

そこが知りたい!

くらしの金融知識

介護施設の選び方

少子高齢化が進む中、親もしくは自分自身が入る介護施設の検討をしなくてはならない方も多いのではないでしょうか。今回はさまざまな介護施設の種類と特徴などについて学びながら、老後の準備について考えてみましょう。

4人に1人が65歳以上

高齢社会の進展とともに、介護が必要な高齢者の数は年々増加しています。平成25年「敬老の日」の人口推計では、65歳以上の高齢者は3186万人と総人口の4人に1人を占め、このうち80歳以上は930万人となっています。高齢者の割合は、20年後にはほぼ3人に1人になると言われている中、介護の問題は決して他人事ではないことをまず認識する必要があります。

介護に関する相談は、「自分の老後の住まい」と「老親のための介護施設」に大別できます。「自

分の老後の住まい探し」の相談者は50歳代から90歳代までと幅広く、内容も十人十色ですが、「老親のための介護施設」については、突然始まった介護にパニックになって駆け込んでくる相談者が多くみられます。

「自分だけは大丈夫」とか「自分の親はいつまでも元気」とつい思いたくなるものですが、いざというときに慌てないためにも、介護施設にはどんな種類があつて、それぞれどんな特徴があるのかを頭に入れておきたいものです。

介護施設の種類と特徴

介護施設とひとことで言っても、

特別養護老人ホームやケアハウス、

グループホーム、といった公的な施設や、主に民間が運営する有料老人ホーム、最近増えてきたサービス付き高齢者向け住宅など、さまざまな種類があります。介護保険の対象となるかどうかや、受けられる介護のレベル、サービスを受けるためのかかる費用、入居後の自由度など、それぞれに違いがあります。

公的な介護施設

介護保険施設

親が倒れて要介護認定を受けたときなどにまず候補としてあがってくるのが、「介護保険施設」と

呼ばれる以下の3施設でしょう。

1 特別養護老人ホーム

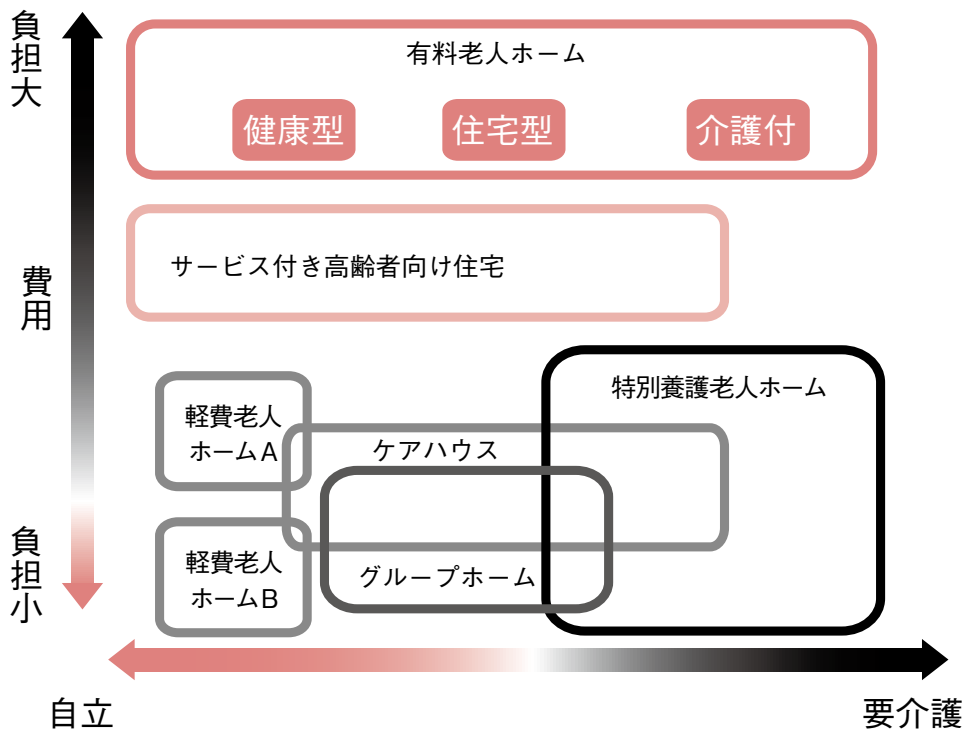
要介護高齢者のための生活施設で、比較的安価に入居できますが、全国的に満床状態が続いています。入所は申し込み順ではなく、要介護度の高さや介護者の状況（同居家族の有無など）、住宅の環境といった介護の困難度・緊急度によって決まります。現在は要介護1〜5までの利用者が暮らしていますが、平成23年度の平均要介護度は3・89で、要介護4と5の人が67・8%を占めています。なお、将来的には要介護3以上の利用者に限定される方針となっています。費用は、居住費、食費、介護保険の自己負担分で、月額8万円（

【監修・執筆】

中村 寿美子 (なかむら すみこ)

高齢期の住まい相談を行う介護情報館館長。平成22年度内閣府規制・制度改革ライブ（医療と介護）分科会ワーキングメンバー、平成23年度高齢者住まいの契約に関する研究会委員をはじめ、行政、民間企業向けセミナー講師多数。著書に『こんな介護で幸せですか?』『死ぬまで安心な有料老人ホームの選び方』『後悔しない有料老人ホームの選び方がわかる本』。

■図表1：高齢者住宅・施設の種類



15万円（要介護度および所得によつて異なります）。個室化が進んでいます。4人室などもあります。

2 老人保健施設

要介護高齢者が在宅復帰を目指すためのリハビリが主な役割となつている施設で、医師が常駐し

ています。原則3カ月の利用で、費用は利用料、居住費、食費、介護保険の自己負担分で、月額5万円〜25万円です（要介護度および所得によつて異なります）。

3 介護療養型医療施設

病気から回復に向かい、安定しているものの、もうしばらくは療

養が必要な方が対象の、医療や看護の体制が整った医療施設（病院や診療所）です。

軽費老人ホーム

この3つの介護保険施設のほか、要介護度がそれほど高くない人を対象に、主として地方公共団体や社会福祉法人等が設置・運営を行う「軽費老人ホーム」があります。昭和の時代からのA型・B型と、平成になつて創設されたC型（ケアハウス）があり、60歳以上（夫婦の場合はどちらかが60歳以上）で、家庭や住宅の事情などから自宅で生活するのが困難な人が比較的 low な料金で利用できます。

3食が食堂で提供され、入浴のほか日常生活のサービスが受けられるA型は、生活費と事務費で月額6万円〜17万円の利用料。一方、居室に台所の設備があり自炊が原則で日常生活のサービスが必要最低限のB型の利用料は月額5000円〜5万円です（いずれも所得に応じて変動）。A型・B型ともに自立した生活を送ることができる人が入居の条件となつており、入居後に要介護度が進むと特別養護老人ホームなどに住み替えなくてはなりません。

C型（ケアハウス）はA型と同様、食事の提供や日常生活に必要なサービスが受けられます。自立生活をしながらも介護が必要になつた場合に訪問介護などの在宅介護サービスを利用する自立型と、施設が提供する介護サービスを利用できる介護型ケアハウスがあります。

なお、平成20年6月から、従来のA型、B型およびケアハウスの3つの類型が、介護型ケアハウスとしての基準に統一され、介護が必要になつた場合でも介護保険サービスを利用できるケアハウスへの移行が進められており、A型、B型は、建替えを行うまでの「経過的軽費老人ホーム」とされました。

グループホーム

認知症の高齢者が共同生活を営む地域密着型の施設が「グループホーム」です。主として社会福祉法人や地方自治体、NPOなどによつて運営されています。申し込みは要支援2から。寝たきりや医療依存度が高くなると介護施設に住み替えることとなりますが、中には最後の看取りまで行うホームもあります。

費用は、家賃、食費、介護保険

の自己負担分で、月額約10〜15万円が必要です。

民間の介護施設

要介護度や所得条件などで公的な施設への入居基準に該当していない方や、該当はしていても待機が長引きそうな方、また設備や環境、サービスの内容など自分の希望に合った住まいを求める方に向けては、有料老人ホームや、平成23年に「高齢者の居住の安定確保に関する法律」の改正によって創設された「サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）」をはじめ、シルバーハウジングや分譲型シニアマンションなど、さまざまな高齢者向け住宅があります。

ここでは、有料老人ホームとサ高住を中心に見ていきましょう。

有料老人ホーム

有料老人ホームとは、食事の提供、介護の提供、洗濯・掃除などの家事、健康相談や緊急時の対応といった健康管理をはじめ、買い物代行や外出の支援など日常生活を送る上で必要なサービスが付いた高齢者のための住まいです。有料老人ホームというと、比較的元

気な方々が住むイメージを持つ方も多いかもしれませんが、最近はや介護になってから入居する介護型ホームも増えてきました。介護などのサービスの受け方によって、大きく「介護付有料老人ホーム」「住宅型有料老人ホーム」「健康型有料老人ホーム」の3種類に分かれます。

1 介護付有料老人ホーム

介護などのサービスが付いたホームです。介護が必要となったとき、ホームの職員が提供する介護サービスを利用しながら居室で生活を継続する「一般型特定施設」ホームと、有料老人ホームの職員が安否確認や計画作成などを実施し、介護サービスは委託先の介護サービス事業所が提供する「外部サービス利用型特定施設」のホームがあります。

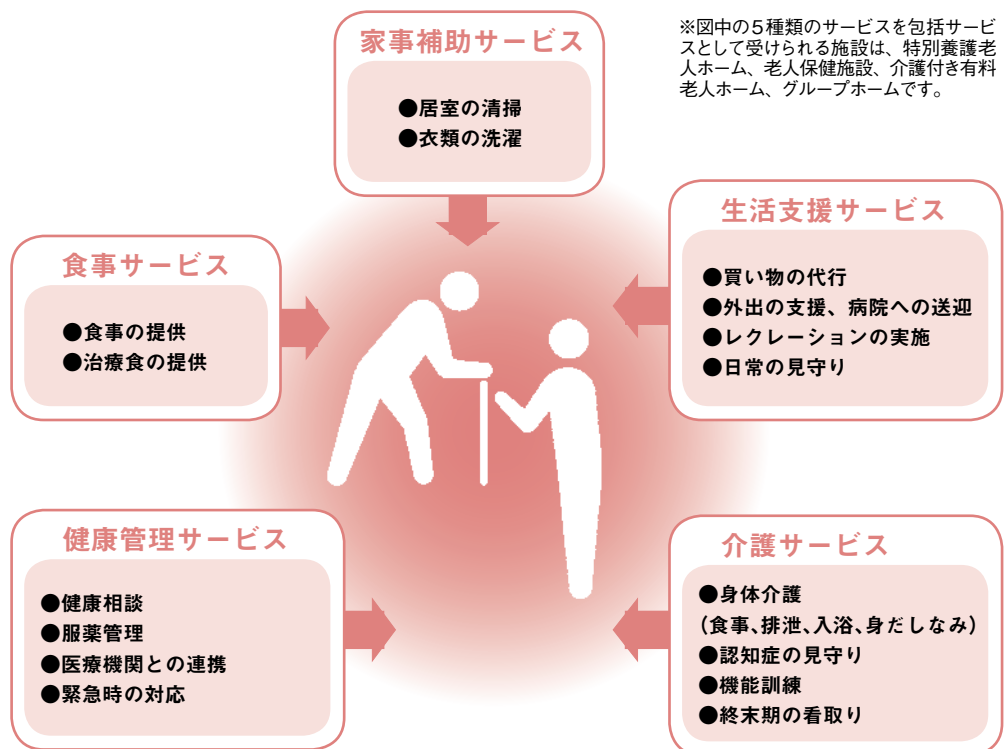
2 住宅型有料老人ホーム

生活支援などのサービスが付いたホームです。介護が必要となった場合、入居者の選択により、訪問介護などの介護サービスを利用しながらホームの居室での生活を継続することができます。

3 健康型有料老人ホーム

食事などのサービスが付いた

■図表2：高齢者向けのサービス



※図中の5種類のサービスを包括サービスとして受けられる施設は、特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護付き有料老人ホーム、グループホームです。

ホームです。介護の必要のない自立して生活できる方が入ります。軽度な介護には対応できる場合もありますが、基本的には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りません。

有料老人ホームにおいて必要な費用は、家賃相当額、管理費、食費、介護保険の自己負担分で、月額15万円〜70万円と大きな開きがあります。介護付有料老人ホームで、職員数を増やしてきめ細かい

■図表3：「サービス付き高齢者向け住宅」と「介護付有料老人ホーム」の違い

「サービス付き高齢者向け住宅」	「介護付有料老人ホーム」
プライバシー重視	共同生活重視
自立的、自律的な暮らし	協調的な暮らし
自由ではあるが自己責任	管理的ではあるが安心
地域資源を活用しながら暮らす	施設の中で生活が完結しがち
主として建物賃貸借契約	主として利用権契約
介護費用は受けるサービスで異なる	介護費用は定額（介護度による）
介護スタッフは外部から訪問	介護スタッフは常駐
原則 25㎡以上（共有部分が十分にあれば 18㎡以上）	原則 13㎡（トイレを除く）
一般的に月払い方式であるため、居住期間と費用負担の関係性が分かりやすい	一般的に前払い方式のため、入居契約の際に費用の根拠や退去時の返還額について十分な理解が必要

（出典／東京都福祉保健局・編「あんしん なっとく 高齢者向け住宅の選び方」（平成25年8月）をもとに作成）

サービスを提供することで、介護保険の1割負担のほかに上乗せサービス費用を設定しているところもあります。また家賃相当額は、

専有面積の広さや入居時の年齢、居室の権利形態、介護の必要度によっても異なります。入居時に高額な一時金が必要と

なる場合もあります。有料老人ホームの入居一時金は、住まいと生活サービスや介護サービスを利用する権利（利用権）を得るための費用であり、これに対する「初期償却費」と「償却年数」がホームごとに決まっています。「初期償却費」とは、入居した時点で償却され返金されない部分で、一般的には入居一時金の15%～30%ですが、中には50%を超えるホームもあり、それがトラブルの元になることも多いようです。

サービス付き高齢者向け住宅

平成23年10月から登録が始まった60歳からの賃貸住宅が「サービス付き高齢者向け住宅」です。高齢者にふさわしいバリアフリー構造で一定の面積（原則25㎡以上、ただし、居間、食堂、台所ほかの住宅の部分が高齢者が共同して利用するため十分な面積を有する場合は18㎡以上）と設備を備え、生活相談と安否確認の提供が必須の付帯サービスとなっています。介護サービスは外部の介護保険事業者のサービスから入居者が必要なサービスを選んで利用します。

費用は、家賃、サービス費、敷金などで、地域や物件によって月

額2万円～30万円と大きな開きがあります。ほとんどが入居一時金の必要のない賃貸借方式ですが、利用権方式で家賃が前払い方式の住宅もあります。

最近では「老人ホーム」でなくサ高住を探していますという相談者が増えています。しかしサ高住のほとんどは介護型であり、居室面積18㎡、居室内の設備はトイレと洗面台だけといった物件も多い中で、介護サービスなどは自宅での利用方法と同じため、食事サービスも2食しか提供されなかったり、日曜日は休みというケースもあり、サービスにバラつきがあります。さらに身体状況によっては、介護施設に住み替えが必要になる場合もあります。「実際住んでみたけれど、これでは自宅で暮らした方が良いわ！」と自宅に逆戻りするようになることにならないように、十分な下調べが必要不可欠です。

介護は突然にやってくる

老い支度の必要性

平均寿命が延びて、若々しい高齢者が増え、本人には老いの自覚がない高齢者も多くいます

介護保険とサービス

高齢期の暮らしを考えるにあたっては、介護保険の知識が欠かせません。平成12年4月にスタートした介護保険制度の特徴は高齢者の自立を支援することを理念に、自分が利用したい介護や生活支援、施設でのサービスを利用者自身が選ぶことができることです。サービスを利用するためには、まず市区町村の窓口で要介護認定を受ける必要があり

ます。要介護度別に利用限度額が決まっており、その範囲内であれば、利用料の1割を負担することで希望するサービスを受けられます(限度を超える分のサービスは全額自己負担となります)。受けたサービスや施設で提供されるサービスが介護保険の対象になっているかどうかや、サービスの費用、月々の費用負担の目安を理解しておくことが大切です。

が、肉体は確実に老いに向かっています。まだまだ大丈夫と後回しにするのではなく、特に一人暮らしや夫婦二人暮らしの場合は、心身ともにしっかりとしているうちに、老後の住まいについて情報を集め準備する必要があるでしょう。

資金計画も大切です。介護保険を申請すれば、その日からサービスは利用できますが、要介護認定が出るまでは立替え払いになります。生活費のほかに介護費を別枠で貯金しておくといでしょう。今は元気でも、後期高齢者になると、眼科や歯科などの医療費も必要になります。不測の事態も考慮し、予算を立てて医療費と介護費を確保しておくとい安心できるでしょう。

お金に関する選択肢としては、最近では銀行が自宅を担保にして有料老人ホームの費用を前借できる制度が充実してきています。

自宅で介護サービスを受けるつもりなら、早めにリフォーム工事が必要です。車いすでも生活できるように、玄関や室内の段差をなくし、水回りも広くしておくことです。費用については工事内容を十分検討し、必要な見積もりをし

ておきましょう。
どこに相談に行けばよいか

平成18年4月に地域包括支援センターが創設され、要支援1・2となった人には介護計画を立ててくれるほか、高齢者全般の生活相談、介護相談も受け付けています。
介護施設は「終の棲家」なのです

少子高齢化が進み、一人っ子や高齢者が増えていくと、近くで親を介護できる子どもがいなかったり、老老介護を余議なくされるケースが増えていきます。

「子どもが親を看る」時代から、自分の死に際のこととは自分で責任を持って準備しておく時代になっているのです。

65歳になると「介護保険証」が届きます。これまで紹介したように、どのような施設を選ぶかによって、かかる費用はさまざまです。「自分はこういう老後を過ごしたいのか」「どこで誰に介護をしてもらいたいのか」などを真剣に考えて、しっかり準備しておきましょう。その準備があるかないかが、あなたの老後の幸せを大きく左右するのです。

介護施設選びにあたってのポイント

- 自分の希望と優先順位を整理しておこう
- 事前見学は入念に。漏れがないよう、チェックリストを持っていこう
- 体験入居できる場合は利用しよう。利用者やその家族の声も聞いておこう
- 施設の外観や設備、ロケーション、パンフレットだけに惑わされない。職員の配置状況や資格、施設の雰囲気などにも目配りを
- 入居後に要介護度が進んだ場合や、介護や医療支援サービスが受けられるかどうかをきちんと確認しておこう
- 費用については、入居一時金、月々の費用のほか、契約の終了時や解約時についても億劫がらずに確認すること
- 資金計画は余裕を見て