

興味深人

土曜インタビュー

にしはら けいこ
西原 桂子さん
高齢者住まいの相談・情報センター長

年を取ると一人暮らしに不安を感じたり、持ち家の維持が負担になる。手ごろな所に移り住みたい。そんな気持ちがあっても、高齢者住宅は多種多様で、どのように選べば良いか分かりづらい。NPO法人シーズネットなどが運営する高齢者住まいの相談・情報センター(札幌)の西原桂子センター長(75)に、豊富な経験をもとに置き替えへのアドバイスをしてもらった。(文・上田貴子、写真・栗本充則)



37年、大阪市生まれ。幼少期に父親の転勤で札幌へ。夫と幼稚園とめを98年と00年に相次いで亡くしたのを機に高齢者住宅の情報収集を始めた。高齢者住まいの相談・情報センター「あんしん住まいサッポロ」のセンター長を10年から務める。同法人が発行する情報誌「シニア住まい情報さっぽろ」の取材のため、道央圏を中心に各地の住宅を訪問している。

— 高齢者住宅にはどのような種類がありますか。
「最近増えているのはサービス付き高齢者向け住宅です。賃貸住宅の一つで、入居者の安否確認や生活相談を義務づけています。長年暮らした地域のためにサービス付き住宅を造った人もおり、地域と連携し、入居者が暮らしやすい環境づくりに一生懸命です。ほかに有料老人ホーム、軽費老人ホーム、下宿、共同住宅などがあり、バラエティー豊かです」

— 住み替え準備はいつごろからいいですか。
「還暦あたりから情報収集するといでしょう。介護が必要になってからだと慌てて探すことになり、妥協する点が多くなります。自分の両親やおじ、おばがどのように年を取ったか考えると、住み替え先の参考になります」

— 心構えも大切です。
「共同生活には妥協や我慢、協調性が必要です。『束縛されるのが嫌』という人がいます。でも、風呂や食

住み替え準備 還暦あたりから情報収集を

事には決まった時間があります。食事の味付けも好みとは限りません。また、誕生会やお花見などの行事もあるでしょう。『一人で静かに過ごしたい』という人もいらっしやるでしょうが、できるだけ参加した方が、入居者と交流できて住み心地が良くなります。ただ、自分の希望が100%生かされる所はないので、最低限のルールが守れない人は住み替えは難しいでしょう」

— 高齢者住宅を選ぶポイントは何ですか。
「住み替える時期や体調によって選び方は変わります。自立している人なら街中の催しや買い物に出かけるなど活動的でしょう。そういう人は駅やバス停に近い方がいい。部屋はキッチンや風呂、トイレ、洗濯機置き場があるのがいいですね。一方、介護が必要な人はハード面よりも、どのような介護サービスを受けることができるか調べましょう。デイサービスなど介護事業所を併設している所もたくさんあります」

— 複数の住宅を見学し

地区限定せず見学や体験入居でじっくり

て比較するといいですね。
「できるだけ地区を限定せず、少し遠方でも足を延ばしてみよう。札幌では『〇区がいい』と自宅近所を挙げる人が多いのですが、限定すると希望に合う住宅が見つかりにくいのです。職員の態度も大切です。話をした時に、対応が悪いところはだめですね。事前に用意した質問に端的にわかりやすく答えてくれる所も望ましいです」

「できれば体験入居や食事をしてみましょう。あと、見学中に入居者を見かけたなら、感想を聞くとも参考になります」

— 契約の際に気を付けることは。
「契約を焦ってはいけません。いい住居が見つかったら一人で決めず、子供や友人、きょうだいに相談してみてください。客観的な意見が聞けます。そして、契約前に契約書を持ち帰って熟読し、疑問が浮かべば担当者に聞きましょう。契約書を持ち帰らせない事業所

もあり、疑問を感じます。あと、敷金など退去時に返金される費用についても詳しく聞きましょう。敷金から掃除代を差し引く事業所もあります」

— センターには本年度だけで約900件もの相談があります。どんな内容が目立ちますか。
「高齢になったので、食事や入浴、買い物ができづらくなり、住み替えたいという内容です。病気の親が退院を迫られたので、どこかかないかという家族からの相談もあります。意外に多いのが、親子関係に亀裂が走ったり、熟年離婚・別居で家族との同居が困難になったという人です」

— 入居後に「想像と違う」と、再び住み替える人も少なくありません。
「金銭面で後悔する人もいます。入居後も小遣いや通院費、税金などの支払いが必要で、私はよく、『住み替え先の費用は所得の7割程度に抑えましょう』とアドバイスしています。体力や判断力がある内に情報収集し、自分に合った住宅を見つけたいです」