

老後にどこで暮らすか、「終(つひ)のすみか」選びは重要な問題だ。体力の低下や病気への不安をどうするか、残りの人生の楽しみ方や資金の問題など悩みは多岐にわたる。生き生きとした暮らしをどうデザインするか。住み替えという決断をした高齢者は何を思い描き、どんな選択をしたのだろうか。連載で探る。

終のすみかはどこに。

老後を「デザイン」する

医療と介護、食事、生活支援のサービスが付いた堺市にある分譲型マンション「マスターズマンションひまわり」。住人の女性Aさん(75)は「大好きな料理に安心して腕を振るえることが私の老後の暮らしの大条件だった」と話す。

18年前に夫と死別。生前の夫はAさんの手料理をいつも楽しみにしていた。子どもはおらず、めい夫婦と一緒に住もうと誘われた

時は「遠慮しながら暮らすのは嫌」と断った。それから大阪府内の有料老人ホームに、生活サービスを選んで

料理「温泉」思い様々

掃除はヘルパー

また行くの」といつも追われるような気持ちだった。自分にとっての終のすみか探しは難しい。有料老人ホームに関して国民生活センターに寄せられた相談件数は2009年度で428件と5年前の2・3倍。「介護サービス費用が説明

受けられるマンション「ひまわり」の存在を知った。今は掃除などはヘルパーの助けを借りながら、自由気ままに食事を作れる喜びをかみしめている。

と違う」など金銭がらみの内容が多いが、「朝食が少ない」といったイメージの違いを訴える相談もある。住み慣れた東京から縁もゆかりもない福島県いわき市の介護付き有料老人ホーム「感謝の郷いわき」に移った沢田泰道さん(83)と一枝さん(81)夫妻が重視したのは2人が好きな「温泉」だった。「食事を作るのも、お風呂を掃除するの

ム巡りが始まった。いくつもの施設に体験入居した。健康への配慮や娯楽施設は整っている。しかし3度の食事の時間が決められ、「さっき食べたのに

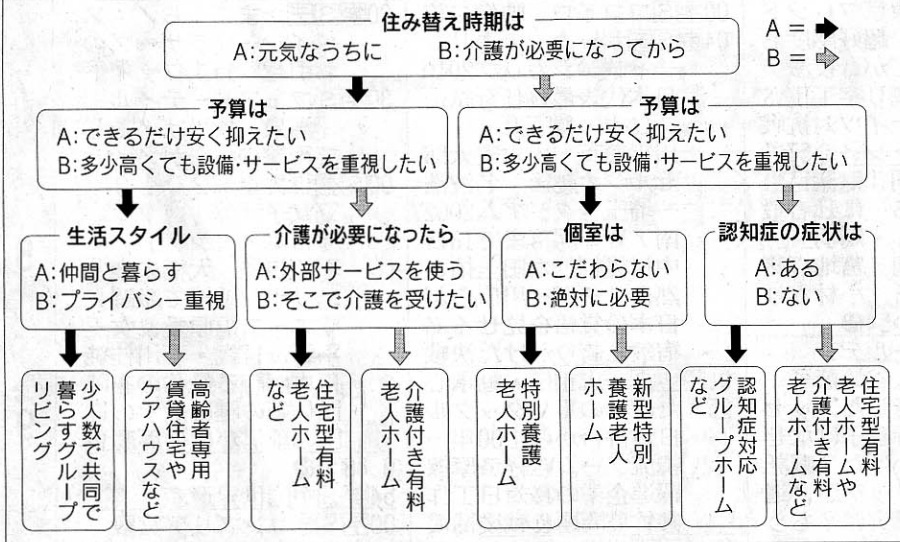
5年ほど前、一枝さんが打ち明けて、目の分譲マンションからの住み替えを考え始めた。泰道さんは教職一筋、一枝さんは美容院を開いていた。

気になる世田谷区の有料老人ホームは入居一時金だけで約1億円と手が届かなかった。設備が充実した埼玉県の施設は、近くに住む親せきとの頻繁な付き合いが少しおっくうだった。「田舎で別の過ごし方をして楽しもう」。夫婦の対話を重ね、毎日温泉に入る悠々自適の生活が2人の共通イメージになった。「ペランダ

生涯独身で他人と暮らした経験に乏しい。近所に兄弟夫婦が住むが「身内が近くにいる安心できるのは若いうちだけ。共倒れしないためにも、年を取ったらもたれ合わない方がお互いのため」と話す。サービスや設備比較をするが、雰囲気は自分に合ったか、人間関係はどうか、運営母体が破綻するかもしれないと心配し始める」と決断できない。

明確なイメージを抱けず、住み替えに踏み切れない人は多い。「気が知れない人との付き合い方がすごく不安で……」。埼玉県南部のマンションで一人暮らしをする女性Bさん(73)は、終のすみか選びに難航している。高望みはしていないつもりだ。条件は「体が動くうちはあまり拘束されず、不自由になったら死ぬまで暮らせるところ。あとは、行きすぎた延命治療はしないこと」。

あなたの望む住み替え先は？



特養への待機42万人

住み替え先は自分が望むライフスタイルや条件を明確にし、経済状況に照らし合わせて考えたい。

高齢者専用賃貸住宅(高専賃)は19日から登録制度が変わり、1戸当たりの床面積が原則25平方メートル以上、トイレや洗面、台所を備えるなどの基準を満たさないと名乗れなくなった。質を確保して混乱を防ぐ狙い。

間取り図や介護などの細かいサービス内容が公開されるようになり利用者は選びやすくなった。一方、事業者にとっては登録要件が厳しく手間も増えたため、高齢者住宅財団に登録された高専賃は制度変更前の5割弱にとどまる。同財団は「未登録の住宅にあたる時は、登録基準を指針にすればおおよその内容はチェックできる」と話す。

安価で入居できる特別養護老人ホーム(特養)は入所待機者が約42万人おり、数年待ちのところもある狭き門だ。10人前後で生活する全室個室の「新型特別養護老人ホーム」は特養全体の4分の1しかない。

まとまった資金が必要な有料老人ホームは数が多い。終のすみかの相談に乗る介護情報館(東京・港)の中村寿美子館長は「うわさや評判をうのみにせず、体験入居をして自分で納得してから選ぼう」と話す。

「大事なのは自分で選択すること。例えば有料老人ホームに入るなら、場所も時期も自分で決断しよう」と特定非営利活動法人(NPO法人)「高齢社会をよくする女性の会」の樋口恵子理事長は話す。子どもらの選択に頼り、施設に気に入らないことがでると「強制されたから」と不満が募る。「元気なうちから自分の10年後、20年後の姿をしっかり想像しておくべきだ」とアドバイスする。



温泉のある有料老人ホームに移り住んだ沢田さん夫妻(福島県いわき市)

10年後の私、想像を

シヨンからの住み替えを考え始めた。泰道さんは教職一筋、一枝さんは美容院を開いていた。

に出るとウグイスの鳴き声が聞こえて幸せ」。館内の温泉通いで、部屋の風呂場は物置になっている。

付き合いが不安

明確なイメージを抱けず、住み替えに踏み切れない人は多い。「気が知れない人との付き合い方がすごく不安で……」。埼玉県南部のマンションで一人暮らしをする女性Bさん(73)は、終のすみか選びに難航している。高望みはしていないつもりだ。条件は「体が動くうちはあまり拘束されず、不自由になったら死ぬまで暮らせるところ。あとは、行きすぎた延命治療はしないこと」。