

A 契約病院（協力医療機関）であれば職員がサービスで付き添うところ、有料のところ、外部サービスを利用などのケースがあります。家族の協力が無理であれば、送迎をしている施設を検討しましよう。



A photograph showing the exterior of a modern, multi-story residential building with a curved facade and balconies. The building is set against a blue sky with some clouds. To the left, there is some greenery and a sign that partially reads "静岡市の「ケアハウス ラボーレ 稲荷」(定員70名・夫婦部屋あり)。"/>

四季折々の食事が楽しみな食堂。大浴場は毎日12時から22時まで開放される(左)ほか、個浴風呂も。

の「慈愛園ケアハウス」(一般型)に入れました。(入居一時金100万円、毎月の支払い約7万5000円)。アメリカの宣教師、モード・パウラスが設立したここを前から知るH・Kさんは、とつては自然な流れで「県外から訪れる娘も、1か所で両親に会えて助かると言っています」。

い敷地で花壇づくりを楽しんでいま
す」（入居一時金50万円、毎月の支払い
9万7000円+光熱費、水道代）。

熊本県のH・Kさん（78歳）は30
歳のときに購入した一戸建てを夫の
定年時に売却、町内の公営住宅（家
賃2万円）に暮らしていました。

「夫が要介護4、私も腰痛で手術が
必要になり、5年前に申し込んでい
た特別養護老人ホームにようやく夫

八五

ケアハウスに入る場合、希望者は各施設に入居申込書を提出し、施設の職員などが要介護度や介護の必要性、収入額や資産などを総合的にみて、入居の判定を行います。特に介護型は数が限られ、入居待ちになることが多いようです。

基本利用料は、利用者の前年度の収入（年金、財産収入など）から税金、医療費、社会保険料等を差し引いた額に応じて変動します。

各地に志を持つて運営されているケアハウスがあるので、経済的理由でホームをあきらめていた方は、調べてみてはいかがでしょうか。

の村をつくられた代表者の理念に賛同して入居しました。「職員がやさしくてまじめ、雰囲気も和氣あいあいとして、自分にあっています」(入居一時金180万円 毎月の支払い約7万円)。

理念に賛同して

で面会がかなわない今、それぞれの施設でスタッフに支えられ、「メールのやりとりをしながら訪問する日を心待ちに」しています。

の有料老人ホ
ームに転居。新型コ
ロナウイルスの影響

なり、神奈川県横須賀市の日本初の透析患者

A cartoon illustration of a woman with a mustache and a pink bow in her hair, wearing a pink dress and a matching hat. She is seated in a wheelchair and holding a small potted plant. The background shows a simple landscape with small green plants.

ケアハウスと
その他の住まい

ケアハウス

(軽費老人ホームC型) とに



- 地方自治体や社会福祉法人などが運営する公的施設
 - 一般型は60歳以上が対象
 - 介護型は65歳以上
要介護1以上が対象
 - 所得に応じた料金設定
 - 一定の条件があり、入所難易度は高め。地域により差が大きい

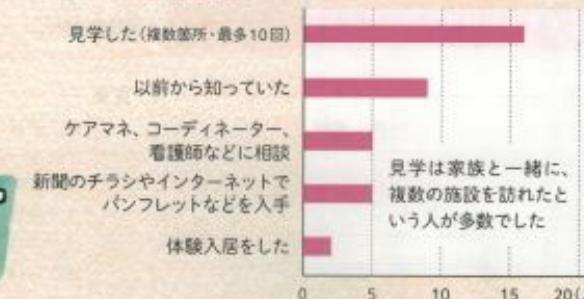
ケアハウスとは、60歳以上で、自立に不安、かつ家族などの援助が困難といった条件を満たした方が、食事や生活援助などのサービスを受けられる施設で、軽費老人ホームC型とも呼ばれます。助成があり、費用負担が比較的軽いのが特徴です。

の有料老人ホ

なり、神奈川県横須賀市の透析患者

ア、ウスニは、10歳以上

入居までの情報収集は？（複数回答）



私は子が親の介護を……と思わない、介護のプロがいる所で暮らしたい、と夫とも
心がけています。

愛媛県 山口みなみ（75歳）

いろいろな人が集まるホムですから、順応する覚悟と努力に加え、自分の考えが正しいと思いこまないことです。

岡山県 光田幸子（85歳）

他人と比較しない気持ちが大切です。

北海道 春野八重（89歳）

団体生活なので、食事や入浴の時間を守って、仲よく、心がけています。

愛媛県 山口みなみ（75歳）

次ページは見学時に役立つ「チェックリスト」です。すべてかなわなくても、「これだけは」を把握し、「気に入った点を大切に（P.28 宮崎さん）」という大らかな気持ちが必要なのではないでしょうか？

楽しく、感謝ばかりです。何十年も生きてきた最後の年、と思います。

兵庫県 秋山邦子（76歳）



いろいろな人が集まるホムですから、順応する覚悟と努力に加え、自分の考えが正しいと思いこまないことです。

岡山県 光田幸子（85歳）

他人と比較しない気持ちが大切です。

北海道 春野八重（89歳）

団体生活なので、食事や入浴の時間を守って、仲よく、心がけています。

愛媛県 山口みなみ（75歳）

入居後、暮らす幸せにコツ

多くの方が「大切」と記述していたのは、入居前は「家族との話し合い、資金を考へる、物と心を整理する」で、入居後は「入居者同士のつきあい」でした。

夫が手術後に、職場まで歩いて通勤ができる、以前から知っていたホームに入居しました。夫の職場復帰はスムーズで、安心感も得られました。

北海道 宮崎みゆき（83歳）

漠然と見学しても決められないで、チェックポイント（アクセス、プライバシー、月額、預金引き出し等）を考えました。すべて思い通りではなく、気に入った点を大切に思い、身内にも相談して決めました。

北海道 宮崎みゆき（83歳）

入居の決め手は？

夫が手術後に、職場まで歩いて通勤ができる、以前から知っていたホームに入居しました。夫の職場復帰はスムーズで、安心感も得られました。

北海道 宮崎みゆき（83歳）

夫が手術後に、職場まで歩いて通勤ができる、以前から知っていたホームに入居しました。夫の職場復帰はスムーズで、安心感も得られました。

北海道 宮崎みゆき（83歳）

満足度の上がる選び方・暮らし方

アンケートから



入居理由 年代別で

入居時70代後半では低めの「専門的な介護を受けたくて」が、90代では高くなり、下のグラフ（左）で五角形を成しているのがわかります。

また、入居が同時期だと関係性を築きやすい「開設時入居」は、普段から関心を持っていた中で「自宅の近くに建つた」「あちこらを見学する中で知った」「同系列の施設からの転居」などが理由にあがっています（アンケート全体の入居理由はP.13）。

地域包括支援センターでも検索し、複数を見学しました。病院やお店に近いという環境のよさも決め手でした。

愛知県 森静枝（101歳）

夫が手術後に、職場まで歩いて通勤ができる、以前から知っていたホームに入居しました。夫の職場復帰はスムーズで、安心感も得られました。

北海道 宮崎みゆき（83歳）

夫が手術後に、職場まで歩いて通勤ができる、以前から知っていたホームに入居しました。夫の職場復帰はスムーズで、安心感も得られました。

北海道 宮崎みゆき（83歳）

入居のきっかけ 90代は介護がきっかけになりやすいと思われる





新しいシニアの暮らしを提案する「ゆいま～る那須」(撮影…新澤一平)

私らしく、人間らしく
暮らせせる「終の住みか」を求める
長年力を尽くして、これまでお一人。
これからシニアの住まいはどう変化するのでしょうか。

超高齢期をどこで？ 生き方は

近山恵子
那須まちづくり株式会社代表
お茶の水女子大学客員教授
袖井孝子
対談

ホーム見学チェックリスト

見学時に「必ず聞きたい」項目に✓を入れ、□に見学した結果を○×で記入しましょう。

費用

入居金 円 月額 円

メモ

周辺環境

- 交通の便(自宅や訪問する家族の家からの距離、バス・駅との距離)はよいか
- 自然(公園など)、スーパーや金融機関、郵便局、コンビニが近いか
- 医療機関との距離

建物

- 静かすぎたり冷たい感じはないか
- 清掃が行き届いているか
- 共有場所の雰囲気や使用状況、掲示物など(TV観賞、飲食、教室の開催)
- 手すりやスロープが設置されているか
- 防火や耐震、災害時訓練、備蓄品はあるか

居室

- 部屋の広さ、日当たり、風とおし
- 持ち込める私物の量はどれくらいか、鉢植えやペットなどは可能か
- 持込禁止のものがあるか
- 備え付けの備品は何か(ベッド、カーテンほか)
- 貴重品の管理はどのように？

- トイレ、洗面台があるか(施設によってはミニキッチンやお風呂も)
- 緊急ボタンがあるか
- 個人の冷蔵庫を置けるか、置いた場合、職員チェックがあるか
- 居室入り口に鍵の有無。ある場合、施設がマスターキーを管理しているか
- ベランダの有無。あれば鉢植えなど置けるか

入浴

- 週何回、どの時間帯に利用できるか
- 浴室の数、設備、清潔か(機械浴の有無)
- 介助や見守りが同性スタッフか

年 月 日() 時 ~ 時

施設名 _____

施設案内者 _____ 見学同行者 _____

食事

- 館内厨房での調理か、外部委託か、メニューは選べるか、試食できるか
- 食事中の介助、治療食、特別食の配慮
- 食堂の雰囲気、着席は入居者の自由か、施設主導か(席替えなど)
- 食器は陶器か、メラミンか
- 居室で摂る場合、別費用が発生するか

入居者・スタッフ

- 入居者が明るく、生き生きとしているか(服装の乱れなどがないか?)
- スタッフはきちんとした言葉づかいで質問に答えられるか
- 人員配置の比率は
入居者 _____ : スタッフ _____ (P.13 *参照)

その他

- 日用品(ティッシュやトイレットペーパーなどの注文を施設でしているか)
- 病院の付き添いを頼めるか(費用の有無)
- 一時的な入院などの場合にも室料の月払いがあるか
- 施設の理念などが自分に合っているか
- 現在、自分でできていることについて(例えば、薬の服用は施設の医務室で管理する場合も)

- お試し入居はできるか
- 入居希望の待機者がいるか
- 新聞や雑誌の個人購読、郵便物の受け取りは可能か
- 郵便や荷物を出した場合、頼めるか
- 終身利用が可能か(未始の看取り)
- 認知症が進行したり、介護度が上がった場合、別室(棟)への移動があるか
- 館内に理美容室があるか
- リハビリはいつ、どんな形で行われるか
- 面会や訪問者の制限(親族は可、登録制など)
- _____
- _____
- _____
- _____

*他に聞きたいがあれば加えて見学予約を!
(拡大コピーしてお使いください)

自宅介護の限界に

袖井 近山さんはもう20年以上、一緒に高齢者の住まいの問題に取り組んできましたが、新型コロナウイルスのため、なかなかお会いできませんね。夫は介護付き有料老人ホームに入居していて、私は3月10日頃まではほぼ毎日通い、食事介助をしましたが、面会禁止になりました。電話でホームに様子を聞いたり、カーディを送ったりしています。先日は看護師さんの配慮で電話で話せましたが、体調は安定しているようで安心しました。

近山 お連れ合いは入居されてどれくらいになられますか？

袖井 2年半です。夫は持病の薬の副作用のためにかだんだん筋肉が弱まり、自宅で介護を続けてきたけれど、私も高齢になり、転倒すると起こすのが難しくなりました。3年前、3ヶ月以上入院しているうちに全介助に。自宅改修を考えました。古いマンションで叶いませんでした。介護保険法の改正で24時間の訪問サービスが実施されることになっています

が、住んでいる区ではそれをしている事業者が見つからず、考えた末に今のホームに。もう10歳若かったら自宅介護で頑張れたのではと残念に思います。

那須の生活はいかがですか。

近山 例年だと混雑を避けて地元民は訪れない、連休の那須湯本と白河周辺を車でまわりましたが、不気味なくらい静かでした。なじみのお店もほとんど休業かティクアウトになっていました。

私が5年前から暮らす「ゆいまーる那須」（前ページ写真）は「サ高住」（サービス付き高齢者向け住宅）で、なだらかな丘にコテージ風の戸建て71戸が5つのユニットに分かれて建っています。住人の平均年齢は75歳。共有スペースでのイベントには地域住民も参加されますし、私たちも地域の活動に参加し、住民らしくなってきています。今は自粛でお休みです。

袖井 近山さんは、「ゆいまーる」の設立に参加されていますね。

近山 自立した高齢者対象の住宅で、元気なうちに「終の住みか」として移り住んで自分らしく暮らせる場を目指します。

始めたのは80年代初め、嫁姑関係の悪化から、二世帯住宅の自宅で暮らすことが難くなっていた母のためでした。

一方で私は樋口恵子さんたちと「高齢化社会をよくする女性の会」（現在は「高齢社会をよくする女性の会」）を立ち上げたばかり。介護に次いで住まいの問題に关心を寄せていたので、ホームへの見学に出かけ始めた頃でもありました。メンバーの一人の父親が小田原の有料老人ホームに入居していましたが、その理事長の加藤泰純氏は、発足したばかりの全国有料老人ホーム協会の初代会長。当時、高齢者の悲劇がマスコミに取り上げられており、こうした不祥事を避けるために協会を設立し、一定の基準を設けて倒産の際の救済策を講ずるようになつたのです。こういう任を負う人が経営するところならと、母の入居を決めました。

バブル崩壊までは、有料老人ホームは元気高齢者がリタイアメント・ライフを楽しむ住宅型が圧倒的で、リゾートホテルや都会の豪華ホテルまがいのものが多

そでいたかご。1988年愛知県生まれ。一般社団法人コミュニティネットワーク協会会長、一般社団法人シニア社会学会会長、NPO法人高齢社会をよくする女性の会副理事長。少子高齢化社会の課題にいち早く取り組み、コミュニケーション形成に重きを置く著書『高齢者は社会的弱者なのか』『セカンドライフのための読み替えるQ&A』ほか。

どがあり、送迎の仕組みや那須町のデマンド交通（利用者の予約に応じて運行する地域の公共交通）のおかげで、運転ができなくても日常的な移動ができます。

袖井 私が有料老人ホームに直接関わ

た。介護が必要になつても安心して暮らせるようなサービスを受けられる仕組みを考えました。全国に現在13か所。「団地再生型」「過疎地再生型」「駅前再開発型」などスタイルはさまざまです。

ここは東京から新幹線で1時間半の新白河駅から、車で15分ほどの里山の中。途中ショッピングモール、クリニックなどがやまけいこ。1949年新潟県生まれ。医療検査技師を経て(株)生活科学研究所へ。'88年「シニアハウス新町」等を立ち上げる。親の介らせるケアの仕組みづくりに携わり、現在は那須のまちづくりに。著書に『どこで、誰と、どう暮らす?』(著者)、『こんにちは“ともだち家族”』など。(撮影・大橋純一)

かった。元気高齢者もやがては介護を必要とすることに気づかなかつたのでしょうか。入居金は何千万円から億というものもあり、着飾つてダンスをしたり旅行に出かけたり、高所得者ばかり。一方で入居者の間に学問や内輪もめもあつたと聞いています。私の知人の元大学教授の女性は、退職金をはたいてリゾート地の有料老人ホームに入つていじめにあり、数か月で飛び出したのに入居金がほとんど戻らなかつたそうです。

1998年、私は厚生省の有料老人ホーム等のあり方に関する検討会委員を務めました。知事あてに通知を出し、標準指導指針を提示(2002年10月1日から実施)した中で、介護保険実施後のホームのあり方や重要事項説明書を明示することの必要性も書かれています。

近山 その後、介護付き有料老人ホームでも一定の条件を満たせば、特定施設として制度が利用できるようになつたことが大きいのです。背景に介護を必



要とする高齢者が増えたこと、それに対応して特別養護老人ホームが増えない実情がありました。高額な有料老人ホームには手が届かないが、ある程度のお金のある人が入れる施設へのニーズが高まつたことがあります。

このところ介護付き有料老人ホームがすごい勢いで増えているのは需要があるからですが、過当競争で入居金ゼロや毎月の経費を低く抑えるところもあります。

人材不足も深刻で、入居者への虐待も増加。介護職に適さない人まで雇わざるを得ない結果でもあるのですね。異業種からの進出も多く、専門知識もなく経営基盤のしっかりしていないところも少なくない。倒産し、入居者が突然退去を迫られたケースが報じられています。

民間初の

デイサービスセンター

—新しい集住のモデルを

近山 私は臨床検査技師という高齢者住宅とは縁もゆかりもない仕事をしていましたが、袖井さんと同じく、母のことが

各ユニットの住民が集う「ゆいま～る食堂」(写真提供…株式会社コミュニケーションネットP.31も)



きっかけで、シニアハウス設立にかかわるようになりました。

母は80年ごろ脳梗塞の後遺症で左半身麻痺で歩行困難になり、日常的に介護支援が必要となりました。病院からは自宅での暮らしは難しく、特別養護老人ホームが適切と助言を受け、何か所か見学しましたが、食事や清潔を保つことができても、母が自分らしい暮らしをするにはほど遠い場所だと思ったのです。

有料老人ホームは高齢でわが家にはとても無理。それで家をバリアフリーに改裝し、昼間、母はベッドで過ごし、私の帰宅後や休みの時に母の生活を優先する暮らしを選択しました。母の「もう一度歩きたい！」をかなえるため通院リハビリにはほぼ毎日通わせたい、でも介護保険が始まる前で、介護可能な人材が見つけられなかったのです。車を持つ友人2名が、リハビリ送迎、通院、外食などに付き添ってくれましたが、長くは続けられず、同じ境遇の人たちの自殺の記事が目に飛び込むようになって、課題を解決する方法を探し始めたのです。



持ち寄った本も並ぶゆいま～る那須の図書室
(写真提供…taylorini by LiFULL介護P.37も)

ユーティを生み出しやすくします。社会的な役割を担い、助け合い、シェアすることで入居費用などを手ごろな価格にすることができます。

家族介護を期待され、それがなければ今でも成立しにくい、公の仕組みの課題を解決した在宅介護の原型ができた。そして人が複数で暮らすと必ず仕事が生まれます。介護はもちろん掃除、食事、移動支援、ちょっとした困りごとなど、高齢者、障がい者が携わりやすい仕事です。袖井 ビジネス先行でなく、本当のニーズを考えるところに新しい人たちが生まれたんですね。

母の入居したホームも理事長の加藤さんが、母親を引き取つて面倒を見るついでに、何人かの高齢者の世話をするようになったのが始まりです。昭和29年、箱根の山の一部を安い値段で譲つてもらい、電気を引き、井戸を掘つたそうです。創設時はまったく普通の民家。妻も一緒に働き、入居者が子どもたちの面倒を見る、今で言う「多世代交流のシェアハウス」でした。後に敷地内に特養をつくる。母

ものちに要介護になりましたが、幸運なことにそこに移ることができました。

夫の場合は、入院先から紹介された仲

介業者と一緒に介護付き有料老人ホームを見学しましたが、親切にいろいろ注意事項を教えてくれました。ネットでも情報を集め、私が通えるところを第一条件に決めました。今のホームは、職員も親しく、ケアに不安があります。

昨年末、92歳の夫を亡くした友人の場合は、息子の家に近い、費用の折り合いがつく介護付き有料老人ホームに夫を入れさせたそうです。そうしたら早晨に起され、一日中車いすに座らせたまま。どうとうお尻に褥瘡ができ、それもコーヒーカップが入るくらい大きい。施設では対処できないといわれ、入院して治療するうちに衰弱して亡くなつた。毎日ホームに行つても、夫はあまり自分のことを話さないので、一日中車いすのままと知ったのは随分たつてからだそうです。

近山 今でもそんなことがあるのですね。



居心地よく整えられた近山さんの居室(左)と、友人の部屋のキッチン(右)

の人事交流も進んでいます。
近山 そして個人はどう暮らしたいかを明確にする機会を持つこと。私たちはあまりその習慣がなく、社会や家族などが望む暮らしに合わせてしまふ。施設に住み替えると、自分を施設に合わせてしまうことはあります。右ページのコメントのように、生活設計を何度も書いたり話し合つてみることが大事です。

情報を積極的に集められない方は、情報は人についているので、周間に自分の必要なことを知らせておく、情報のある場に入り入りしたり、自宅を人が集まる場にして教えてもらう。声をあげれば親切な人は必ずいます。社協などの活用もよいですが、1か所ですべて整うことはなく、住民同士で解決することも大切です。

袖井 高齢者も自立する必要です。自立には、身体的、精神的、経済的の3つの面がありますが、精神的自立が最も重要だと思います。自立と孤立はイコールではなく、血縁を超えた人とのつながりが欠かせない。夫の入居している施設の懇談会で、90歳過ぎの入居男性が

シニアの暮らし 社会を元気に

近山 安心で安全な住まいは生活の基本であり福祉の基本。しかし住まいと住まつたのは、つい最近です。移動手段も生活の基本だと思うのですが、まだですね。

袖井 かねてより私は、「住まいは福祉の基盤」サービスをつぎ込んで、住まいがちゃんとしていないとサルで水を汲むようなもの」と、ソフトの面=サービス提供ばかりを強調する厚労省に対し、ハードである住まいの重要性を強調していました。時間はかかりましたが、国交省と厚労省が協力して、サービス付き高齢者住宅ができ、地域包括ケアシステム

に医療・介護・看護・福祉などの基盤として、住まいと住まい方が明記されるようになつたのは大変喜ばしいことです。
サ高住は狭いとか、サービス付きと言ながら無資格の管理人がいる程度など不満はありますが、役所の壁を超えて協力体制ができたのは歓迎したい。役所間

よい住まいを得るために
自分の決断を納得し、
受け入れて暮らせるように。

1これまでの暮らしと

これから希望する暮らしを考える、書く(時々修正)

2「人生100年時代」の生活設計
他の時期を仮に決めないと書けません。

33案ほどプランをつくりて検討、選ぶ

4実現するための行動を考える
資金、必要経費を計算して検討
家族の役割を再確認
誰に暮らすか暮らせるのかを確認。

健康維持
慢性疾患の治療や高齢期の病気を知り、生活を見直し生活にリズムを。

趣味、学びをもつ
地域を知る

高齢期に必要な社会資源(看護師、サークルなど)が近くにあるか。使いやすいか。

社会的役割
ボランティアなど、地域を変える一助に。
助け合いと仲間づくり

家族関係の見直し、永世代、近隣で、
受容
自分を他者を知る、人格を磨く。



「寂しいから職員に時々手を握つてほしい」と訴えていた。セクハラまがいとも受け取られそうですが、気持ちはとてもよくわかります。助け合える関係をコミュニティ(地域社会でも施設でも)の中につくることが必要なのですね。

近山 最期は誰もが一人になることを想像し、その状態で尊厳のある自由な暮らしができるよう生活を整える。したいことを一緒にできる人・場所を探す+つくるを地域の多世代の方と取り組む。助け合いのある集住と歩いて暮らせるコミュニティのある暮らしの中で、面白おかしく自分を表現できる文化的な活動ができるといなあと思います。看護師だった母からおそわつた一番のことは、自ら行動できなくなつた時に、やりたいことや話したいことを一緒にやり、共感できる人がそばにいることの大切さです。

そしてこれまでの経験や知恵、お金も含めて次世代に手渡し、少子高齢化社会の新しい暮らし方を形成するために、高齢者住宅が新しい拠点の一つとなつていいと思っています。