

はじめての介護施設探し

老人ホーム まるわかり BOOK



①老人ホームには「公」と「民間」がある・・・P.2

②民間の老人ホームの種類・・・P.4

③老人ホームの選びかた・・・P.5

④入居時にかかる費用・・・P.6

⑤毎月かかる費用・・・P.7

⑥老人ホームでの生活・・・P.8

⑦見学のチェックポイント・・・P.9

⑧重要事項説明書から読みとる施設・・・P.10

この冊子を手にとった方は、何かしら介護が必要な将来に不安をおぼえ、老人ホームへの入居をご検討されているのではないのでしょうか。

老人ホームって、何種類あるの？ 費用は？ 何を基準に選べばいいの？

はじめての介護施設探しは、わからないことだらけ。

本冊子には、老人ホームの種類から選びかた、費用のことまで老人ホームをお探しの方にとって必要な情報を掲載しています。

終の住処となる老人ホーム選びは、慎重にしたいもの。

そんなとき、この「老人ホームまるわかりBOOK」をぜひ、ご活用ください。

老人ホームと言っても種類がある

①老人ホームには「公」と「民間」がある

老人ホームは大きく分けると「公」と「民間」の2つに分けられます。

公

とくよう
特別養護老人ホーム（通称：特養）

社会福祉法人や医療法人、社会福祉協議会などが運営

対象となるのは65歳以上で要介護1～5の認定を受け、自宅での介護が困難な方。全国に8,881もの施設がありますが（平成26年8月時点）、低料金という理由から待機者が多く、すぐには入居できないというのが現状です。入居は申し込み順ではなく、介護度の高さや経済状況、家族の状況（独居か同居か）も勘案されるため、入居の時期が立てづらく、入居には早くても数ヶ月、長くても10年かかることも。

ちなみに リハビリを行い、在宅復帰を目指す施設としては「老人保健施設」があります。入居期間は3ヶ月～1年程度。

↑↑ メリット

- ・公的な施設なので低料金で利用できる（相部屋で月額5～10万円、個室で10～15万円程度）
- ・長期入所が可能
- ・入居一時金（初期費用など）が不要

↓↓ デメリット

- ・古い施設が多く、基本的に相部屋（個室も増加傾向にありますが、そのぶん月額が高くなり、民間の老人ホームの月額に近くなります）
- ・なかなか入居できない ※全国の入居申込者数（待機者）は約52.4万人（平成26年3月）
- ・民間と比較するとサービスが充実していない場合が多い

おおまかに分類すると「有料老人ホーム」と「サ高住」の2種類となります。
前者の「有料老人ホーム」には介護付き、住宅型、健康型の3タイプが存在しますが実際には、ほとんどが介護付きと住宅型です。助成金や経営戦略などの理由から分類が異なるものの、サービス内容を含むソフト面とハード面は施設によって差があるので一概に「有料老人ホームだからサ高住よりもサービスがよい」などと分類やタイプだけで選ぶことができません。

メリット

- ・新しい施設が多く、基本的に個室で共用施設も充実している（談話室、庭、浴室など）
- ・空室があればすぐに入居できる（人気のある施設でも数室は空きがある場合が多い）
- ・公（特養）よりもサービスが充実している（行事、イベント、介護職員数、看護師常駐など）

デメリット

- ・特養に比べると月額のコストが高い
- ・入居にあたってまとまったお金が必要な場合が多い（入居金0円もあるが月額負担が多くなる）
- ・公と比較すると職員の異動や離職率が高いため、雰囲気が変わってしまうケースがある

公、民間を問わず、介護施設への入居を考えているほとんどの方は比較的すぐに入居したいと考えています。そこで、まずは費用がおさえられる特養への入居を検討しますが、すぐには入居できないために特養の入居申込（待機）をしつつ、一時的に民間に入居したり、特養への入居を諦めて民間へ入居する方が増えています。前者の場合、特養に空きが出るのは民間の施設での生活によりやく慣れてきた頃であることが多く、「高齢になってからの度重なる環境の変化は負担が大きい」という事情から、せっかく空きの出た特養には転入せずにそのまま民間を終の住処とするケースも少なくありません。

そこで、次のページからは空室があれば即入居が可能な民間の老人ホームについて気になるサービス内容や費用の問題も含め、ご紹介します。

? 母がもうすぐ退院するから、それまでに老人ホームを探さないと

? でも民間の有料老人ホームやサ高住ってお金が高いんでしょ?

大きく分けて2タイプ

②民間の老人ホームの種類

民間の老人ホームは「有料老人ホーム」と「サービス付高齢者住宅（サ高住）」に分けられます。
この2つの大きな違いは契約形態。とはいえ、実態はとても複雑です。

有料老人ホーム
住まいと生活支援サービスが同一事業者によって提供される施設

サービス付高齢者住宅
安否確認と生活相談サービスが備わったバリアフリーの賃貸住宅

サ高住って？

2011年の「高齢者住まい法」によって創出された施設。高齢者が継続して住める賃貸住宅として、また地域包括ケア※の核として現在、国がその整備に力を入れており、近年、急増しています。賃貸住宅というものの、実態は介護施設としての機能や役割を果たしている場合が多いのも特徴。補助金、税制優遇、融資の関係などの違い、また運営母体によってサービス内容が大きく異なるため、複雑化しています。安否確認のみを行うバリアフリーのサ高住もあれば、有料老人ホームとサービス内容が変わらないサ高住もあるわけです。下の表では有料老人ホームとサ高住の主な違いをご説明しますが、前述のように施設によってサービス内容が異なりますので検討する際には、しっかりとその施設の中身を知り、慎重に選ぶ必要があります。

※重度の介護状態や認知症でも住み慣れた地域や地域の特性に応じて住まい、医療、介護、予防、生活支援を一体的に提供すること

有料老人ホームとサービス付き高齢者住宅のちがい

有料老人ホーム		サービス付き高齢者住宅
介護や食事その他、日常生活に必要な便宜を提供する老人福祉施設	概念	高齢者の方が安心して居住できるように配慮された賃貸住宅
食事や入浴、介護などのサービスが付随	イメージ	見守りや相談サービスが付随
主に利用権契約 （亡くなるまで介護施設が利用できる）	契約形態	主に賃貸契約 （一般的な賃貸住宅と同様。途中で住み替えも可能）
介護（入浴や排泄）、食事、清掃、レクリエーション等	サービス内容	安否確認、生活相談 （介護など別途契約が必要。従量制）
24時間 365日常駐	スタッフ	日中は常駐 （施設により異なる）
高い（入居金、入居一時金など）	入居時の費用	安い（敷金など）
定額	介護費用	従量制（外部サービス利用のため）

③老人ホームの選びかた

老人ホームの種類についてはご理解いただけたでしょうか。

それでは、いよいよホーム探しに入りましょう。

選びかたの優先順序は、**1.費用**、**2.エリア** 決めます。

1 費用

費用とエリアが
重要なんだね

入居時費用



毎月支払う費用

⚠ 注意 費用に関しては必ず無理のない範囲で設定すること。

無理のない範囲 = 入居者の年金や貯蓄で支払える範囲内

よく聞くのが入居費用は捻出できても、毎月支払う費用に誤算があったというケースです。
費用は、入居期間がわからないため最終的にいくら必要なのか、計画を立てることが困難です。
月々の費用を家族で数万円ずつ出し合うという手段もありますが、
家族のライフスタイルも変化していくため、
あくまで最終手段にすべきでしょう。

2 エリア

一般的には、入居者が住み慣れた地域で選ばれることが多いです。

⚠ 注意 いくら入居者が住み慣れた地域で…といっても一番大切となるのは
入居後、お世話をするご家族がアクセスしやすいことです。

ちなみに

老人ホームへの入居には見学や本人面談、健康診断書の取得、体験入居など最短でも約1ヶ月、
平均で3ヶ月程度かかりますので計画的に動きましょう。

まとめ

費用とエリアが決まれば、候補となる施設を絞ることができますね。
選びかたのイメージとしては一般的に家を購入または借りるときと似ています。
住宅価格や家賃がそうであるように、同じサービス内容だとしても
都心と郊外の施設では費用面で大きな差が出てきます。
費用面と便宜面の双方向から検討して、折り合う施設を選ぶようにしましょう。

④入居時にかかる費用

入居となると、入居金として、500~1,000万円程度のお金が必要になるというイメージがあると思います。実際に数年前まではそうでしたが、最近の傾向としては低価格帯と高価格帯で二極化している様子です。入居金の主流は300万円程度ですが、最近では「入居金0円プラン」を謳う施設も登場しています。この「入居金0円プラン」は、まとまった金額が用意しづらい方や特養などへの入居待ちの間だけ有料老人ホームを利用したいという方が選択することの多いプランです。入居金の料金帯は0~300万円、300~1,000万円、1,000~3,000万円、1億円~とさまざま。特養に入居できるまでの利用とするのか？ 終の住処とするのか？ また、おおよその余命からどちらのほうで費用を抑えられるのか？ それぞれの目的や予算に応じてプランを決めましょう。

ちなみに 入居金とは、亡くなるまでの施設利用権の購入金。したがって、マンションのように居住権の転売はできません。

入居金を支払った場合と入居金0円の場合の比較

	入居金	月額	年間	総費用	結果
5年で退去	1,000万円	15万円	180万円	1,900万円 (180万×5年+1,000万)	月額が多いほうが 400万円の節約
	0円	25万円	300万円	1,500万円 (300万×5年)	
10年で退去	1,000万円	15万円	180万円	2,800万円 (180万×10年+1,000万)	入居金を払ったほうが 200万円の節約
	0円	25万円	300万円	3,000万円 (300万×10年)	

長期間の入居が予想できる場合は入居金を支払って月額費用を低くおさえるほうが節約となりますね。ただ、これは判断が難しいことなので、施設の方とよく相談しましょう。

入居金は返還される場合も。入居金の償却について

入居金は、一定の償却期間（だいたい3~5年）を経たのち、退去時（転居や死亡）に残金があれば返却されるお金です。入居時に施設側が一定額（初期償却といいます）を利益として償却するケースもありますが、早期退去の場合のトラブルが少なくないため、入居後3ヶ月以内に退去した場合はクーリングオフ制度が適用され、家賃を除く入居金の全額が返金されるようになりました。また、2011年6月に改訂された老人福祉法第29条6項^{*}で、施設が受領できる前払い金は「家賃および敷金、介護その他の日常生活上で必要な便宜の供与の対価」となり、「権利金その他の金品」名目での受領は禁止となっています。

^{*} 既存施設には3年間の経過措置があり、平成27年3月31日までは従来のままの施設も。

先がわからないこそ慎重に

⑤毎月かかる費用

入居金を支払うか支払わないかで月額の負担額に差が出るというお話はしました。

それでは、実際には月々、どのくらいの費用が発生するのでしょうか？

入居金を支払わなかった場合を参考に一般的な費用の内訳をご説明します。

月々の費用 ※入居金0円、介護度3の場合

・家賃	60,000円
・管理費	30,000円
・水道光熱費	20,000円
・食費	50,000円
・介護保険料	21,000円 (1割負担・報酬単価1点=10円の場合)
・イベント参加費	5,000円
・医療費	10,000円(病院)
<hr/>	
合計	196,000円

散髪したり
お茶菓子でも買っと...。
そこらへんもちゃんと
計算にいれておかないと



施設によって費用は異なりますが大体、15～25万円が一般的です。

P.5「老人ホームの選びかた」で触れたように、都心部の施設のほうが郊外の施設よりも家賃などが高額になる傾向があります。

現在は、年金の範囲内で支払える低価格帯の施設も増えてきていますが、それでも介護保険や医療費などを含めて最低でも12～13万円はかかると考えてください。

参考

現在の年金の平均受給額

国民年金 54,856円

厚生年金 151,374円(出典:平成25年度12月 厚生労働省年金局)

⚠ 注意 入居期間は誰にも分かりません。だからこそ、余裕をもった資金計画を立てるようにしましょう。

時間よりも質が大切

⑥老人ホームでの生活

気になる老人ホームでの生活は、おおよそ下記のとおりとなっています。

起床	朝食	レクリエーション	昼食
7時	8時	10時	12時
レクリエーション	おやつ	夕食	消灯
14時	15時	18時	21時

食事

施設の特徴が表れやすい部分です。和食と洋食から好きなほうを選べたり、噛む力や飲み込む力の低下した方のためのお食事を用意してくれたり、行事食にこだわっている施設もあります。食事は施設内の厨房で調理、盛りつけをして提供されていますが、「外部委託」と「直営（自社の調理師）」の2つに分けられます。外部委託の場合、調理師の人件費や食材費を抑えられる一方で、味は委託先によって大きな差が出てきます。とはいえ、直営だからといって食事がおいしいとは限りませんので、見学の際には試食を。入居者の多くは1日3食、365日とられますので、味が好みに合わなかったり、食事に力を入れていない施設はおすすめできません。

入浴

週に2回。3回目からは有料になるところが多いです。

入浴の時間は施設によって異なります。入浴のない日は清拭^{せいしき}を行います。自立している方であれば施設によっては個室の浴室で毎日、入浴も可能。

レクリエーション

入居者が日々、楽しく生活するためにはレクリエーションは非常に重要な要素となってきます。内容は、体操、書道、ダンス、お誕生日会、お散歩、季節ごとの催し物（夏祭り、クリスマス、お正月）など多彩。検討中の施設にはどんなレクリエーションが用意されているか、見学の際に聞いてみるのもよいでしょう。



比較的多い18m²程度の居室イメージ

自由な時間を過ごす場所

施設は入居者の家。自由な時間も多くあります。自由時間をご自身の居室で過ごす方もいれば、共用部のラウンジや食堂、庭で過ごす方もいます。寝たきりや重度の認知症の場合には、職員の目が届くヘルパーステーション近くに専用のラウンジが用意されている場合もあります。

居室

老人ホームの居室面積は13m²以上（約8畳）、サ高住は25m²（約15畳半）以上と定められています。トイレと洗面所がついているものが一般的ですので初めて施設を見学する多くの方は「狭い」という印象を受けるかもしれません。入居費用や月々の費用を増やせば、より広い部屋を選択することも可能。また、施設によっては備え付けの家具（ベッドやタンス）もありますが、ご自身が使い慣れた家具を持ち込むこともできます。ただし、仏壇のろうそくには火災予防の観点から火をつけることはできません。

プロはここをチェックする

⑦見学のチェックポイント

エリアと予算から、おおよその目星がいたら実際に施設の見学に行ってみましょう。

最低でも3施設は見学し、比較検討してください。

案内をしてくれる方が施設の人（施設長など）なのか、複数の施設を運営している会社であれば営業職の方なのかも確認。担当者の感じがよかったから入居を決めたものの、実際にはその担当者は施設には常駐しておらず、施設の人はあまり感じがよくなかったというケースもあります。

ポイント

見学の際には、可能であれば施設長と直接お話をすることをおすすめします。施設長の人となりや、介護に対する考えがそのまま施設の特色となって表れることがほとんどだからです。施設の豪華さや新しさなど、ハード面に目を奪われがちですが、老人ホーム選びにおいて、最も大切なことはそこにいる人です。24時間、365日を一緒に過ごすわけですから施設の雰囲気や考えが入居者の性格にマッチしているか、しっかり見極めましょう。

見学時のメモとして
お使いください

	項目	施設名		
		1	2	3
環境	入居される方に適した環境（自然が豊か、街並みなど）	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	通う家族にとって交通の便がよい	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
玄関	整理整頓がされている	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	清掃が行き届いていて清潔	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
居室	壁紙の張り替えやクリーニングがされている	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	予算に応じた希望の広さ、設備である	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
浴室	整理整頓がされている	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	清掃が行き届いていて清潔	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
その他 共用部	レクリエーションやサービスの案内が掲示されている	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	清掃が行き届いていて清潔	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
お食事	味や盛りつけ、食器	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	咀嚼力や嚥下力の低下に応じた食事がある	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
職員	しっかりと挨拶ができる	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	入居者と接するときの職員の言葉遣いや態度	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
居住者	パジャマのままや、明らかな汚れがない	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	表情がしっかりしている、笑顔がある	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
契約内容 その他の説明	入居金の償却期間や返還金の説明がなされた	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	月額費用の他に追加料金の説明がなされた	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	医療措置や関連医療機関の案内があった	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×
	介護体制について詳しい説明があった	○ ・ ×	○ ・ ×	○ ・ ×

チェック

夜間対応

夜間は、スタッフが居室を巡回し、入居者の様子を確認してくれます。

入居者が眠れない場合の話し相手になってくれたりする親身なスタッフがいる施設もあります。

夜間対応には施設の基本的姿勢が表れるので、見学時にはそのあたりも質問してみましょう。

見学後に必ず確認しよう

⑧重要事項説明書から読みとる施設

ホームの概要がわかる重要事項説明書^{*}には、これから契約を考えている方にとって非常に大切な情報が書かれています。パンフレットやHPにはない細かい内容も記載されていますので、契約した後に「こんなはずではなかった…」とならないよう、検討時にしっかり目を通しましょう。以下の4項目を重点的に見れば、ある程度、施設の性格を読み取ることができます。

^{*}重要事項説明書の開示は老人福祉法第29条第5項において「当該有料老人ホームに入居する者又は入居しようとする者に対して情報を開示しなければならない。(中略)」と定められています。



重要事項説明書イメージ
(15ページ前後の説明書)

1 事業主体概要

事業主体の名称、主たる事業所の所在地
および電話番号その他連絡先

どんな会社が運営しているのか、HPでも必ず確認しましょう。

事業者の名称	法人等の種類	営利法人
	名称	しばたケアホーム横浜
事業主体の主たる事業所の所在地	〒236-0021 神奈川県横浜市金沢区泥亀1丁目18番13号	
事業主体の設立年月日	平成10年6月	

2 施設概要

施設の類型および表示事項

ここで注目すべき項目は「介護にかかわる職員体制」です。2.5は入居者、1は職員の数を示しています。すなわち、入居者に対する職員の数の割合が大きくなればなるほど、職員数が多く、手厚い職員体制であることが読みとれます。

類型	介護付有料老人ホーム(一般型特定施設)
居住の権利携帯	利用権方式
利用料支払い方式	選択方式
入居時の要件	自立・要支援・要介護
介護保険	(介護予防)特定施設入居者生活介護
介護居室の区分	全室個室
介護にかかわる職員体制	2.5対1以上

3 従事者に関する事項

従業者の当該介護サービスに係る業務に従事した経験年数など

従事者の勤続年数に注目してください。勤続年数が高い従事者がいる施設は、よい施設の傾向があります。逆に、開設してから長い年月が経っているのに従事者の勤続年数が短い(この場合、1年未満や1年以上3年未満)施設は要注意です。あわせて、「届出上の開設年月日」もチェックするようにしてください。

勤務年数	看護職員		介護職員		生活相談員	
	常勤	非常勤	常勤	非常勤	常勤	非常勤
1年未満	0	0	3	2	0	0
1年以上3年未満	2	0	7	1	2	0
3年以上5年未満	0	0	3	0	0	0
5年以上10年未満	0	0	0	1	0	0
10年以上	0	0	0	0	0	0
合計	2	0	13	4	2	0

4 サービスの内容 入居者の人数 (報告に関する計画の基準日の前月末日)

「入居継続期間別入居者数」は、入居期間の長さを表にしたものです。まずは「1年未満」が不自然に多くないかをチェックします。「直近1年間に退去した者の人数」や「退去者数合計」の表もあるので、あわせて見てください。「他の老人ホームへの転居」があった場合は理由も聞きましょう。

入居率は新規開設時以外は、その施設が入居者にとってよい施設かどうかのバロメーターとなります。

入居期間	6ヶ月未満	6ヶ月以上 1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 15年未満	15年以上	合計
	6	4	38	0	0	0	48
男女別入居者数	男性：16人 女性：32人						
入居率（一時的に不在となっている者を含む）				91.4%（定員に対する入居者数）			

5 利用料金 敷金・保証金

費用については、しっかり把握していないとトラブルとなる恐れがあります。重要事項説明書には、費用に関する多くの補足説明が記載されています。「利用料金に水道光熱費は含まれているのか、別料金なのか」、契約終了時に返還されるお金の算定方法なども頭に入れておくようにしましょう。

敷金・保証金	あり						
金額	1,000,000円(非課税) ※退去時に利用料その他当社に対する不払いが存在する場合、当該不払いの額を控除した金額を除き全額返還する。						

家賃及びサービスの対価							
プランの名称	前払金	月額利用料	内訳				
	3,150,000円	258,000円	家賃相当額	管理費	介護費用	食費	光熱費
			106,800円	64,800円	32,400円	54,000円	0円

介護サービス等の一覧表 ※多くの場合、重要事項説明書に添付

介護サービスの一覧表には、自立や要支援、要介護別に各種サービスの有無や頻度、料金が記載されています。各種サービスが月額の費用に何回まで含まれているのか、また、月額費用を超えた場合にはおおよそいくらかかるのかなど、しっかり目を通しておきましょう。たとえば、紙おむつ料金が安い場合には、「自分で購入して持ち込むことは可能か？」なども聞いてみるといいでしょう。

介護サービス等の一覧表

(要介護～5区分)		
居室清掃	週1回	左記以外 1回540円
リネン交換	週1回	左記以外 1回540円
日常の洗濯	週3回	左記以外 1回1,080円
おやつ	○	外出時 実費負担
理美容	週1回	実費負担

※○は利用料に含まれるサービス
※利用者によって内容が異なる場合があります

※名称、数字などはすべて架空のものです。



はじめての介護施設探し 老人ホームまるわかり BOOK

2015年1月1日 第1刷発行

介護施設、教育・研究機関の方には無料(送料自己負担)でお届けします。

発行者 お探し介護入居相談室

発行所 株式会社SHIBATA

〒236-0021 横浜市金沢区泥亀1-18-13

電話番号 045-790-1232 (平日9:00~18:00)

お探し介護
www.osagashi-kaigo.com