



社会医療法人ペガサス 馬場記念病院
医療ソーシャルワーカー



地域包括ケア（自費）シリーズ① 住居系サービス（自費）の基礎知識

年齢や体調の変化とともに、自宅での生活が難しくなったと感じたとき、どんな住まいを選べばよいのでしょうか。高齢者向けの住居系サービスには、介護の有無や生活スタイルに応じた多様な選択肢があり、安心した暮らしを支えます。

住居系サービスの種類と内容

住居系サービスには、主に4つの種類があります。

● サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）

自立～軽度介護の方向けで、見守りや生活支援が受けられます。

● 住宅型有料老人ホーム

食事などの支援があり、介護は外部サービスを活用します。

● 介護付き有料老人ホーム

24時間介護体制で重度の方にも対応します。

● グループホーム

認知症の方が少人数で暮らす家庭的な環境が特徴です。



住居系サービスの利用対象者

施設によって、**対象となる方や生活スタイルが異なります。**

例えば、身の回りのことができる程度できる方には、自由度の高いサ高住や住宅型がおすすめです。介護が必要な方や、将来の介護に備えたい方は介護付き有料老人ホームが安心です。認知症の診断を受けた方には、専門ケアが受けられるグループホームが適しています。

ご本人の状態と希望する暮らし方に合わせて、適切な施設を選びましょう。



Column

こんな誤解していませんか？ 住居系サービス3つの勘違い

「住み替えは介護が必要になってから…」と思い込んでいませんか？よくある誤解を紹介します。

介護が必要ないと入れない？

サ高住や住宅型有料老人ホームは、60歳以上であれば、元気なうちからでも入居が可能です。



どの施設も費用は同じくらい？

入居一時金や月額費用は施設ごとに大きく異なります。事前にしっかり確認しておきましょう。



外出や自由が制限される？

基本的に外出や外泊は可能です。但し、入居者の安全を確保するためのルールが設けられている場合があり、施設によって外出の自由度が異なります。

