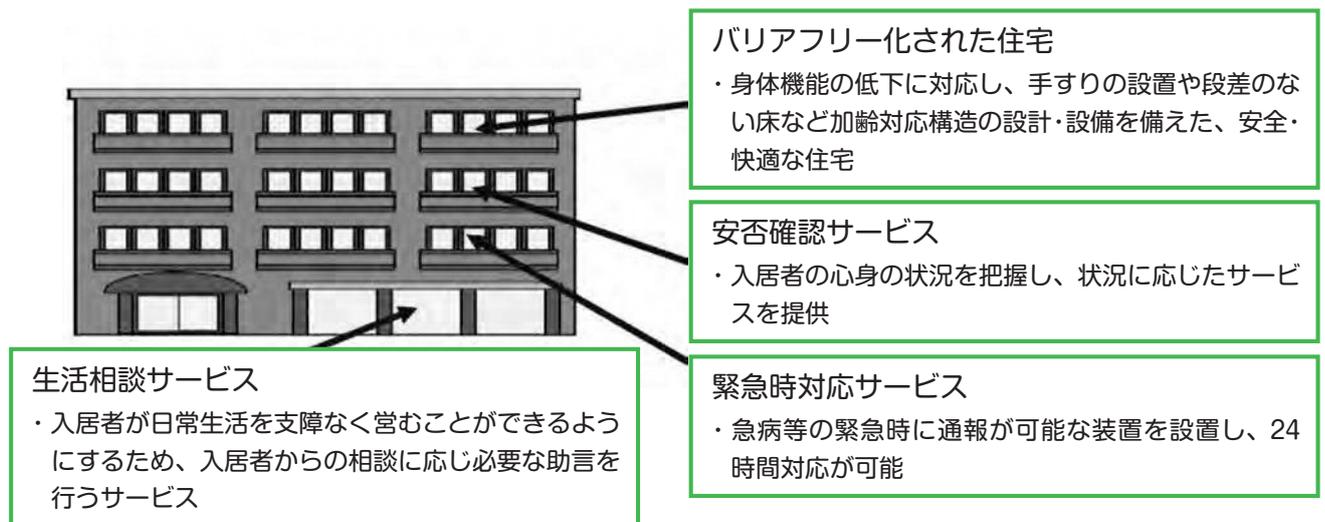


### 3 サービス付き高齢者向け住宅



- ・居室は、原則として 25㎡以上で、水洗便所・洗面設備・浴室等が設置されています。  
(共用の場合があります)
- ・安否確認、緊急時対応、生活相談のサービスは、常駐するケアの専門家により必ず提供されます。
- ・高齢者の居住の安定化を図るために、前払家賃等の返還ルール及び保全措置が講じられた契約となっています。

#### ●入居の条件は？

- ・60歳以上およびその同居者です。要介護でも可能なものもあります。

#### ●費用はどのくらい？

- ・入居時には、敷金やサービスの前払いなどが必要なものもあります。
- ・月々の費用は、一般の賃貸住宅と同じ家賃(6～25万円程度)・共益費(1～6万円程度)のほかに、基本サービス費(2～6万円程度)が必要です。  
食費(4～7万円程度)や介護サービス費は個別に契約します。

#### ●介護サービスは？

- ・介護保険の「居宅サービス(通所介護や訪問介護など)」を利用します。
- ・「特定施設」の指定を受けているところでは、「特定施設入居者生活介護サービス」を利用します。

#### ●サービス付き高齢者向け住宅を探すには？

- ・「サービス付き高齢者向け住宅情報提供システム」というホームページから全国の都道府県等に登録された全てのサービス付き高齢者向け住宅が、オンラインで公開されています。

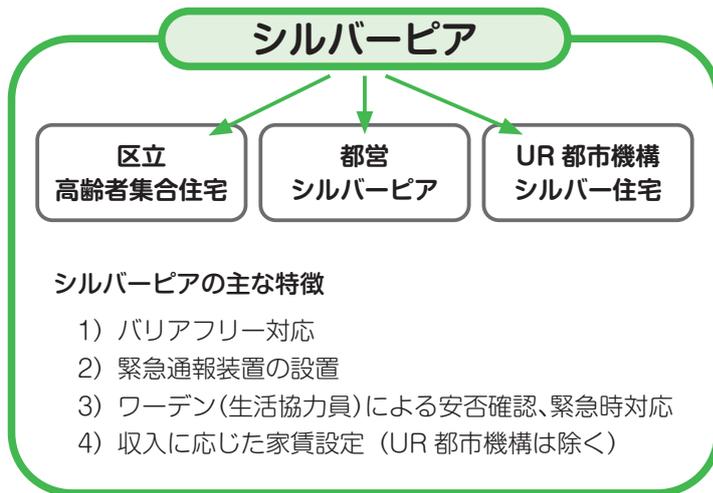
※事業者向けの登録申請方法の案内もあります。

<http://www.satsuki-jutaku.jp/>

## 4 シルバーピア（高齢者向け公的賃貸住宅）

単身の高齢者または高齢者のみの世帯を対象とした、バリアフリー化や緊急通報システムなどが備わっている高齢者の生活に適した住宅です。公営、UR都市機構（旧公団住宅）などさまざまな形態があります。国のシルバーハウジング・プロジェクトの一環です。

ワーデン（生活協力員）や介護事業所が入居者の安否確認や関係機関への連絡などを行います。



シルバーピア

### ●誰でも入居できますか？

- 区立高齢者集合住宅の場合は区内に、都営住宅のシルバーピアの場合は都内に引き続き3年以上居住している必要があります。
- 65歳以上の単身者か65歳以上（区立高齢者集合住宅の場合は60歳以上）の親族との二世帯で、日常生活で自立していることが必要です。
- 区立高齢者集合住宅・都営住宅のシルバーピアの場合は、所得が基準内であることなどの条件があります。UR都市機構は、直接お問い合わせください。

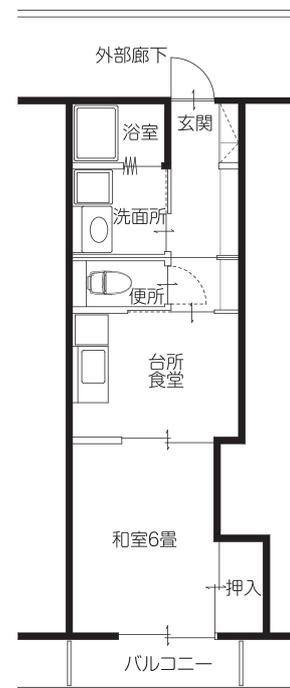
### ●利用の仕方は？

- 区立高齢者集合住宅は11月、都営住宅のシルバーピアは2・8月に公募し抽選です。（ねりま区報に掲載されます）
- UR都市機構は、随時なので直接お問い合わせください。

### ●入居した後、介護が必要になったら？

介護専用の施設ではありませんので、介護保険の「居宅サービス」を利用してください。

なお、重度になると、「介護施設」などへの住み替えが必要となる場合があります。



単身用の間取りの一例

## 5 有料老人ホーム

住まいや食事、介護などのサービスを提供する施設です。自立して元気な人から介護が必要な人まで、さまざまな人が暮らしています。入居にあたっては、重要事項説明書を入手してよく読み、施設を実際に見学し、さらには、体験入居をするなどして、自分にとってふさわしいホームなのかを十分に確認する必要があります。

<b>健康型</b>	食事等のサービスが付いた高齢者向けの住まい。介護が必要になると契約を解除して退去しなければなりません。
<b>住宅型</b>	緊急時や食事、見守りなどの生活支援サービスがついた高齢者向けの住まい。介護サービスを受ける場合は、入居者自身が事業者を選択して、ホームに住み続けながらサービスを受けることになります。
<b>介護付</b> (特定施設入居者生活介護)	介護等のサービスが付いた高齢者向けの住まい。介護が必要になってもホームが提供する特定施設入居者生活介護を利用することができます。ホームのスタッフが、介護サービスを提供します。「外部サービス利用型」もあります。なお、自立の方から要介護の方までが入居対象となる「混合型」と、要介護1～5の方だけが利用できる「介護専用型」があります。

### ●誰でも、入居できますか？

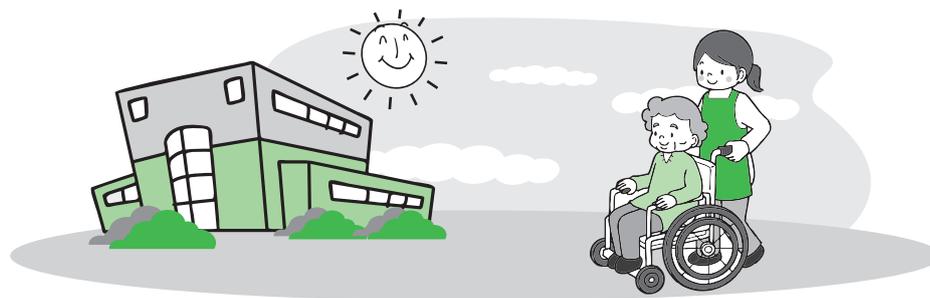
- おおむね 60 歳以上の方が対象となります。
- 入居時に介護が必要な人は、「介護付」を選んでください。
- 比較的入居しやすいですが、施設によっては入居待ちになります。

### ●利用の方法は？

- 直接ホームに相談してください。

### ●有料老人ホーム探しの手始めは、パンフレットの入手です。

- 情報の入手は、大切です。最近ではインターネットでホーム情報を検索することもできますが、やはりパンフレットなどを入手し、しっかり調べましょう。しかし、パンフレットは、商品を守るための広告の一つですから、パンフレットに書かれていない内容も調べましょう。
- 重要事項説明書を入手して読んだり、ホームを実際に見ることも必要です。



## ●どのくらいお金がかかりますか？

- もっとも気になるお金の問題です。入居一時金は0円から数千万円まであります。
- 日常生活にかかる費用（管理費、食費、光熱費など）も月額数万円から数十万円と多様です。資金計画をしっかり立てて選びましょう。

### 有料老人ホーム Q & A（重要事項説明書の読み方）

Q：入居一時金とは？

A：終身に渡る家賃相当額の全額または一部を前払い金として一括に払う金額です。

何年分の家賃の前払いに相当するのかわかるのが「償却期間」です。

この期間内に退居した場合は、残りの年数分は返却されます。それを過ぎると一時金は全く戻ってきません。また、償却期間が極端に短く設定されている場合もありますので、ご注意ください。さらに、入居者が亡くなられた場合の取扱いについても、事前に十分な確認が必要です。

Q：初期償却とは？

A：入居一時金のうち、入居期間の長短にかかわらず退去の際の返還金の対象とならないものを「初期償却金」と言います（通常は、入居一時金の2～3割程度）。

Q：クーリングオフ制度はありますか？

A：90日以内に退居あるいは解約する場合には、短期解約特例制度があります。利用期間の利用料等は実費精算となります。なお、入居した高齢者が短期間で解約して退去する場合、厚生労働省令で定める方法により算定される額を除き返還する旨の契約を事業者が義務づけています。

## ●「体験入居」

- 有料老人ホームには「体験入居」（有料）という制度があります。
- パンフレットや重要事項説明書では分からない部分を、実際に入居し体感してみましょう。
- 見学や体験をすることで、周辺環境（バスの便など）などが良くわかります。
- 「自立型」と「介護型」のホームでは、体験入居の観点も変わってきます。
- 五感をフルに使って相性のあうホームを見つけましょう。



明るい雰囲気のリビングルームはおしゃべりや食事など自由に使えます



個室の様子。家具が備え付けられています

## ■ 有料老人ホーム（および賃貸住宅）選びのチェックポイント

### ①パンフレットなどの資料で確認します（重要事項説明書も取り寄せる）

<b>立地条件について</b>	
	最寄の交通機関
	買い物・病院などの利便
<b>建物について</b>	
	周辺の環境
	共有スペースの種類と広さ
<b>居室の状況について</b>	
	広さ、配置、収納スペース
	設備や備品など
<b>生活支援などのサービスについて</b>	
	サービスの内容とスタッフの配置
	内容ごとの費用
<b>介護サービスについて（介護付ホームの場合）</b>	
	要介護となった場合や重介護となった時の対応（部屋の移動など）
	介護サービスの内容とその費用
	スタッフの配置と夜間対応
	介護事業所との連携（居宅介護サービス利用の場合）
<b>医療関連について（ホームの場合）</b>	
	提携している医療機関（パンフレットにある病院等の提携継続の確認）
	リハビリの対応
<b>入居の条件について</b>	
	年齢や要介護度による制限
	退去の条件
	認知症への対応
<b>契約の形態について（ホームの場合）</b>	
	利用権方式か、賃貸か、分譲か
<b>入居時の費用の内訳について</b>	
	ホーム：入居一時金（償却内容、解約時返還金、保全措置など）、その他の一時金
	賃 貸：敷金、礼金など。その他の一時金
<b>月額費用の内訳について</b>	
	ホーム：管理費、食費、光熱水費など 個別のサービス費用（介護保険利用を含む）
	賃 貸：家賃、管理費など 生活支援などのサービス費など
<b>経営などについて（ホームの場合）</b>	
	経営の理念や経営者のプロフィール
	入居者の意見の反映体制
	入居者の交流（サークル活動、外部との交流、ボランティア受け入れなど）
	入居者の年齢構成・男女割合など

②見学や体験入居で現地を確認します（五感で感じる。理解するまで説明を求める。）

立地条件について	
	交通の利便
	買い物、病院のある場所
	周辺の環境（みどり、騒音など）
建物について	
	バリアフリーの状況
	玄関・廊下・非常口の配置など
	ロビーや娯楽室など
	食堂・共同浴室など
	雰囲気
居室について	
	バリアフリーの状況
	広さ、収納、設備、備品など
	快適さ（明るさ、防音、空調など）
	トイレや浴室の構造
介護サービスや生活支援サービスについて	
食事について（試食して）	
	味やメニューの豊富さ
	栄養管理
	特別食対応
スタッフについて	
	あいさつ、みだしなみ
	入居者とのコミュニケーション
入居者について	
	雰囲気を感じる
	意見を聞く

③契約前に内容を再確認します

- クーリングオフ条項の確認
- 重要事項説明書の熟読理解

※東京都発行の冊子が参考になります。

「あんしんなっとく 高齢者向け住宅の選び方」

「あんしんなっとく 有料老人ホームの選び方」

## 6 都市型軽費老人ホーム

- 低所得者向けの高齢者の住まいを確保するため、従来のケアハウスの基準を大きく緩和した住まいで、東京 23 区・武蔵野市・三鷹市の一部に限り建設されます。
- 定員 20 人以下で、個室面積は 7.43㎡（4 畳半）以上、食堂・便所・浴室など必要最小限の共用設備が設けられています。生活相談員、介護職員が配置され、夜間も職員が常駐します。
- 誰でも入居できますか？
  - 利用は 60 歳以上で、低所得で自立していることなど他の軽費老人ホームと同じです。
  - 練馬区内では、区内に居住している方が対象となり、施設の運営事業者が優先度を判定し、入居者を決定します。
- 利用の仕方は？
  - お住まいの地域の地域包括支援センター（43 ページ参照）へ申込みとなります。
- 費用はどのくらい？
  - 居住に要する費用、生活費（食事など）、サービスの提供に要する費用としておおむね月額 12 万円～です。収入によって変わります。また介護費などは別途必要です。
- 入居した後、介護が必要になったら？
  - 介護保険の「居宅サービス（通所介護や訪問介護など）」を利用します。介護が重度になり都市型軽費老人ホームでの生活が困難となった場合は、介護施設などへの住み替えが必要となります。

## 7 認知症高齢者グループホーム

- 認知症高齢者が少人数（5 人～9 人）で共同生活を送りながら、家庭的な環境の中で、介護や身の回りの世話などを受ける施設です。
- 個々の生活能力に応じて、できることは自分ですることが基本となっています。
- 居室は個室で、リビング・台所・食堂・浴室などの共同空間があります。
- 誰でも入居できますか？
  - 要支援 2 または要介護者で、認知症の方が対象になります。（要支援 1 の方は利用できません。）
  - 共同生活ができる事が必要です。
  - 原則としては、施設がある区市町村の住民の方が対象となります。
- 利用の仕方は？
  - 直接、施設に申し込みます。
- 介護サービスは？
  - 入浴・排泄・食事等の介護、その他の日常生活上のお世話や機能訓練など、介護保険の（地域密着型）認知症対応型共同生活介護サービスを受けます。
  - 医療的措置が必要となったり、他の入居者の迷惑となる問題行動がある場合には、他の施設に移ったり、退去を求められる場合もありますが、詳しくは各施設により異なります。

## 8 特別養護老人ホーム

65歳以上で、身体上または精神上著しい障害があるために常時介護を必要とし、居宅において適切な介護を受けることが困難な人が、入所する介護保険施設です。ただし、65歳未満の方であっても、一定の条件を満たしていれば入所することは可能です。

### ●受けられるサービスは？

入浴、排泄、食事等の介護、その他の日常生活上の世話、健康管理、機能訓練、レクリエーション行事、家族や病院・福祉事務所等との調整、金銭管理等の代行業務など、介護保険の施設サービス。

### ●費用の内訳は？

- 入居時の費用負担はありません。
- 月々の費用には、居住費・食費・介護保険負担などが含まれ、要介護度や収入などにより異なります。
- その他、個別に必要となる費用が発生する場合があります。

### ●誰でもいつでも入所できますか？

- 要介護認定（原則要介護3～5）を受けている人が対象となりますので、要介護認定を受けてから、各施設に入所の申し込みをします。
- 入所判定は、本人の状況（心身および資産等）・世帯の状況・住宅の状況などにより施設の運営事業者が行います。練馬区では、入所の必要性の高い方から順に入所できるように入所基準を定めています。

### 特定施設入居者生活介護とは？

「特定施設入居者生活介護」とは、施設内に介護職員が常駐し、24時間体制で生活介助や介護を行う介護保険のサービスの一つです。

特定施設に入居している利用者に、介護サービス計画に基づき、入浴、排泄、食事等の介護や、日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を行うものです。最近では、介護サービス計画書の作成や安否の確認などの基本部分以外を、外部の介護事業所に委託する外部サービス利用型もあります。

有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、ケアハウス等で、条件を満たしていれば、「特定施設入居者生活介護」の指定を受けることができます。

## 9 支援制度など

### (1) 家賃等の補助・助成

#### ①高齢者向け民間賃貸住宅（高齢者優良居室提供事業）

対 象：公営住宅への入居を希望し、区内に3年以上居住している65歳以上のひとり暮らしの方、または65歳以上を含む60歳以上のみの世帯の方。

内 容：民間の賃貸住宅を紹介し、公営住宅への転居が決まるまでの期間、家賃等の一部を補助。

※入居期間中は対象となる公営住宅の募集すべてに応募していただきます。

※公営住宅への転居が決まらなくても、一定の期間が経過した場合は、家賃等の補助が終了します。

問合せ：☎高齢社会対策課施設係 Tel 5984-4586

#### ②住まい確保支援事業（空き室情報の提供）

対 象：つぎのいずれかに該当する世帯

① 65歳以上の方のみで構成される世帯

② 身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、愛の手帳の交付を受けた方を含む世帯

③ 子ども（高校生相当の年齢まで）と母または父のみで構成される母子および父子家庭

内 容：高齢等を理由に民間賃貸住宅への入居を断られるなど、住まい探しでお困りの方に区内不動産団体の協力により、入居を拒まない民間賃貸住宅の空き室情報を提供します。

※転居先の希望条件によっては、空き室情報が提供できない場合があります。

問合せ：☎住宅課管理係 Tel 5984-1289

### (2) 入居の手助けなど

#### ①居住支援（保証機関利用による保証）

対 象：区内に引き続き2年以上お住まいの、65歳以上のひとり暮らし、または65歳以上を含む60歳以上のみの世帯の方で、保証人が見つからないために、民間賃貸住宅への入居が困難な方。

内 容：保証人のかわりに、区と協定を締結した民間保証会社と保証委託契約を結び、支払った保証料の1/2の金額（上限2万円）を助成します。所得制限があります。

問合せ：☎受け持ちの総合福祉事務所高齢者支援係

#### ②家賃債務保証

- ・（一財）高齢者住宅財団が、高齢者円滑入居賃貸住宅として登録された賃貸住宅に居住する高齢者の家賃を保証する制度。

居住者は月額家賃と保障期間に応じた保証料を負担する。

問合せ：（一財）高齢者住宅財団 Tel 0120-602-708

#### ③「マイホーム借り上げ」制度

- ・ 住み替えなどの際に、自宅を売却しないで、最長で終身にわたって借上げてもらい、安定した賃料収入が得られる制度。

- ・ 「（一社）移住・住みかえ支援機構（JTI）」が、高齢者住宅財団の基金による保証を受けて、借上げて転貸する。

問合せ：（一社）移住・住みかえ支援機構 Tel 5211-0757

## 10 その他の高齢者向け住まい

名 称	概 要
養護老人ホーム	環境および経済的な事情により居宅での生活が困難で、おおむね 65 歳以上の方に、日常生活上必要なサービスを提供する施設。 (練馬区にはありません) [問合せ：☒受け持ちの総合福祉事務所 高齢者支援係]
軽費老人ホーム (A型・B型・ケアハウス)	家庭環境や住宅事情等に支障がある人が対象で、無料または低額な料金で、食事の提供その他日常生活上必要な便宜を供与することを目的とする施設。B型は健康で自炊できることが条件。 ケアハウスも軽費老人ホームの一種。 (大泉ケアハウスは新規募集を行っていません) [問合せ：各施設]
シニア向け分譲マンション (シルバーマンション)	名称は様々で、高齢者に対応した仕様・サービスを備えた分譲住宅。 サービスの内容や保障は、施設毎に千差万別。 [問合せ：不動産会社]
グループリビング	明確な定義はないが、一般的には、高齢者が加齢にともなう身体機能の衰えを補うため、生活の一部を共同化し、お互いの自由やプライバシーを尊重しながら共同生活を送る。 [問合せ：各施設]
コレクティブハウジング	明確な定義はないが、一般的には個人の住居部分とは別に、居住者同士が交流し、支え合う共同の空間（ダイニングキッチン、リビングなど）を備えた集合住宅。必ずしも、高齢者専用ということではなく、様々な世代を対象としており、多世代で暮らすものもある。 [問合せ：各施設]
都営住宅	住宅に困窮している一定の所得以下の方を対象とした「東京都が設置・管理する住宅」。都営住宅には、家族向け、単身者向けなどの住戸がある。 また、高齢者が自立して安全な日常生活が送れるよう配慮したシルバーピアもある。(シルバーピアについては、32 ページを参照) [問合せ：東京都住宅供給公社]
住宅確保要配慮者向け 賃貸住宅	東京都で定める一定の基準を満たす高齢者の入居を拒まない賃貸住宅。国土交通省の管理する専用 WEB サイト「セーフティーネット住宅情報提供システム」から検索できます。 [情報入手先： <a href="https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php">https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php</a> ]

## 11 一覧表など情報の入手先

住まい	情報入手先
・シルバーピア	・東京都住宅供給公社（都営） ・UR都市機構（03-3347-4375） ・練馬区住宅課住宅係 ※区立高齢者集合住宅について
・サービス付き高齢者向け住宅 （全国）	・サービス付き高齢者向け住宅情報提供システム ( <a href="https://www.satsuki-jutaku.jp/">https://www.satsuki-jutaku.jp/</a> )
・住宅確保要配慮者向け賃貸住宅 （全国）	・セーフティネット住宅情報提供システム ( <a href="https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php">https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php</a> )
・優良民間賃貸住宅 （東京都内）	・東京都住宅政策本部ホームページ ( <a href="https://www.juutakuseisaku.metro.tokyo.lg.jp/">https://www.juutakuseisaku.metro.tokyo.lg.jp/</a> )
・有料老人ホーム （全 国）	・（公社）全国有料老人ホーム協会のホームページ ※入居相談室（03-3548-1077）があります
・都市型軽費老人ホーム ・有料老人ホーム ・ケアハウス ・認知症高齢者グループホーム ・特別養護老人ホーム ・介護老人保健施設 （東京都内）	・東京都福祉保健局のホームページ ( <a href="https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/">https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/</a> ) 「高齢者 → 高齢者施設 → 施設一覧 → 施設をお探しの方へ」
・都市型軽費老人ホーム ・特別養護老人ホーム ・介護老人保健施設 （練馬区内）	・練馬区のホームページ ( <a href="https://www.city.nerima.tokyo.jp/">https://www.city.nerima.tokyo.jp/</a> ) 「保健・福祉 → 高齢者 → 高齢者施設」 「暮らしのガイド → 高齢・介護 → 施設に入所して受けるサービス」

注1) 特定施設として認定されている有料老人ホームなどの介護サービスの詳しい情報は、「介護事業所検索（厚生労働省）」のホームページにあります。

注2) 無料の相談センターや有料（会員制）の相談センターでも、全てではありませんが、有料老人ホームなどの情報を提供しています。

実際に施設をご検討される際には、十分なお確認が必要となります。

## 12 補足 (Q&A)

### 住み替え先の住まいの広さは？

- 高齢者向けの住宅や施設の居室は、思いのほか狭いものです。
- 有料老人ホームを除き、一人用の居室はほとんどが1ルームマンション（20数㎡前後）程度で、介護付になると10数㎡となるものもあります。
- いずれの場合も収納スペースは限られています。
- 元気なうちから身の回りの物をすっきりと整理するよう心がけましょう。

### 住み替え先は、終の棲家になるのでしょうか？

自宅で「最後」を迎えるということが理想なのですが、高齢者向けの住まいは、「終の棲家」となるのでしょうか？

- 居宅介護サービスを受ける「サービス付き高齢者向け住宅」、「ケアハウス」などでは、介護が重度になると介護施設などへの住み替えが必要になる場合があります。
- 介護付有料老人ホームの中には、終末期ケアや看取りまでの世話をするところもあるようですが、一般的には、医療的措置が必要な場合には、「病院」に移ることになります。
- 特別養護老人ホーム、認知症高齢者グループホームなどの介護施設については、終末期ケアや看取りまでの世話をするところもありますが、医療的措置が必要な場合には、「病院」に移ることになります。

### 終身建物賃貸借契約？

- 一般的な賃貸住宅では、一定期間後に契約更新が必要ですが、60歳以上の高齢者が、終身にわたり安心して居住できる賃貸住宅があります。この賃貸借契約は、賃借人が死亡した時点で契約終了し、相続することはできません。
- 高齢者向けにバリアフリー化された住宅を、終生住み続けるため、都道府県の認可を受けた賃貸借事業者と、終身建物賃貸借契約を結びます。

問合せ：東京都都市整備局住宅企画部民間住宅課 TEL 5320-4967