

高齢者向け住まいの 選び方ガイド

令和5年
改訂版



ご本人も
ご家族も

希望にあった住まいを
見つけましょう

このガイドをご覧になっている方は、今どんなご状況でしょうか？
ご自身の「終の棲家」を探している方、ご家族の退院先を探している方、
ご家族が自宅に住み続けることが難しくなってしまった方など、
さまざまな状況にあることでしょう。

このガイドでは、高齢者向け住まいの「探し方」、
「選び方のポイント」、「種類と仕組み」をご紹介します。

高齢者住まい事業者団体連合会

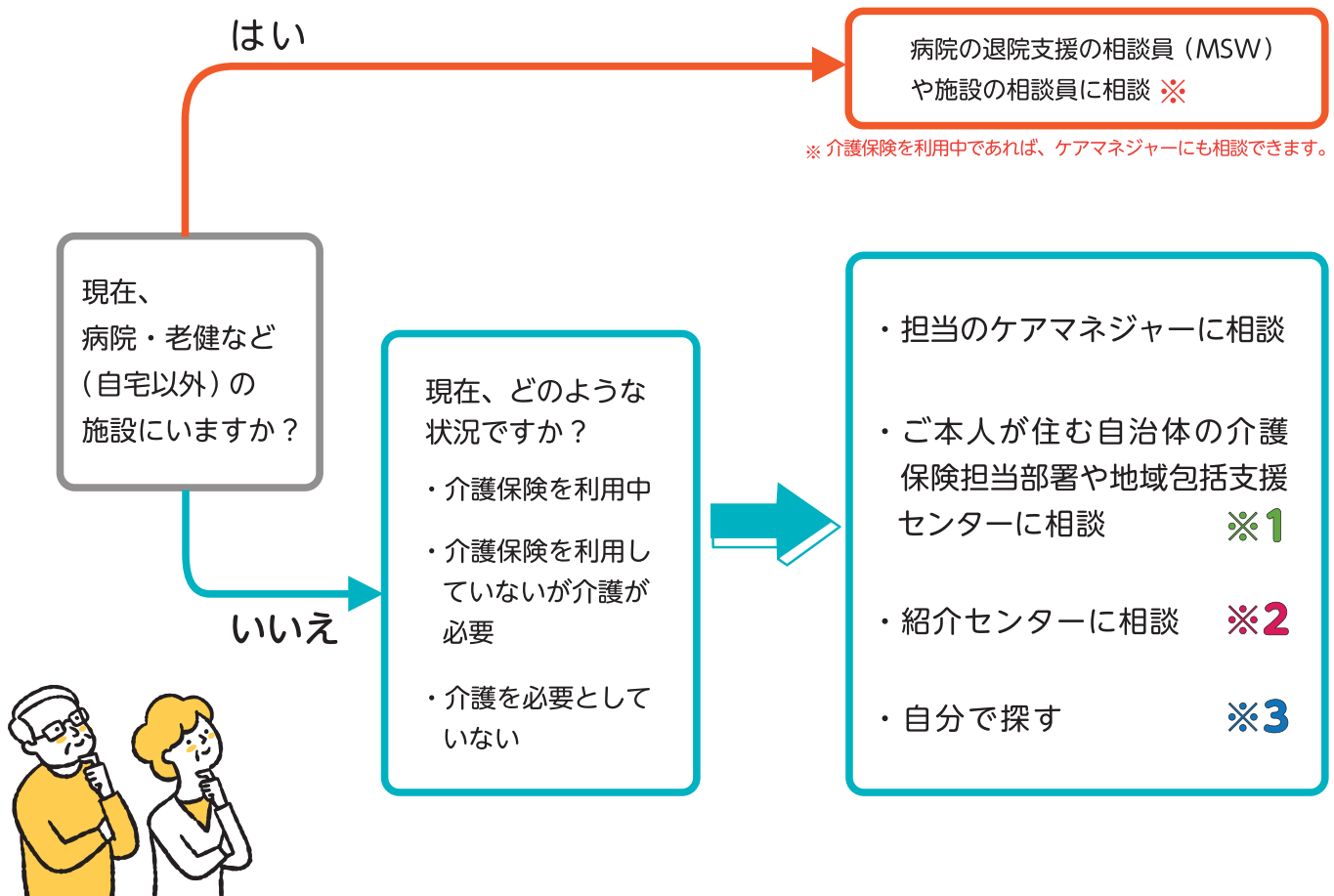
高齢者向け住まいの 探し方



住まいを見つけるにあたって、どうやって探したらいいか？
誰に相談すればいいか？など分からない方もいらっしゃるでしょう。
ここでは、高齢者向け住まいの情報の探し方をご紹介します。

ご本人の状況から探す

まずは、どんな相談先があるか確認しましょう。相談先では、おすすめの住まいを紹介してくれる場合や、紹介センター（右ページ）を案内してくれることもあります。相談先に現在のご本人の状況を説明する必要があります。



※1「地域包括支援センター」に相談する

地域で暮らす高齢者の暮らしを支えるために、各市町村に設けられた総合相談窓口。介護や健康に関する様々な相談や、地域の関係機関とのネットワークづくりを行っています。保健福祉の専門職が配置されており、介護保険の利用も相談可能。連絡先は役所の窓口や、自治体のホームページで確認できます。

※2 高齢者向け住まいの『紹介センター』に相談する

たくさん的高齢者向け住まいがある都市部を中心に、“老人ホームの紹介センター”などと呼ばれるサービスがあります。高齢者向け住まいを探している方に、電話、対面、インターネットなどを通じて、住まいを紹介してくれます。資料請求をする際、ご覧のホームページが、住まいの運営事業者か紹介センターのどちらなのかを確認した上で、資料請求しましょう。



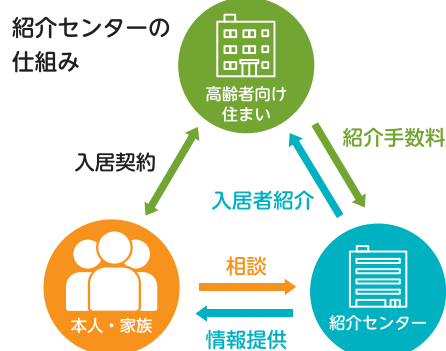
個人情報の預かり先が事業者か紹介センターなのか確認してから資料請求を

仕組み

● 提携先の住まいを紹介

紹介センターへの相談・資料請求は基本的に無料です。一方、紹介センターは入居が決定した後、その高齢者向け住まいから「紹介手数料」を受け取ります。そのため、基本的に提携先の住まいを紹介されます。地域にどのような高齢者向け住まいがあるかホームページなどで確認するとともに、紹介された住まいを実際に確かめて、ご本人に合った住まいを選びましょう。

※一部未提携の介護施設を紹介している紹介センターもあります。



メリット

- 居住エリアや予算などで条件を絞り込んでから、施設を比較検討できる
- ほとんどの紹介センターが無料で利用できる
- 高齢者向け住まいの資料の見方や選び方について相談できる

紹介事業者届出公表制度とは？

本制度は、入居検討者やその家族、ケアマネジャーや医療機関にとって、高齢者向け住まいの相談先の参考となるよう、高齢者向け住まい紹介事業を行う事業者（紹介事業者）の一覧を公表しています。公表されている事業者は利用者にとってのベストマッチを目指すことに同意している事業者です。該当の事業者は下記の高住連ホームページもしくは右のQRコードから検索いただけます。

届出紹介事業者検索 | 高齢者住まい事業者団体連合会(高住連) <https://koujuren.jp/>



※3 自分で探す (インターネットでの検索が便利です。)



● 個別に各施設のホームページを検索

● 介護サービス情報公開システム [介護 情報公表 ▼](https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/)
<https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/>

● サービス付き高齢者向け住宅情報提供システム [サ高住 情報提供 ▼](https://www.satsuki-jutaku.jp/search/index.php)
<https://www.satsuki-jutaku.jp/search/index.php>

● (公社)全国有料老人ホーム協会 ※ [有老協 ▼](https://user.yurokyo.or.jp/)
<https://user.yurokyo.or.jp/>

※ (公社)全国有料老人ホーム協会では、入居のこと、ホームでの暮らしにまつわる事などのご相談を電話・面談で受け付けます。
 月～金曜日10時～17時(祝日・年末年始を除く)
 TEL: 03-3548-1077



高齢者向け住まいの 種類と仕組み



高齢者向け住まいには、さまざまな種類がありますが、
ここでは有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅を中心にをご紹介します。
住まいを探すにあたって、おおまかな種類や制度を把握しましょう。

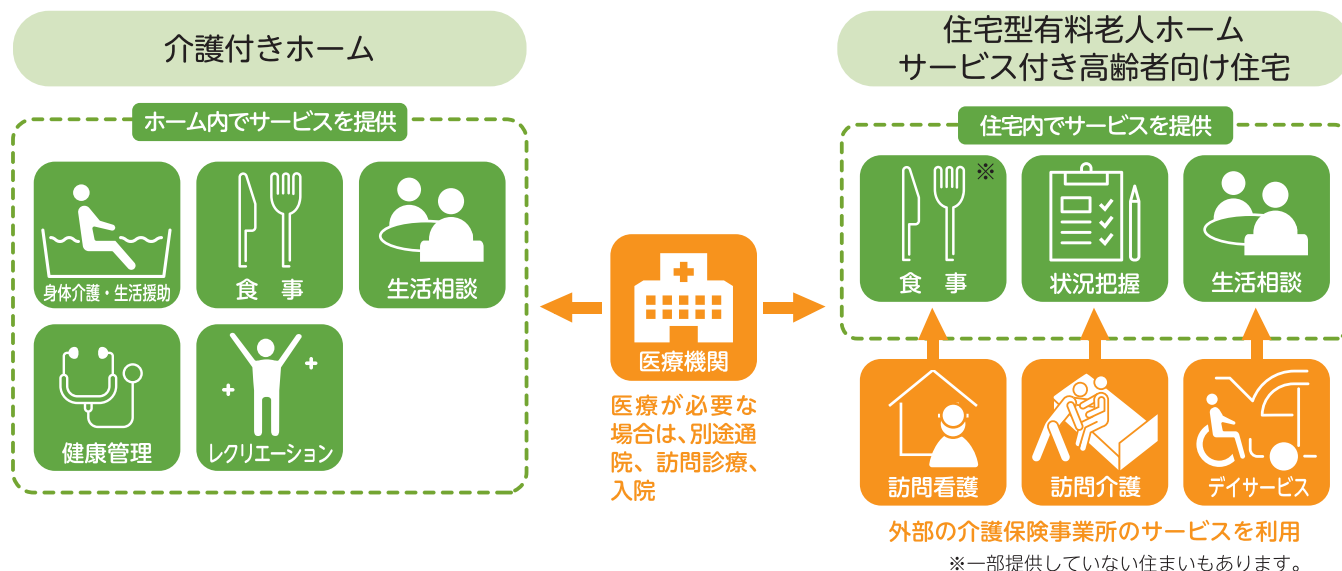
1. 高齢者向け住まいのおおまかな種類

高齢者向け住まいの種類によって、介護サービスの受け方や、主な対象者、予算などが異なります。
どんな施設があるのか、まずは特徴を確認しましょう。下表は、一般的な内容です。

名 称	特 徴	主な対象者	注意点
介護付きホーム (介護付有料老人ホーム)	介護保険事業所として指定を受け、スタッフによる包括的な介護サービスが提供される住まい	要支援～要介護 (自立の方が入居できるホームもある)	入居時に前払金を支払うケースもある
介護サービスは別契約	住宅型 有料老人ホーム	自立～要介護	事業者によって入居基準やサービスに開きがある
	サービス付き 高齢者向け住宅 (サ高住)	自立～要介護	事業者によって入居基準やサービスに開きがある
認知症対応型 グループホーム	認知症の方専用。少人数で共同生活を送りながら、介護サービスが受けられる	要支援 2 以上の 認知症の方	医師・看護師の配置は必須となっていない
ケアハウス (軽費老人ホーム)	低廉な料金で、食事等のサービスを提供。 介護サービスを受けられる住まいもある	自立～要介護	事業者によってサービスの内容が異なり、低廉なため入居待機者も多い
特別養護老人ホーム (特 養)	常時介護が必要で、在宅介護が困難な高齢者に、包括的な介護サービスが提供される施設	原則要介護 3 以上	入居待機者が多く、地域によってはすぐの入居が難しい

2. 介護サービスの仕組み

介護付きホームは、ホームのスタッフによる包括的な介護保険サービスが受けられ、費用負担は介護度ごとに定額です。住宅型有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅は、介護が必要な場合、地域の介護事業者から自分にあった介護事業者を選び、別途契約します。その際の費用は利用内容や頻度などに応じて変わります。



豆 知 識

サービス付き高齢者向け住宅の「サービス」とは？

サービス付き高齢者向け住宅で提供される必須サービスは「状況把握」と「生活相談」です。介護サービスを受ける際には自身で選んだ介護保険事業者と契約するほか、その他のサービス（食事、各種生活支援など）の提供内容は住まいによってさまざまなので、入居前に確認しましょう。

パンフレットでわからないことは 実際に見学して確かめましょう

これまでご紹介したように、住まいの種類ごとにサービスや提供方法に一定の決まりがありますが、実際はその内容に幅があります。パンフレットだけではわからないことが多いため、見学に行き、事業者の方に質問してみましょう。



高齢者向け住まいの 検討ポイント



高齢者向け住まいは「予算」と「立地」で選びがちですが、入居してから「こんなはずではなかった」とならないよう、「サービス」もしっかり確認しましょう。予算を決めて、希望に沿った「立地」「サービス」の住まいを選んでください。

1. 予算 ～毎月かかる費用を知っておきましょう～

高齢者向け住まいでの生活には、家賃や管理費などのほかに、食費、介護保険自己負担額、さらに医療費や日用品の費用などが掛かります。広告・パンフレットの価格に何が含まれ、それ以外にどのような費用がかかるのか、十分確認しましょう。

広告やパンフレットに記載されている主な費用

- 家賃
- 管理費 / 共益費・基本サービス費
- 食費

※サービス付き高齢者向け住宅の月額利用料の価格表示では、食費が含まれていないこともあります。

その他、日常生活にかかる費用

- 水光熱費
- 介護保険自己負担額
- 医療費
- おむつ代、その他の日常生活費
- 個別サービス費（アクティビティ費、外出同行等）
- その他の嗜好品（新聞、おやつなどのお小遣い）



豆知識

入居一時金（前払金）とは？

月額費用を抑えるために入居時に支払う家賃等のお金です。

どのような根拠で決定されたお金か、また早期解約に伴う返金ルールは、契約前に十分確認しましょう。一方、入居一時金を払わない有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅では、一般的な賃貸住宅と同様、入居時に敷金を求められることがあります。

サービス付き高齢者向け住宅の費用例



85歳（女性）
要介護2

<月額利用料※>

家賃	54,738 円
共益費・基本サービス費	35,898 円
食費	44,128 円

合計 134,764 円

<個人別>

水光熱費	1,820 円
介護保険自己負担分（要介護2）	16,325 円
医療費・薬代	5,000 円
おむつ代	5,000 円
通院付き添い	5,000 円
雑費	10,000 円

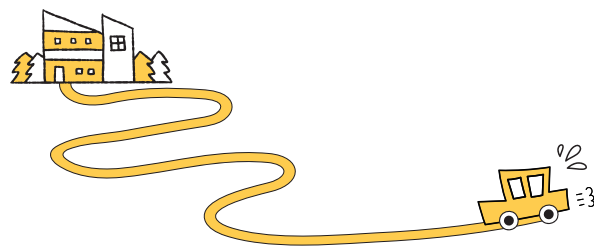
合計 43,145 円

総計 177,909 円

※金額はイメージです。実際にかかる費用は各住まいの事業者にご確認ください。

2. 立地 ～暮らしやすさ、ご家族の訪問しやすさも考えて～

一般的には、ご本人が住み慣れた地域、ご家族が気軽に訪問できるところで選ぶのがよいでしょう。予算の都合で離れた地域の住まいが候補に挙がる可能性もありますが、ご本人らしい暮らしのために慎重に検討しましょう。

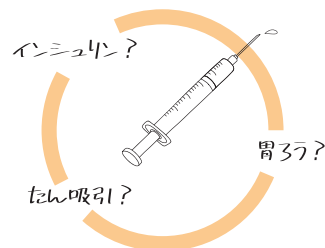


3. サービス ～希望するサービスを受けられるか？～

高齢者向け住まいのサービスは多様です。おおまかに、①入居の条件を満たしているか？、②望む暮らしが実現できるか？、③いつまで暮らせるか？の3段階に分けて確認するといいいでしょう。

① 入居の条件を満たしているか？

まずは、ご本人の心身の状況から、入居できる住まいを探しましょう。医療的なケアが必要な場合には、看護職員の配置状況などによって、対応できる住まいが限られます。また、認知症の症状によって、必要なサービスが提供されているかどうかを確認することも必要です。



② 望む暮らしが実現できるか？

食事やレクリエーションなど、充実した暮らしができるかどうかをさまざまな視点からチェックしましょう。リハビリをがんばりたい、人と一緒に賑やかに暮らしたいなど、ご本人が望む生活スタイルかどうかも重要なポイントです。

暮らしのチェックポイント

- | | |
|--|---|
| ☒ 食事の質はどうか？ | ☒ 趣味は続けられるか？ |
| ☒ 健康への配慮はあるか？ | ☒ 賑やか、静かなど希望する雰囲気に合っているか？ |
| ☒ リハビリが充実しているか？ | ☒ 外出は自由か？ |
| ☒ 毎日の楽しみ（アクティビティなど）はあるか？ | ☒ 家族はいつでも訪問できるか？ |



③ いつまで暮らせるか？

看取りに取り組む高齢者向け住まいが増えつつありますが、まだすべての住まいで“最期まで”暮らすことができるわけではありません。心身の状況の変化に伴い、暮らし続けることが難しくなるケースもあります。どのような状態になったら暮らし続けることが難しくなるのかを確認しましょう。見学の際は、看取りの対応状況や実績も聞いてみてください。

ご本人にとってふさわしい住まいが見つかりますように。



知っておこう、自分のこと、大切な人のこと

相談がスムーズになる

状況確認シート

作成日 年 月 日

ふりがな		男・女	生年月日	年 月 日 (歳)
ご本人のお名前				
住 所	〒	電話番号		
家族構成	氏 名	続 柄	氏 名	続 柄
緊急連絡先	氏 名	続 柄	住 所	電話番号

【ご本人の状況】

介 護 度	☐ 自立 ☐ 要支援 (1・2) ☐ 要介護 (1・2・3・4・5)	認知症の有無	☐ 無 ・ ☐ 有 (主な症状)
現在の症状			
現在の主治医		病 院 名	
診 療 科		担当医師	
既 往 歴			
ご本人の望む生活		ご家族の望む生活	
歩 行	☐ 自立 ☐ 見守り ☐ 杖 ☐ 歩行器 ☐ 車いす ☐ 寝たきり	ご希望の月額予算	円

発行元：高齢者住まい事業者団体連合会 TEL:03-3548-1130 URL: <https://koujuren.jp/>

(公益社団法人 全国有料老人ホーム協会 / 一般社団法人 全国介護付きホーム協会 / 一般社団法人 高齢者住宅協会)

発行協力：厚生労働省、国土交通省

令和元年度老人保健健康増進等事業「高齢者向け住まい等の紹介の在り方に関する調査研究事業」にて初版発行