

# 人恋新 生活休止 大野智 支える

独占撮



真剣愛 スターブ!

嵐くらい大切な女性との京都旅 海老蔵4年越し苦渋の決断 麻央と暮らした一軒家 ついに売却

明菜ガン無視! トシ 復帰要請 石原さとみ新婚夫と 就寝前愛の瞑想

俺なら口説ける! 還暦のビッグマウスも赤っ恥...

5月4日号 特別定価440円 光文社

8年ぶり 福山雅治 ガリレオ撮

1000人アンケート 西城秀樹 感涙場面ベストテン

愛子 大変身 新学期は ポブヘア!



汚染水海洋放出 決定に地元住民が激怒 菅首相の人命軽視を許さない!

## 眞子 小室佳と 皇室追放へ

悲痛の叫び、8千字に綴った採点への不満

開港450周年 長崎 美味 & 勝景旅 包まない餃子、巻かないロールキャベツ... 異次元のやけくそ 美味レシピ

休日おうちデート♥ なにわ男子 ドリームジャンボ開運付録 億招く爆当たり神社 渋沢栄一 5億円札

三賢人の厳選ケアハウス 全国BEST 24 いちごショート 10

驚愕試算公表 完治でも2千293万円減... 夫のがん死で消える収入生涯 8千174万円 変異株に手のひら7秒押すだけ 得クレジットカード乗り換えリスト

癒し動物写真大集ケツ♥ おしり自身 ひき肉大満足 31 ムダ出費家計簿

松山英樹 2歳年下後輩妻 一途15年愛「彼の夢に人生捧げる!」



「親のため」の施設選びは、  
いずれ「自分のため」にもつながるから……。

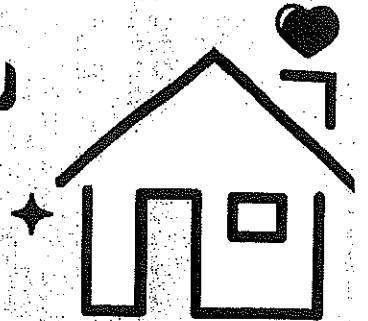


過ごしたい「老後のライフスタイル別」

# 厳選 ケアハウス

日本  
全国

# BEST 24



「年老いた両親の面倒をどうしたものかしら」と考えている人も多いことだろうが、そんな悠長なことを言っていると、あっという間に自分も老後を迎えてしまうもの。これを機に自分の「終のすみか」についても考えよう!



写真: 山本浩一/アフロ

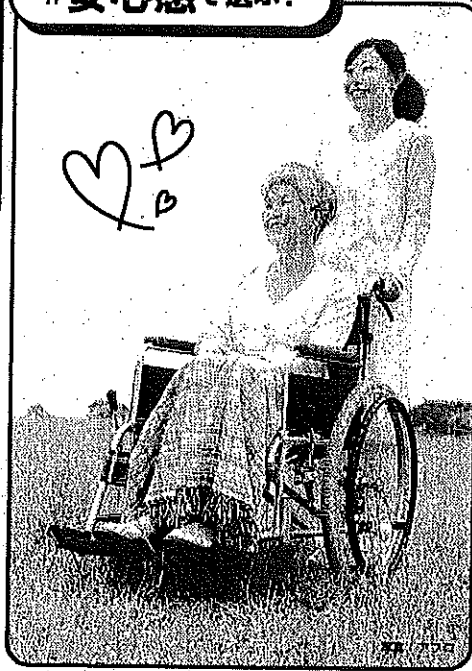
#ロケーションで選ぶ?



写真: アフロ

#レクリエーションで選ぶ?

#安心感で選ぶ?



教えてくれたのは

田村明孝さん



タムラプランニング&オペレーティング代表取締役。長年、高齢者住宅の企画、調査、コンサルティング業務に携わる。メディアでも失敗しない高齢者住宅の選び方を発信。

畠中雅子さん



高齢者施設への住み替え相談を行う「高齢期のお金を考える会」を主宰。近著に「新版 ひきこもりのライフプラン「親亡き後」をどうするか」(岩波ブックレット)。

池田敏史子さん



'92年、NPO法人シニアライフ情報センターを設立。代表理事として高齢者の住み替えの研究・支援に携わる。著書に「最新ケアハウスガイド」(中央法規出版)など。

# 「特養以上、サ高住未満」で人気急上昇中！ ケアハウスが老後の住まいにおすすめな理由とは？

## 主な高齢者施設の違いとは

一般に「老人ホーム」と聞いてまず思い浮かべるのがこちら。充実した施設や行き届いたサービスが提供されるが、まとまった一時金や高額な利用料が入居のネックに。



まだまだ元気な高齢者向けの施設として近年増えてきている「サ高住」は、24時間管理人が常駐している「高齢者向けマンション」といった趣だが、利用料は全額自己負担。



三度の食事も付くうえに、自己負担が手ごろな金額で抑えられるとしておすすめなのが「ケアハウス」。老後の生活資金に不安がある人にとっては穴場的な高齢者施設だ。



利用料は安く抑えられるものの、利用は要介護3以上で、厳しい収入制限があるので、利用のハードルは高い。また、入居希望者が多く、簡単には順番が回ってこない。



「高齢者施設探しはいわば情報戦。単にお金をたくさん持っている人より、良質な情報を得られる人に有利なのです」  
そう話すのは新聞・雑誌、ウェブなどに多数の連載を持つ、フアンナシヤルプランナーの畠中雅子さんだ。  
最近「高齢期の住まい」に関する相談も多く、畠中さんが実際に足を運び「ここなら」と思った施設を、相談者に紹介する機会も増えているという。

「独身で働いてきた方や、配偶者を亡くした方が70歳前後になり、だんだんと家事をするのがつらくなって施設を探し始める、というケースが多いですね」  
介護認定を受けてから探そうとしても、認定後にたくさん施設を見学するのは難しかったため、少し早めに70歳前から準備をすることをおすすめしています」  
なかでも「国民年金で入れるところを」という相談者に畠中さんがおすすめていたのが「ケアハ

ウス（軽費老人ホームC型）だ。「あまり知られていませんが、以前から私が注目しているのがケアハウスです。ある雑誌でケアハウスのメリットを紹介したところ、読者から『そんないい施設があるわけないだろう』とクレームをいただいたこともあるくらい（笑）。情報のない方には信じられなかったでしょう」  
似ているようでじつは違う「高齢者施設の種類の違い」

畠中さんによれば、よいケアハウスと出会うことができれば断然お得に老後の生活を送れる、ということなのだが、そもそも高齢者施設にはどんな種類があるのかおさらいしておこう。  
高齢者施設全般に詳しいタムラプランニング代表の田村明孝さんはこう解説する。  
「ひとことで高齢者施設といっても、その種類はさまざま。介護の要不要や、首都圏などの都市部か地方なのかでも、かかるお金は全然違ってきます。まずは予算との相談になりますね」  
田村さんによれば、予算が潤沢にあるならば最初の選択肢にの

るのは、ハード、ソフトの両面で充実した民間経営の「介護付き有料老人ホーム」だという。ただし、入居一時金や月額の利用料が高額なことが多く、資金面のハードルは高いといえる。  
また最近増えているのが、自立はできるものの、家事や見守りなどの面でサポートが必要という人向けの「サービス付き高齢者向け住宅（以下、サ高住）」。  
こちらは「介護付き有料老人ホーム」に比べて安価なことが多いが、原則として費用はすべて自己負担になるので、年金暮らしの高齢者にとっては、やはり気軽に入居しづらい。

そこで狙い目となるのが「ケアハウス」。地方自治体や社会福祉法人が運営するケアハウスは、整備の補助金が出るので利用者の家賃相当が安くなり、予算に不安がある人にとっても、手が届きやすい施設なのだ。  
「ケアハウスでは整備費用の4分の3が国からの補助金でカバーされるので、利用者にとってはとても安心。ただし、ネックとなるのは、その数があまり多くないことです。特別養護老人ホーム（以下、



「特養」は最近増えていますが、ケアハウスの数はほぼ横ばいです」  
 (田村さん)

ちなみに「特養」とは、要介護3以上の高齢者向け施設。所得制限もあるのですが、そもそも誰もが入れるわけではない。

費用面では、穴場の高齢者施設ともいえるケアハウスだが、大きく分けると、「自立型」と「介護型」、そして「混合型」がある。

数としては自立型が多いが、それでも三度の食事と入浴サービスが付き、職員の見守りという安心感もある。

また混合型であれば、入居後に介護認定を受けたとしても、介護サービスを受けながら居住することも可能なので安心感もあり、かなりお得だという。

以前は、ケアなしケアハウスなどと呼ばれることもあったケアハウスだが、近年、そうした状況は大きく変わってきている。ケアハウス研究の第一人者でありシニ



年を取ってからの共同生活には何より協調性が求められるので要注意!

アライフ情報センター代表を長年務めてきた池田敏史さんは全国約千件のケアハウスを見学、会員向けに紹介していた経験からこう話す。

「介護保険法施行後は高額な有料老人ホームと肩を並べられるようなケアハウスも出てきました。リゾートホテルのような建物や、毎日入れる温泉などバリエーションも豊富。新しくできたところには、見学をしに全国を飛び回っていました」

現在、全国に2千所あるケアハウス。ちなみにかかる費用は所得に応じて事務費が1万円から7万円。その他管理費、生活費が定められ7万円から(自立者の場合)13万円程度。居室面積も原則21.6平方メートル以上と定められている。

**「過ごしたい老後」のために 自分の目で必ず確認を**

ケアハウスにかぎらず、年を取ってからの共同生活にはさまざまな戸惑いも予想されるが、高齢者施設を選ぶ際は、どんなポイントに気をつければよいのだろうか。

「まずは何より体験入居してみることをおすすめします。実際に施設に足を踏み入れて、何か違和感があったらやめたほうがいい。入居者の方の表情を見て、施設の方同士の会話にも耳を傾けてみてく



入居者の平均年齢を事前に調べておくことも施設選びの大事なポイント

ださい」(池田さん)

ケアが不適切で職員や入居者の不満が多い施設は雰囲気も暗く、どんよりしているという。そして、気になることは遠慮なく確認するのが鉄則。

「尋ねることはいくらでもありません。最期までいられる施設なのか、医療との連携はどうか。元氣な方は認知症の入居者比率が高いとつらいかもしれません。」

あと大切なのは、入居後の自分のライフスタイルをイメージすることです。趣味を大切にしたいのか、過ごしたいのか。新しい友人を作って楽しく過ごしたいのか。あるいは、施設から足を延ばしてアクティブに行動したいなら、そのための足回りも確保できなくてはなりませんから」(池田さん)

いずれにしても、自分の「過ごしたい老後」に合った施設を選ぶことが肝心なようだ。

さらに島中さんは、高齢者が集まるケアハウスならではの注意点を教えてくれた。

「性格的に協調性の低い方には向いていないかもしれませんが、あとは、つい人に嫌みを言うてしまうような方も。ケアハウスでは食事は食堂に集まっていつせいにいただきますが、人間関係がもつれてしまうと1日3度の食事で顔を合わせることもストレスになってしまいますから」

もちろん慎重のうえにも慎重を期したつもりでも、ハズレのケアハウスを選んでしまうことはあるかもしれない。

それを避けるための簡単な見分け方を、前出の田村さんはこう教えてくれた。

「バックに健全な医療体制があるか否かを確認すること。それと、頻繁に広告を出しているところは注意が必要です。いつも空き室があるというのは、何かしら問題がある可能性がありますから」

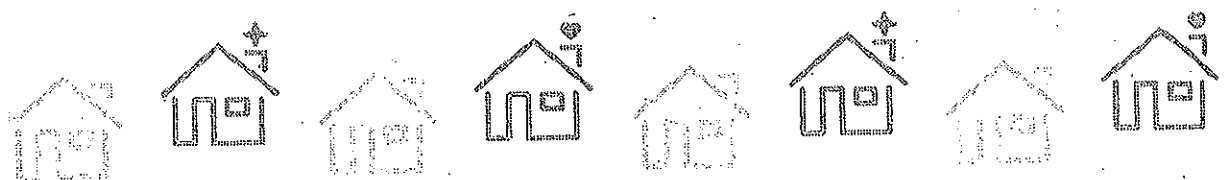
うまく選べば高齢期の2大不安要素である「お金と健康」の問題を解決してくれる。それがケアハウスなのだ。

**ケアハウス選びの3カ条**

- ① 入居後のライフスタイルをイメージするべし
- ② 施設からの移動手段を確保しておくべし
- ③ 入居前に必ず自分の目で確認しておくべし



# 充実の施設に、めくもりあふれるレクリエーション…… 「第1公開」日本全国から厳選したケアハウスBEST 24



行事も充実した「ケアハウス アーベイン八幡平」

「ケアハウスアーベイン八幡平」、風光明媚な景色のなかに立つこちらの施設には、前出の池田さんも「有料老人ホーム以上」と太鼓判を押す。岩手山が望める部屋は全室南向きで、個室は32平方メートル基準よりかなり広めた。

だが、充実した設備もさることながら、こちらの最大の長所は、おもてなしの心が随所にあふれていることだろう。正月にはおせち料理が振る舞われるだけでなく、ひな祭りには新鮮な魚介、端午の節句には竹の葉に包んだちまきなど、四季折々の歳時にちなんだ料理が提供されている。

「高齢になると食べることが最大の楽しみにもなるので、飽きのこ

ないよう専属シェフが腕をふるっています」

こう話す職員の田代さんがつづるブログには数多くの行事が紹介され、小道具一つをとって見てもスタッフの心遣いがうかがえる。さらに施設内では、クラシックコンサートや三味線などの演奏会も催されるが、入居した親がこうした行事を楽しんでいる姿が見られることも、家族にとっては大きな安心材料だ。

ちなみにこちらは、自立から要介護5までが暮らす「混合型」で、終のすみかかとして過ごすこともできるのだ。

「ご本人の希望があれば、最期まで居室で暮らしていただいています」(田代さん)

【ゴジカラ村 雑木林館】

社会福祉法人たいようの杜が運営する「ゴジカラ村」は、愛知県長久手市の1万坪に及ぶ雑木林のなかにたたずんでおり、地域木材をはじめ自然素材を中心とした建築となつている。玄関は高い天井と開放感あふれる間取りとなつており、木の香りが漂う2階テラスでは、館内にいながら森林浴を楽しむこともできる。



「ゴジカラ村 雑木林館」は世代間の交流も盛んだ

こちらの最大の特徴は敷地内に幼稚園や専門学校、散歩道などがあること。絶えず子どもたちの笑い声が響き、近隣住民とのふれあいも多いという。さらに「特養」も同一敷地内にあり、「次世代型福祉複合施設」として全国的に注目を集めているのだ。

「館内には食堂、喫茶もあり、学生さんや子ども連れのお母さんたちも気軽にいらつしゃいます。身近に若い人たちがいることで入居者の方々も自然と元気になってきますし、若い人たちにとっても、いい刺激になつているようです」

こうした世代を超えた交流は、居場所と役割を意識したこちらの施設ならではの。

「当館では入居者の方が子どものお世話や見守りをするだけでなく、イベントの作品作りや手伝い、畑やお花の手入れなど、それぞれが居場所と役割を持つていただけに心にかけています」(館長の石原さん)

【さくらハイツ西五反田/ケアホーム西五反田】

「ケアハウスに入居する、と伝えたときに心配していた息子たちも、いまでは『自分も年を取ったらここに入るといいな』と言ってくれています」

JR山手線・五反田駅から徒歩9分のこちらで暮らすAさん(78)は穏やかにこう話す。

一人部屋1DKの住まいは整頓され、「最近、介護予防に料理を始めました」というキッチンも綺麗に磨き抜かれており、まさに都市型ケアハウスの快適な暮らしといった風情。三度の食事が用意されるが、自分で作るうと思えば、事前にキャンセルも可能だ。

Aさんは日々、読書や料理を楽しむながら、電車で社交ダンスにも通つているという。

もちろんAさんのように個人的な趣味が満喫できるだけではな



# 3賢人おすすめケアハウスBEST24



※特養(併設もしくは、同じ法人に特養がある)

<b>1 ケアハウス アーベイン八幡平</b> 岩手県八幡平市 ☎0195-78-2710	<b>タイプ</b> 混合型 <b>特養</b> ○	【諸費用】敷金なし・事務費1万円~6万8160円・生活費4万2490円・管理費4万5000円。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢86歳。1人部屋は32㎡と広め。[いわて地産地消給食実施事業所]に認定されており、岩手県産の食材をふんだんに取り入れた食事を提供。同法人で居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、通所介護事業所、特別養護老人ホームを運営しているため介護が必要となった場合は、スムーズにサービス提供につなげることができる。
<b>2 南三陸キングスガーデン</b> 宮城県気仙沼市 ☎0226-26-1111	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】敷金7万5000円・事務費1万100円~8万8000円・生活費4万4500円・管理費2万5000円・水道光熱費など3000円~8000円。【施設の特徴】入居定員30人、平均年齢86歳。毎月、さまざまな行事やイベントがある。春はお花見に始まり外食ツアー、買い物ツアー、夏祭りなど、季節の行事を実施し、利用者を楽しみのある生活を提供している。食事にも定評があり、母の日や父の日などには特別メニューも提供している。
<b>3 ケアハウス 土湯宝生園</b> 福島県福島市 ☎024-594-5900	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】入居一時金48万円・事務費1万円~6万8262円・生活費4万6943円・管理費2万9250円・温泉利用料3850円。個室の水道光熱費などあり。11月から3月まで冬季加算あり。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢83歳。源泉かけながしの温泉入浴が毎日楽しめる。入浴の不安や掃除・洗濯など身の回りの手助けが必要になった場合は、訪問介護サービスなどを利用しながら生活を維持することも可能。法人内にグループホームや特養もあり、ケアハウスの生活が不安になったら相談に応じてくれる。
<b>4 ケアハウス ホープヒルズ</b> 群馬県高崎市 ☎027-322-4985	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】預かり金30万円・事務費1万円~5万3180円・生活費4万6940円・管理費1万円・水道光熱費など8000円(合算定額)、冬場のみ暖房費として3000円程度。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢83歳。市街地に位置しているため外出や買い物に便利な立地で、映画観賞、手芸、書道、塗り絵、工作など任意で参加可能なレクリエーションも充実している。同法人内に特養が併設され、病院も近いため利用者は安心して過ごせる。
<b>5 ケアハウス ロイヤルの園</b> 埼玉県所沢市 ☎04-2947-1108	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】敷金なし。事務費1万円~5万100円・生活費4万6940円・管理費支払い方法は一括535万3000円(28㎡の個室の場合)と併用(入居金100万円を払うと月額1万8991円)など。水道光熱費など1万円程度。【施設の特徴】入居定員80人、平均年齢84歳。最寄駅までバス10分という立地。展望大浴場で毎日入浴ができ、カラオケ、理美容、図書室なども。季節感を大切に食事はバイキングや行事食を定期的に提供している。近隣に関連施設として所沢ロイヤル病院(332床)、同法人運営の特別養護老人ホームなどがある。
<b>6 ケアハウス しらさぎ</b> 埼玉県さいたま市岩槻区 ☎048-797-4348	<b>タイプ</b> 混合型 <b>特養</b> ○	【諸費用】保証金30万円・事務費1万円~6万5400円・生活費4万6940円・管理費1万2132円・その他水道、電気、電話料金は利用分を月払い。【施設の特徴】入居定員70人、平均年齢86歳。富士山を望める露天風呂や、行事食や季節食、薬膳料理、バイキング形式で提供される食事などが好評。敷地内には乗合バスの停留所あり。ケアハウス内に24時間の介護サービスを受けることができる特定施設入居者生活介護があるほか、機能訓練指導員による個別機能訓練や看護職員による健康相談なども行っている。
<b>7 ケアハウス市川</b> 千葉県市川市 ☎047-339-6222	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】保証金(敷金)30万円・事務費1万円~7万2800円・生活費4万6940円・居住費は入居時一時金として8万円と月額5700円・水道電気電話はそれぞれ基本料金+使用料。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢86歳。食事のご飯はおかゆ、軟らか炊き、普通炊きから選べる。朝食は数種類の飲み物とパンの選択が可能。自転車やバスで買い物に出かけたり、サークル活動に参加したりするなど、自分の生活ペースを保ちながら暮らしている入居者が多い。春夏秋冬の季節ごとに開催される行事も充実している。
<b>8 ケアハウス まんぼう</b> 千葉県鴨川市 ☎04-7099-1331	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】預かり金30万円(2人部屋は50万円)・事務費1万円~6万8100円・生活費4万4500円・管理費1万5300円・特別サービス費1万2000円(11月~3月1960円加算)。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢83歳。朝食はバイキングで、四季折々の行事も充実。房総半島の風光明媚な環境下で海を眺めて過ごすこともでき、露天風呂も完備。亀田メディカルセンターが協力病院となっている。
<b>9 さくらハイツ西五反田/ ケアホーム西五反田</b> 東京都品川区 ☎03-5434-7831	<b>タイプ</b> 自立型/介護型 <b>特養</b> ○	【諸費用】さくらハイツ=入居時280万円~320万円(居室の利用料に充当される金額20年分)・事務費1万円~4万6900円・生活費4万6090円・管理費1万7600円・居住に関する費用4万円・水道光熱費は個人契約/ケアホーム西五反田=預かり保証金30万円・事務費1万円~2万6300円・生活費4万6090円・管理費1万円・居室に要する費用2万8000円・ユニット内水道光熱費3万2000円。介護費用は介護度により自己負担。
<b>10 ケアハウス 陽光レジデンス</b> 新潟県新潟市中央区 ☎025-287-5152	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】保証金20万円・事務費1万円~4万5900円・生活費4万6607円(11月~3月は6945円加算)・管理費1万円程度・水道光熱費など1000円~1万5000円程度・居住費5680円。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢85歳。余暇は居室で趣味を楽しんだり、共用スペースで友人と交流するなど過ごし方はさまざま。曜日によって開かれる催しは自由参加で、カラオケ・体操・脳トレなど多くの種類がある。季節の行事や講座も多数開催される。
<b>11 あげぼの ケアハウス</b> 山梨県甲府市 ☎055-243-3362	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】敷金なし。事務費1万円~7万400円・生活費4万6900円・管理費3万1900円・水道光熱費1万円程度。【施設の特徴】入居定員50名、平均年齢84歳。全室バリアフリーで車いすでの入居も可能。独居が不安になった方から、リハビリ病院を経て自宅での生活が厳しくなった要介護4までの方が生活。終末期看護研修を受けた看護師を配置し、本人とご家族の希望でご家族とともに看取りまで対応も可能。1年を通してさまざまな行事や催しがあり、病院受診の送迎、投薬管理も行っている。全室に洗濯機、冷蔵庫等家電完備。
<b>12 ケアハウス ウェルガーデン佐久</b> 長野県佐久市 ☎0267-63-0474	<b>タイプ</b> 自立型 <b>特養</b> ○	【諸費用】保証金20万円・事務費1万円~5万4280円・生活費4万4500円・管理費2万1250円・水道光熱費5000円など。【施設の特徴】入居定員70人、平均年齢90歳。特に食事には力を入れており、できる限り手作りでの提供を心がけているほか、定期的な嗜好調査も行い利用者の満足度向上をはかっている。最大の特徴は、ご家族、ご本人の希望により最期まで(お看取りまで)お世話をしてもらえる点。現在まで73人の方をお看取りしている。



い。施設内の共用スペースでは多彩なクラブ活動が行われるなど、入居者同士の交流が盛んなのも大きな特徴。なかでも脳トレのような介護予防の講座は人気が高いという。さらに敷地内には、高齢者向けのコンビニとクリニック、そして真向かいには介護型の「ケアホーム西五反田」があり、要介護になるとそちらへ移れるという点も心強い。

こうした施設の充実は、品川区と社会福祉法人さくら会、そしてミサワホームグループの株式会社マザアスとの三者協力運営のなせる業だが、もう一つ忘れてはならないのが技能実習生の存在だ。「私の名前はフェラニダです。ジヨグジャカルタから来ました」

広々とした共用スペースでのリハビリでは、一人の高齢者に複数の介護職による手厚い付き添いがあるが、なかでも元気に入居者の車いすを押す彼女の笑顔は、ひとさわ空気を和ませてくれる。

施設長の橋本盾彦さんがジャカ



「ケアホーム西五反田」では技能実習生との心の交流も

ルタで面接をし、来日した技能実習生3人が、ここではムードメーカー的な役割を担っているのだ。そして、入居者もまた彼女たちをあたたく見守っているという。「うまく理解できない言葉もあるけれど、わからないことは上司だけではない、入居者さんも教えてくれます。日本に来ることができてよかったです」

【ラポール駿河】

こちらは豪華ケアハウスの代表格。平成8年の開業ながら古さを感じさせない館内は洗練された印象で、天井の高い食堂は重厚な色調のじゅうたん敷き。管理栄養士監修のもとで提供される食事は、高齢者の栄養バランスに配慮されているだけでなく、朝昼夜の各食が、指定の1時間半の時間内であれば自由に食べられるシステムとなっており、入居者には好評だという。



館内のしつらいも洗練された「ラポール駿河」

さらに大浴場は温泉を思わせるしつらえて毎日12〜22時まで入浴が楽しめる。

「入浴も食事も自由度の高い運用となっています」(職員の佐野さん) 居室は全室南向きで日当たり良好、無料Wi-Fiも完備。周辺にあるバス停からは40分ほどで繁華街へのアクセスも可能で、周辺には関連の介護施設や病院もあるなど将来の安心度も高い。

「自然豊かな環境で日々の喧騒から逃れ、ゆったりとした暮らしを送っていたことができそうです」

(同)

【ケアハウスすずらん苑】

最後に紹介するのは、自分流のスタイルで暮らしたい人に好評という、埼玉県蓮田市のこちら。

エントランスには「困りごとがあればご相談ください」と提示されており、入居者の不安や心配事には即対応してくれる。そんな安心感があるからこそ、入居者はアクティブな生活をする事が可能なのだ。

敷地内には駐車場が完備されており、マイカーを運転して出かけることも可能なほか、市内を巡回する専用のバスもあるので、外出する入居者や来客者の足回りには不自由がなさそう。

実際にバスを利用していた入居者たちからも「私はそろそろ免許



足回りの充実も「ケアハウスすずらん苑」の魅力

更新なの」「買い物や映画へ行くならバスも楽よ」「子どもの家に行くときは運転していくのが便利」など、その利便性の高さは好評だ。

館内に入り居室を見せてもらうとウオーキングローゼットがあり、2人部屋はなんと65平方メートル、夫婦での入居でも気詰まりにならない広さだ。

さらに春には敷地内から桜並木が眺められ、レストランからは富士山を望むこともできるなど、暮らしに潤いをもたらしてくれる要素が満載。アクティブ派からインドア派まで、まさに幅広いニーズに応じた施設となっている。

「ケアハウスは福祉事業ですから運営する方の情熱がなくては成り立ちません。理事長さんは志の高い方なので安心して生活できると思います」(島中さん)

# 3賢人おすすめケアハウス BEST24

※特養(併設もしくは、同じ法人に特養がある)

<p><b>13 ラポレ駿河</b> 静岡県静岡市葵区 ☎054-270-1711</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】入居一時金120万円・事務費1万円～収入に応じて・生活費4万6943円・管理費5059円・光熱費など1万円程度。【施設の特徴】入居定員70人、平均年齢84歳。15年間満室が続いており実質3～4年待ち。入居者はバスで繁華街に出かけてのショッピングや趣味活動を満喫でき、地元の住民とグラウンド・ゴルフを楽しむ入居者も。自然が豊かで四季を体感できる環境でありながら、建物も館内もホテルのような趣がある。居室(個室26.26㎡、夫婦部屋53.55㎡)も日当たり良好で天井が高く開放感がある。</p>
<p><b>14 ケアハウス ゴジカラ村 雑木林館</b> 愛知県長久手市 ☎0561-64-5151</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】敷金なし。事務費1万円～6万7300円・生活費4万4500円・管理費8200円(一括払いの場合別途)・水道光熱費など平均5000円～1万円。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢82歳。幼稚園、看護学校が隣接しているため、学生さんが食事に訪れたり、幼稚園児やその親の訪問といった多世代交流の場ともなっている。そのため施設内は非常に活気に満ち、入居者の方々にとっての刺激と活力の源になっているという(*現在はコロナ禍により行っていないが終息の折には交流再開を予定)。</p>
<p><b>15 ケアハウス喜里川</b> 大阪府東大阪市 ☎072-985-6664</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】敷金なし。事務費1万円～5万8300円・生活費4万6940円・管理費1万5900円・水道光熱費などは別途。【施設の特徴】入居定員66人、平均年齢91歳。毎月各種行事を企画・運営している。各種ボランティアの協力を得ながら、さまざまなレクリエーションを実施。書道、手芸、塗り絵、貼り絵、ちぎり絵などのレクリエーションで作成した作品などは、毎年11月に施設内で開催される文化祭で展示を行っている。</p>
<p><b>16 ケアハウス よなご奉朋苑</b> 鳥取県米子市 ☎0859-24-3330</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】敷金なし。事務費1万円～7万8000円・生活費4万4512円・管理費2万8453円・上下水道代3000円。【施設の特徴】入居定員60人、平均年齢80歳。食事は新鮮で栄養豊かな旬の食材を取り入れた手作りで、行事の日は特別献立でのおもてなしがある。年間を通して四季折々の行事が開催されるほか、館内ではカラオケ、脳トレ、手話、映画観賞などのレクリエーションも多い。米子市内のほぼ中心地であり利便性に優れているが、施設周辺は緑が多くとても閑静。障害者の受け入れもしている。</p>
<p><b>17 ケアハウス インマヌエルホーム</b> 広島県廿日市市 ☎0829-39-1141</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】敷金なし。事務費1万100円～8万9100円・生活費4万7430円・管理費2万円・水道代1000円・電気代は個別検針。【施設の特徴】入居定員30人、平均年齢87歳。自然豊かな住宅街のなかにあり、3千坪の敷地に修道院が隣接しているほか、通所介護も併設。近隣の医療機関では嘱託医の往診が24時間対応で、毎週の買い物支援もある。広いグラウンドは日当たり良好でウォーキングや園芸など可。水彩画や書道、お茶会なども実施。グラウンド・ゴルフなど町内会の行事もある。旬の食材を取り入れた手作り料理も好評。</p>
<p><b>18 ケアハウス 安芸中野</b> 広島県広島市安芸区 ☎082-893-3360</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】敷金(20年間分)50万円、200万円、300万円のいずれかを選択・事務費1万円～7万2300円・生活費4万6431円・管理費は敷金によって0円～3万5150円・水道代750円・電気代ガス代は個別に検針。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢83歳。特養、通所介護事業所、訪問介護事業所などが併設され、必要に応じてサービス導入相談に応じる。食事・入浴は利用時間内で自由。体操やレクリエーション、施設内のボランティア活動を促進中。</p>
<p><b>19 ケアハウス屋島</b> 香川県高松市 ☎087-841-2220</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】入居一時金24万円・事務費7000円～5万9000円・生活費4万6940円・管理費2万2000円・水道光熱費など1万5000円。【施設の特徴】入居定員60人、平均年齢85歳。瀬戸内海国立公園である屋島の麓に位置し、瀬戸内海が一望できる。近隣にさまざまな医療施設があり、訪問医療のサービスを受けたり通院することができる。トイレ・洗面台に加えてキッチン・洗濯機置き場・風呂・シャワー設備があるものを住宅型として運営。介護度に応じて併設の軽中度用の介護サービスが受けられ、中重度用のサ高住も併設。</p>
<p><b>20 ケアハウスジョリー メイト清流苑</b> 大分県大分市 ☎097-528-1881</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】敷金なし(管理費併用方式の場合は20年分一括払いで50万円)。事務費7000円～6万8080円・生活費4万6940円・管理費1万5600円(部屋の向きにより増減あり)・その他水道光熱費など別途負担。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢87歳。24時間体制で職員が対応。厨房が併設されており季節感のある献立が手作りです。誕生月の祝膳も好評。眼下に大野川と市街地を望む眺望のよさに加え、巡回バスも週3回運行。シアタールームやカラオケルームを備えている。協力病院、協力歯科医院もあり。</p>
<p><b>21 ケアハウス すずらん苑</b> 埼玉県蓮田市 ☎048-766-4165</p>	<p>タイプ 自立型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】入居時一時金200万円、500万円、629万円のいずれかを選択・事務費1万円～3万8800円・生活費4万4500円・管理費は一時金に応じて0円～1万9070円・水道光熱費は一律9000円。【施設の特徴】入居定員53人、平均年齢83歳。春は桜並木を眺めることができ、富士山も望める自然豊かな環境が魅力。季節を感じるイベントを実施している。駅や医療機関、商業施設を巡る巡回バスも運行しており、自家用車所有の方には駐車場もある(有料)。同施設内に特養・介護保険サービス事業所も併設。</p>
<p><b>22 ケアハウス 弘陽園</b> 東京都三鷹市 ☎0422-43-1241</p>	<p>タイプ 混合型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】入居時預かり保証金として30万円・事務費1万円～6万8900円・生活費4万6090円・居住費9万円(一般型)・7万円(介護型:さらに介護費7万5000円が加算)・その他光熱費など実費負担。【施設の特徴】入居定員60人、平均年齢91歳。吉祥寺駅からバスで15分程度の好立地。緑豊かな5,400坪の敷地のなかにあり、保育園と同じ建物で交流も活発。自立・要支援対象の一般型(居室33㎡)は外部サービスを利用しつつ生活を楽しみ、介護型(居室約22㎡)は個別ケアを重視。看取り介護も実施している。</p>
<p><b>23 ケアハウス はつらつ浜野</b> 千葉県千葉市中央区 ☎043-209-6811</p>	<p>タイプ 混合型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】敷金(保証金)30万円・事務費1万円～8万4400円・生活費4万6940円・管理費1900円・その他光熱費は別途支払い。【施設の特徴】入居定員30人(介護)・20人(自立)、介護度のあるなしにかかわらず入居が可能。サークル活動を多種重視しており詩吟、朗読、短歌、書道、ちぎり絵、カラオケ、ビデオ観賞、園芸、手芸、工作などを実施している。</p>
<p><b>24 ケアハウス ラクトピア</b> 千葉県富津市 ☎0439-69-8400</p>	<p>タイプ 混合型 特養 ○</p>	<p>【諸費用】入居一時金30万円(退去時に必要に応じて修理などを行い残金は返却)・事務費1万円～4万8700円・生活費4万4500円・管理費1万8000円。【施設の特徴】入居定員50人、平均年齢84歳。千葉県房総半島に位置し、富士山を望める自然に恵まれた環境。東京湾アクアラインの利用で東京からのアクセスも便利。食事は管理栄養士の作成する献立表により栄養や入居者の身体状況、嗜好を考慮したメニューを提供。リラクゼーションとしてウォーターベッドを設置。クラブ活動も盛んで、介護保険サービス事業所の併設もあり。</p>

\*1 事務費は前年の対象収入により異なる。生活費と事務費は毎年改定され、月額で記載。平均年齢=入居者の平均年齢(小数点以下四捨五入)。  
\*2 管理費=居住に関する費用、事務費=サービスの提供に関する費用、生活費=食費。\*3 催しやイベントは新型コロナウイルスの影響により休止中の施設もある。