

サ高住（サービス付き高齢者向け住宅）を選ぶメリットとデメリット

特別養護老人ホーム、ケアハウス、有料老人ホームなど、高齢者向けの施設にはさまざまな種類があります。中でも最近注目を集めているのが、マンションのように独立した住居で暮らすことができ、安否確認や生活相談などを受けられる「サ高住」（サービス付き高齢者向け住宅）です。必要に応じて介護サービスや食事提供サービスも受けられるため、個人のライフスタイルに合った暮らしをカスタマイズできる点が魅力です。

今回は、介護サービスの比較検討をしている人に向けて、サ高住の基礎知識やメリット・デメリット、住宅型有料老人ホームとの違いについてご紹介します。

高齢者向け介護施設の種類

高齢者向けの介護施設には、民間運営と地方自治体などが運営するものがあり、その中でさらに種類が分かれています。それぞれの施設について見ていきましょう。

民間運営

民間運営の介護施設には、「有料老人ホーム」「サ高住」「グループホーム」などがあります。

有料老人ホームは、24時間体制の介護サービスが受けられる「介護付き」、状況に応じて外部の介護サービスを受けられる「住宅型」、食事提供や生活サポートなどを受けられる「健康型」の3種類に分けられます。

サ高住は、自由度が高く、外部の介護サービスが受けられる住居型の介護施設です。

グループホームでは、認知症の高齢者が介護ケアを受けながら共同生活を送ります。

公的施設

地方自治体などが運営する公的施設には、「介護保険施設」と「福祉施設」があります。

自宅での介護が困難な要介護の度合いが高い高齢者向けの「特別養護老人ホーム」や、在宅復帰を目指して専門的なリハビリを行いながら生活する「介護老人保健施設」、容体に回復の見込みがある寝たきり患者に医療ケアを施す「介護療養型医療施設」は、介護保険施設に当たります。

一方、福祉施設には、低額で生活サポートや介護サービスを受けられる「ケアハウス」や、精神的・経済的理由により自宅での生活が難しい高齢者が生活する「養護老人ホーム」、バリアフリー設計の公営住宅で、浴室に緊急通報装置が設置されているなど、見守り機能が活用されている「シルバーハウジング」などがあります。

サ高住「サービス付き高齢者向け住宅」とは？

健康で自立した生活を送れる人だけでなく、ある程度の介護が必要な人でもサ高住へ入居できることがあります。入居条件や費用、サービス内容など、サ高住の基礎知識をご紹介します。

入居条件

サービス付き高齢者向け住宅の入居条件は、60歳以上であること、または要介護者・要支援者であることです。入居が可能な介護レベルは、介護不要から軽度の介護が必要な高齢者までが対象です。ただし、施設によっては、「認知症を患っていない」「身の回りのことが自分でできる」などの条件を設定しているところがあります。

費用

初期費用は、敷金・礼金のほか、万が一月額利用料が支払えなくなったときのための保証金、家賃の前払い分などを含め、数十万～数百万円が必要になります。敷金はかからない場合もあるので、目星を付けている施設がある場合は、確認してみましょう。

入居後は、家賃や光熱費、管理費などを含む月額利用料、介護サービスを受ける場合は介護保険料などを含め、月額約10万～30万円を支払います。 上郎へ

受けられる主なサービス

サ高住で受けられる主なサービスは、専門家による安否確認と生活相談です。

安否確認は、職員が定期的に訪問したり、食事を提供する施設では、朝食・夕食時などに確認をしたりする人的なもの、ビデオカメラや感知センサーの設置など、システムによるものの2種類があります。施設によって、両方の安否確認を組み合わせているところもあります。

生活相談は、常駐の生活相談員が、ゴミ出しや買い物の代行、家族への連絡代行、病院への付き添い、緊急時の医療機関への連絡など、入居者の生活サポートを行います。生活相談の中には介護サービスは含まれていないため、介護が必要な入居者は、別途、外部事業者との契約をする必要があります。

施設内の特徴・設備

施設内は、「段差がない」「手すりが設置されている」といったバリアフリー設計になっています。部屋タイプは完全個室で、各居室には浴室、キッチン、トイレ、洗面台などがあります。食堂や、リビングなどの共有生活室が備わっている施設が多いですが、機能訓練室や理美容室などはありません。

サ高住のメリット・デメリット

安心のサービスと設備に加え、共同生活の煩わしさを感ずることなく、自由に暮らすことができるサ高住。生活する上でのメリットとデメリットをご紹介します。

メリット

介護施設では、入居者の外出に許可や付き添いが必要になることがあります。

一方、サ高住は、外出や外泊、来客などに制限がないところが多く、他の介護施設と比べ、自由度の高い生活を送ることができます。自炊も可能な上、有料の食事提供サービスを受けられる施設が多いため、食事に困ることはないでしょう。自立している人のみが入居できる健康型有料老人ホームとは異なり、ある程度の介護や支援が必要な人が入居できる点もメリットです。

また、サ高住はバリアフリー構造が義務づけられており、高齢者にとって住みやすい仕様になっています。一般的なマンションなどと同じ完全個室のため、プライバシーも守られます。通常の賃貸住宅は高齢者の入居が難しいこともありますが、サ高住は入居条件があまり厳しくないため、通常の住宅からの住み替えがしやすいというメリットもあります。

デメリット

入居後に介護レベルが高くなった場合は住み続けることが難しく、退去を求められる可能性があります。介護・医療サービスを受けるときは別途費用がかかるので、状況によっては、支払う費用が高額になってしまいます。

また、運営事業者によって設備やサービス内容、サポート体制などが異なるため、どの施設を選べばよいか判断が難しいというデメリットがあります。人によっては必要なサービスを十分に受けられず、入居後に不便さを感じることがあるかもしれません。

サ高住と住宅型有料老人ホームの違い

受けられるサービスの違い

サ高住は、基本的に安否確認と生活相談のみを受けることができ、介護サービスは外部事業者と契約しますが、住宅型有料老人ホームは、外部事業者による介護サービス、食事提供、健康管理などの中から、希望のサービスを選択することができます。

また、機能訓練室やトレーニングジムなどの設備面、レクリエーションやイベントなどが充実しているのも住宅型有料老人ホームの特徴です。

生活の自由度の違い

サ高住は、外出や外泊に制限がなく、自由にできる施設がほとんどです。

一方、住宅型有料老人ホームの多くは、外出や外泊に一定の制限が定められています。より一般住宅に近い暮らしを望むのであれば、サ高住を選ぶほうが良いでしょう。

契約方式

サ高住は、賃貸住宅と同様、入居時に敷金や礼金などが必要な「賃貸借契約」であるのに対し、住宅型有料老人ホームは、入居時に一時金を支払うことで部屋と介護サービスの使用を同時に契約する「利用権契約」です。

居室面積の定義の違い

サ高住は、原則として25平方メートル以上の居室面積、食堂やリビングなどの共有スペースが十分にある場合は18平方メートル以上の居室面積が義務付けられています。

それに対して住宅型有料老人ホームは、施設によって居室面積がバラバラです。

今後も需要の増加が見込まれるサ高住

サービス付き高齢者向け住宅には、国から補助金制度が設定されているため、これからさらに民間企業が参入する可能性が高いと見られています。また、高齢者や要介護者の増加が見込まれていることから、それに比例して、サ高住の数も増えていくでしょう。

一般住宅に近い生活を送ることができ、暮らしの不安や心配事をサポートしてくれるサ高住は、「身の回りのことはある程度自分でできるので、安否確認と生活相談サービスを受けながら、自分らしく暮らしたい」という高齢者にぴったりの施設であるといえるでしょう。