

老後の住まい方をどう選ぶのか

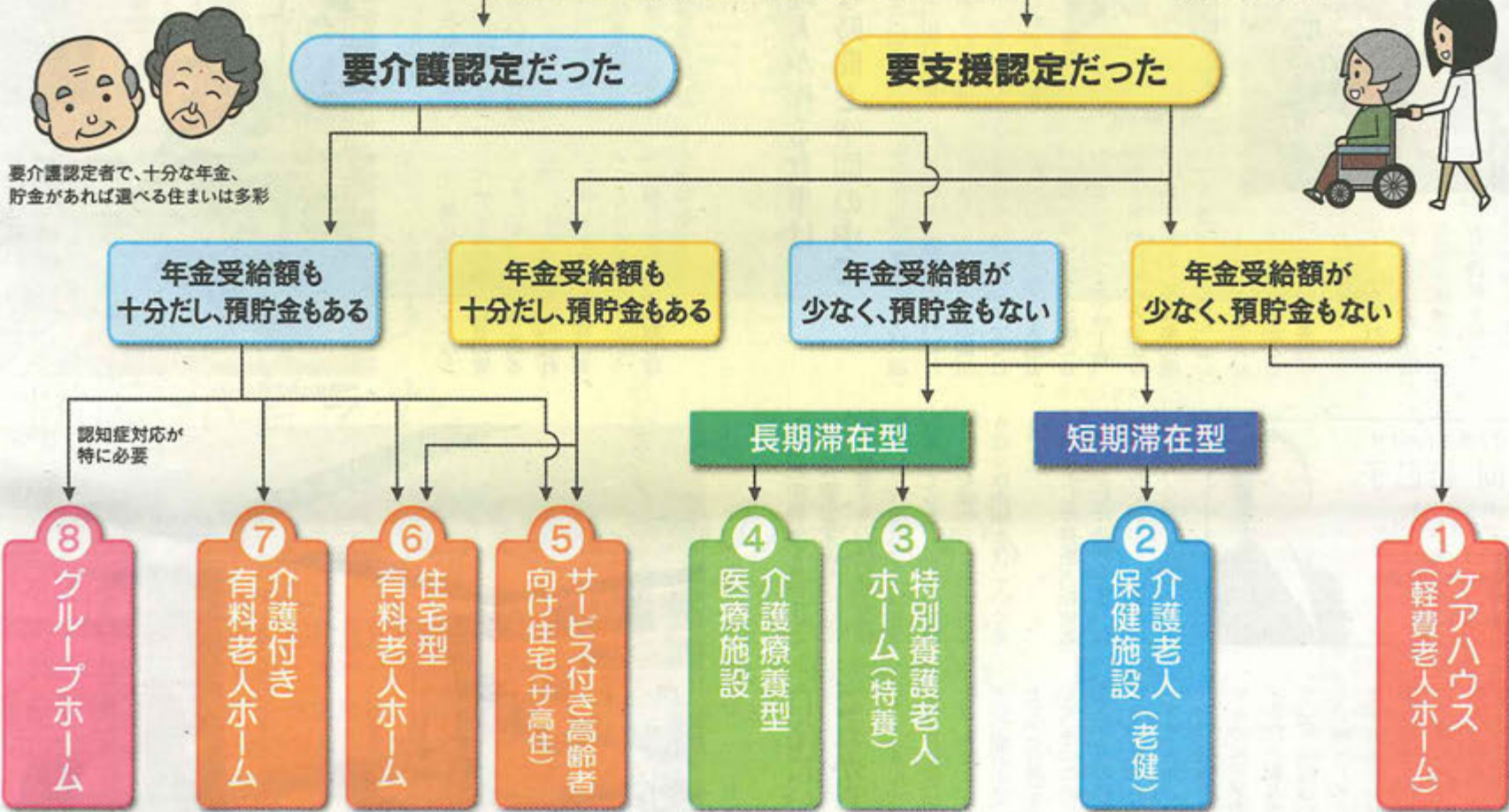
介護度	支給限度額 (1カ月)	自己負担 (1割)
要支援1	4万9700円	4970円
要支援2	10万4000円	1万400円
要介護1	16万5800円	1万6580円
要介護2	19万4800円	1万9480円
要介護3	26万7500円	2万6750円
要介護4	30万6000円	3万600円
要介護5	35万8300円	3万5830円

※上記は居宅サービスの場合です。
※地域やサービスの種類で変わります。
※例外的に区分支給限度額対象外もあります。

自分や家族などに介護が必要になったときに考えるのが“人生の
終の棲家”の選び方です。さまざまな施設があり、
それぞれに特長も異なります。費用やサービスなども
検討して、自分らしい住まい選びをしましょう。

- 自宅での介護を望む
- 自宅での介護は難しい

介護認定申請 居住地の市町村の介護保険窓口



※この図式はあくまでも指標です。地域や環境などによって異なり、すべてのケースに当てはまるものではありません。

いよいよ7月1日新フロアオープン!!
先行予約受付中!

見学会まで待てない!



介護度が変わっても
住み続けられます。



入居一時金 **0円**

月額 **165,250円**~

家賃/68,000円~ 食費/47,250円~ 共益費/20,000円~
安否確認・生活相談/30,000円~

寺塚クリニック **無料**
井上院長による
健康セミナー開催!

~脳と身体のメンテナンス~

ご予約制 希望日・希望時刻(A・B)を下記より、お選びください。

6月30日(日)
(A)10:00~(B)10:30~

7月7日(日)
(A)10:00~(B)10:30~

ご参加の方には素敵なプレゼントをご用意しております!!(数に限りがございます。ご了承下さい。)



サービス付き高齢者向け住宅
えがおで寺塚

未来図建設グループ
株式会社日本福祉会

3Dバーチャル体験
<http://egaode.jp.net>
えがおで寺塚 検索で検索してください

お問い合わせ・館内見学会・個別相談会・健康セミナーのお申し込みは
お電話で **0120-3456-11** 受付時間 9:00~18:00
ファックスで **092-559-7212**

寺塚クリニック
TERAZUKA CLINIC
[一般外来] 内科・整形外科・整形外科
☎092-554-7005

施設サービスの選び方 Flow Chart

高齢者1人を何人で支えるか(福岡県)

平成17年(2005年)	平成22年(2010年)	平成27年(2015年)	平成37年(2025年)	平成47年(2035年)
3.3人	2.9人	2.4人	2人	1.8人

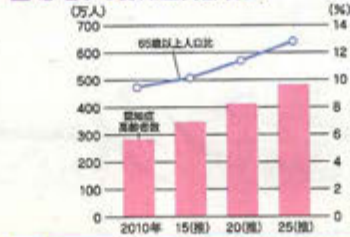
※平成22年までは、国勢調査による。平成27年以降の全国の推計は、国立社会保障・人口問題研究所の「日本の将来推計人口(中位推計)」、平成18年12月推計による。平成27年以降の福岡県の推計は、国立社会保障・人口問題研究所の「都道府県別将来推計人口」(平成19年5月推計)による。

全国及び福岡県の高齢化率の推移

区分	S55 1980	S60 1985	H2 1990	H7 1995	H12 2000	H17 2005	H22 2010	H27 2015	H32 2020	H37 2025	H47 2035
全国	9.1	10.3	12.0	14.5	17.3	20.1	23.0	26.9	29.2	30.5	33.7
福岡県	9.4	10.6	12.4	14.8	17.4	19.8	22.3	26.1	28.8	30.1	32.6

※出典:福岡県「高齢者保健福祉計画(第6次)」

急増する認知症高齢者数



※将来推計人口(国立社会保障・人口問題研究所: H24.1推計、死亡中位出生中位)に、上記1の算出方法による平成22年9月の認知症高齢者割合を性別年齢階級別に乗じて推計した。

※認知症高齢者を日常生活自立度II以上と定義。日常生活自立度II以上とは日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意すれば自立できる状態と見なされる。

1 ケアハウス(軽度老人ホーム)

60歳以上(夫婦の場合はどちらかが60歳以上)で身体機能の低下などにより、自立した日常生活を営むことが困難な高齢者で、家族による援助を受けられないことが困難な人を対象に、低額料金で食事や入浴サービスなどを提供する施設です。給食サービスがあるA型と自炊を原則にするB型、個室で住むケアハウスの3種類に分けられますので、事前の確認が必要です。

2 介護老人保健施設(老健)

居宅における生活への復帰を前提に、医師の指導の下に医学的・管理的の下における介護、看護はもちろん、リハビリや栄養管理、食事、入浴などの必要な医療及び生活上のサービスを提供する施設です。病状が安定している要介護1~5の人が対象となります。医師従事者が多く配置されているのが特徴です。原則として入所は3カ月となりますが、復帰が難しいと判断された場合は、期間の延長更新もあります。

3 特別養護老人ホーム(特養)

要介護1~5で常時介護が必要となり、自宅生活が困難な人を対象としています。自治体や社会福祉法人などが運営している場合が多く、経済状況に応じた段階的な利用料金が設定されています。食事や入浴などの介護、その他の日常生活上の世話や機能訓練なども受けられます。入所に当たっては、順番待ちの場合もありますが、緊急性があり、介護度が高い場合は優先されます。

4 介護療養型医療施設

医療機関での急性期治療を終え、状態が安定しているが、慢性疾患を持ち自宅療養ができず長期の療養が必要と判断された人のための施設です。要介護1以上の人が入所できますが、医学的管理が必要な重度の人が優先されます。しかし、現行の施設は2017年度で廃止され、介護老人保健施設などに移行されます。

5 サービス付き高齢者向け住宅(サ高住)

60歳以上が要支援・要介護認定を受けている人が入居して、安否確認と生活相談サービスを受けることができるほか、食事などのサービスを提供する住宅もあります。2011年の法改正で自治体への登録制度が始まりました。各専用部分は原則床面積25平方メートル以上で、トイレや洗面設備などを備え、バリアフリー構造であることが登録基準です。ケアの専門家が日中に建物に常駐し、サービスを個別に提供します。介護サービスは別契約になるのを確認を。

6 住宅型有料老人ホーム

各自自治体から指定を受けている有料老人ホームなどに入居した時に利用できる介護サービス(特定施設入居者生活介護)を受けたい以外の、居室と食事など以外のサービス提供はありません。別途、利用者や契約を結んでいる外部の訪問介護業者が、ホームを訪れて訪問介護などの居宅サービスを行います。中には、デイサービスなどを併設しているケースもあります。その場合でも、自宅で介護サービスを受けると同じ費用が必要になります。入居一時金不要から標準位までといわれます。一時金は不要ですが敷金や月額費用が高いという施設もあります。入居に当たって当面いくらかの用意できるのか、また毎月の食費や水光熱費、管理費などの支払額がどのくらいになるのかなども確認しておきましょう。

7 介護付き有料老人ホーム

◎と異なっており、特定施設入居者生活介護を各自自治体から受けています。日常生活の拠点としてはもちろん、介護が必要な高齢者に対して施設の職員が24時間体制でケアマネジャーのプランに沿って食事、入浴、リハビリなどの介護サービスを行います。選択の際は、医療機関との連携がきちんと取れているかも確認しておきましょう。費用面では、賃貸なのか分譲なのかで必要な金額が大きく異なってきます。毎月、食費や管理費など、毎月の費用も施設によって異なります。介護が必要になると、介護保険費用もプラスして発生します。入居の際には必要な費用、退去する場合の返還はどうか、といった細かい点もチェックしておきたいものです。

8 グループホーム

認知症の高齢者がら5~9人の少人数で家庭の雰囲気と近い環境の中で介護や支援を受けながら共同生活をします。毎日の生活を共に暮らす中で、若い人は調理などの役割を受け持ち、自宅での生活に近い状態で暮らしていきます。医師や看護師などの医療従事者が常駐していないので、たんの吸引や褥瘡ケア、床ずれなどの医療措置が必要な人は入所を断られるケースもあります。地域密着型サービスという位置づけのため、利用者は居住する自治体の施設に限られています。プライバシーを保護する個室で暮らすことが原則です。家賃や食費、雑費などがどのくらい必要になるか、事前に確認しておきましょう。

nagomi 無理なく、楽しみながら継続できる!機能訓練を中心とした3時間のリハビリサービス

理学療法士と共同開発した nagomi独自の運動プログラム

- 特徴1 器械を使わず、ストレッチ及び自体重負荷を中心とした筋力トレーニング
- 特徴2 グループレッスンを採用しメンバー同士の相互採用・孤立感の解消
- 特徴3 科学的根拠に基づいた運動プログラム

運動プログラム

こちよガ

腹式呼吸を取り入れたヨガ風の全身ストレッチ体操

イスdeエクササイズ

転倒予防・歩行機能の維持・改善を目的とした全身筋力運動

セルフケア

効果をその場で実感できる健康増進体操

「歩行」は私たちの生活のなかで「トイレに行く」「買い物に行く」などなくてはならない重要な能力。歩行能力が維持・改善できることはご本人の生活改善はもちろん、ご家族の介護負担軽減にもつながります!

nagomi 顧問理学療法士 永井美香子

ご利用者の声

腰痛やめまいが和らぎ、近くの接骨院まで歩けるようになりました!

Sさん(87歳)……要支援1

私は腰部に過剰な負担がかかる慢性腰痛があり、常に湿布やホットアイロを貼っていました。一日中家で横になって過ごしていましたが、nagomiを紹介されたようになってからは、運動をすることで腰痛も和らぎ、1キロ先にある接骨院まで歩いて行けるようになりました!今では景色を楽しみながら散歩気分です。nagomiに行くと、他の仲間との交流が楽しくなって今では、前向きな気持ちで、そして、運動の意欲も高まっていると感じます。今後は、自宅から離れた場所まで歩いて行くのが目標なので、しっかり運動を続けていきたいです!

体幹が鍛えられたことでギプスが不要になり、日常生活を取り戻せました!

Nさん(78歳)……要支援2

ある日のこと、突然腰部に激痛が走り、救急車で搬送され、そのまま入院となりました。脇の下までのギプスを着用、退院後は腰が不安定なため、杖とギプスがなくて不安で歩くこともままならない状態でした。そんな時にケアマネジャーよりnagomiを紹介してもらいました。nagomiの運動はやったことがないことがたくさんあり、初めて運動した時に身体全体を動かすのがとても良いと感じました。今では体幹が鍛えられて腰も安定し、ギプスも杖も不要になり、以前の生活を取り戻すことができました!今後はnagomi・自宅での運動を継続しながら目標でもある舞台列車に乗って旅行に行きたいと思っています!

シニアのための 体験教室のご案内

nagomiの運動プログラムを体験いただける教室を開催します!無料でドリンク・送迎付です。

日時 6月29日(土)・7月20日(土)
①10:00~11:00 ②14:00~15:00

対象者 65歳以上の方もしくは、そのご家族の方

場所 nagomi飯倉店・nagomi姪浜店
福岡市早良区飯倉4-1-10 福岡市西区大町団地3-1

(事前予約が必要です。お電話下さい。)
飯倉店 TEL092-407-6166・姪浜店 TEL092-834-8461
その他の教室でも体験会行なっております。詳しくは各店へご連絡ください。

リハビリデイサービスnagomi

飯倉店	TEL092-407-6166	福岡市早良区飯倉4-1-10
姪浜店	TEL092-834-8461	福岡市西区大町団地3-1
塩原店	TEL092-555-5928	福岡市南区塩原3-22-16
春日店	TEL092-589-6171	春日市若菜台東3-29