

自宅で生活するのが
困難になった場合に備えて
高齢者施設を
知っておこう!!

掃除や
食事作り等の
家事が負担に
なってきた
時だよ

一人暮らしでは
自分の体調管理に
不安があるの

施設入所を
考える
タイミング

火の始末が
難しくなって
きた時かしら?

これ以上
家族に負担を
かけたく
ない…!

トイレに
行けなくなった
時かな?

施設の種類やサービスの違い、費用などの情報を知っておきましょう

第
274
号

編集・発行／練馬区経済課(消費生活センター) 編集協力／練馬区消費生活センター運営連絡会
練馬区石神井町2-14-1 電話5910-3089 ホームページ [練馬区消費生活センター](#) 検索
消費生活相談専用電話5910-4860(月～金 午前9時～午後4時30分)※土・日曜・祝休日・年末年始を除きます。

入居を考える時の大切なステップ

実際の入居を考えるまでの流れを、7つのステップに沿ってもう一度考えましょう

ステップ 1

入居の目的を明確に！

なぜ、施設に入ろうと思うのか？
介護力？ 1人暮らしが不安になったから？
家事が負担になったから？ 最期まで見てほしいから？



ステップ 2

条件の優先順位を決める

立地は？ → 現在の生活圏？ 子どものそば？
生活は？ → 個室がいい？ 自由に出かけられるか？ ペットを連れて行けるか？
医療・介護体制は？ → 医師の診察体制が整っている？（持病がある場合など）
看護師が常駐してる？ 施設職員の介護サービスの質は？ 認知症介護は大丈夫？ 看取りは？
交流は？ → 職員や入居者との関係性は？
レクリエーションはある？
※高い・安いの前に目的を明確にする



ステップ 3

予算の目安を立てる

貯蓄、年金額、予備費の確認 → 無理な計画は続かない（夫が先になくなると年金額は減る）

ステップ 4

情報収集をする

インターネット、情報誌、チラシ、民間の紹介センターの利用



ステップ 5

候補の施設を選ぶ

立地、生活面での支援、医療・介護面（追加料金の有無も含む）、予算を確認



ステップ 6

家族と意思の確認をする

資料を見ながら家族で話し合う



ステップ 7

施設見学 体験入所（ショートステイ）

実際に施設に行って、入居者や職員の様子を見たり、数泊して居心地を確認



契約までに確認するポイント

「こんなはずではなかった…」とならないための最終確認をしましょう

契約形態、利用料の支払い方式を確認

施設ごとに契約形態や利用料の支払い方法に違いがある。
入居後の権利や額に違いがあるので確認する

施設の経営状態の把握

入居率、職員の定着率、財務諸表のチェック

重要事項説明書を読む

施設の概要が分かる
サービス内容、医療体制、介護度が上がった場合の住み替えの有無、入居率、
職員の勤続年数（定着率）や介護にかかわる職員体制が分かる

契約に必要な『身元引受人・保証人』

病院入院とは違い、長期にわたるので役割の確認と適任者を考える

有料老人ホーム等の入居一時金に『クーリング・オフ』が使える

入居後 90 日以内であれば申請可能。入居一時金を支払う場合は特に確認する

ケガに対する施設の賠償責任を確認

施設には安全を配慮する義務があるが、予見可能な事故か不可抗力の事故なのかなどの事故対応の確認

その他

民間施設の倒産リスクに対して、「一時金の保全措置」の記載が義務付けられているので確認する



自分の人生を大切にするために

施設を検討する時に、どこで（場所）、
どのようなケア（介護）を、いくらで（費用）
していくのかを、家族や信頼する人たちと
話し合うことが大切です。
そして、介護が必要となった時、何を大事に
したいのかを考えておきましょう。



施設の種類とサービス内容を知る

高齢者施設は、大きく分けると「介護型」と「住宅型」に分けられます。



介護型

24時間体制で施設職員が食事や入浴、排せつなどの基本的な介護、その他療養上の世話や機能訓練など毎月定額で受けられる。

介護保険施設	特別養護老人ホーム(特養) 老人保健施設(老健)
介護付民間施設	介護療養型医療施設(2023年に廃止)…介護医療院 介護付き有料老人ホーム
認知症対応の家庭的施設	介護サービス付き高齢者向け住宅(介護付きサ高住) グループホーム

住宅型

施設内で緊急対応、見守り、食事や洗濯掃除などの生活支援は提供される(一部)が、そのほかの「介護保険サービス(訪問看護・医療、リハビリ等)」は基本的には提供されず、外部サービスを利用。個別に介護事業者と契約して「居宅サービス」を利用することになる。

介護は外部サービスを利用する民間施設	住宅型有料老人ホーム
介護は外部サービスを利用する福祉施設	サービス付き高齢者向け住宅(サ高住)
その他の高齢者住宅	都市型軽費老人ホーム シルバーピア



介護型

特別養護老人ホーム(特養)
原則、介護保険の要介護3以上が入居条件。認知症にも対応。比較的lowコスト。入居者に対して介護・看護職員の配置は3:1

介護付き有料老人ホーム
24時間体制で施設の職員が介護を行う他、食事や清掃などが全てが提供される。認知症であっても入居可。民間施設のため、利用料金が高めのところが多い。入居者に対して介護・看護職員の配置は3:1以上

住宅型有料老人ホーム
基本的には、食事サービスと緊急対応などの日常生活支援、レクリエーションの提供。介護契約は個々に事業者との契約が基本のため、自宅で介護を受けていた事業者を利用することもできる



老人保健施設(老健)
病院に入院していた高齢者が「退院となったが自宅に戻るの難しい」時に入所し、リハビリ後、自宅復帰を目指す施設
介護保険で入居できる(比較的lowコスト)。医師が常勤。リハビリの専門職も配置

介護療養型医療施設…介護医療院
医療ケア、介護ケア、リハビリなどを行う医療機関に近い介護施設だが、2023年には廃止。「介護医療院」が新設



介護サービス付き高齢者向け住宅(介護付きサ高住)
都道府県から『特定施設入居者生活介護』の指定を受けた施設。介護体制は整っているが、『特定施設』の運営基準に沿っているので自由度は低い。入居者に対して介護・看護職員の配置は3:1

認知症高齢者グループホーム
地域に住んでいる認知症の方だけが入居可能な家庭的な施設。少人数(1ユニット9人まで)で共同生活を送る。比較的lowコスト

介護サービス、生活支援サービスを受けながら、スタッフの見守りの中、料理や掃除、洗濯などの家事に参加しながら共同生活を送る。看護師の配置義務なし(医療ケア=インスリン注射、たん吸入等はなし)

サービス付き高齢者向け住宅(サ高住)
介護を受ける場ではなく、あくまで『生活する場』であるため、『安否確認』と『生活相談サービス』を提供。介護が必要になると個別に契約して利用
認知症や看取りに対応しているかは施設によって違いあり



都市型軽費老人ホーム
低所得者でも入居できるような家賃等が低額に抑えられている

シルバーピア
バリアフリー化や緊急時対応などのサービスを備えた賃貸住宅。入居者の安否確認を行う生活協力員が居住または派遣されている



※介護型、住宅型共に看取りや認知症対応については各ホームにお問い合わせください

施設にかかるお金を知る

施設入居にはお金が必要です。入居時や月々に必要なお金などの内容を把握しましょう

〈介護保険施設(特養、老健、療養病床)〉
居住費+食費+施設サービス費用(介護支援)の1割または3割+その他の費用



〈介護付き有料老人ホーム〉
入居一時金+居住費(家賃・管理費)+食費+介護費+その他の費用



〈グループホーム〉
初期費用(入居一時金)+居住費(家賃・管理費等)+食費+介護サービス費+その他の費用



〈サービス付き高齢者向け住宅(介護が必要な状態で入居する場合)〉
敷金(入居する時に必要)+毎月施設に払う費用+その他の費用

- ① 医療代、理美容代、日常生活雑費等
- ② 介護保険の1割または2割+上乗せ介護サービス*1+横出し介護サービス*2
- ③ 医療代、理美容代、日常生活雑費等
- ④ 医療代、理美容代、日常生活雑費等
- ⑤ 居住費(家賃、水熱光費)管理費・生活支援サービス(基本サービス費、食費)
・オプションの支援サービス
- ⑥ 介護、衛生用品代
・介護サービス費
・上乗せ介護サービス費(保険外)
・医療費
・日常生活費
・お小遣い等

*1: 介護認定基準の3:1より手厚いサービスを行った場合の料金
*2: 規定回数以上の生活支援サービスを行った場合の料金

種類	初期費用	月額利用料の目安	所得軽減制度
特別養護老人ホーム	0円	5~18万円	あり
老人保健施設	0円	6~16万円	あり
介護療養型医療施設…介護医療院	0円	7~17万円	あり
介護付き有料老人ホーム	0~数千円	15~43万円	なし
介護サービス付き高齢者向け住宅	0~数十万円	12~25万円	なし
認知症高齢者グループホーム	0~数十万円	15~24万円	あり
住宅型有料老人ホーム	0~数千円	13~34万円+介護費	なし
サービス付き高齢者向け住宅	0~数十万円	8~20万円+介護費	なし
都市型軽費老人ホーム	0円	12~25万円(所得による)+介護費	あり
シルバーピア	敷金	2~13万円+介護費	あり

※参考:住まいのガイドブック(鎌倉区)