

# 施設介護の選択肢

- 自宅介護が難しくなったら -

今から知っておきたい公的介護サービス一覧



❶ 自宅での介護が難しくなった時に備えた施設選びのポイント

## この回で学べること



### 前回の振り返り

第3回では福祉用具や住宅改修の制度、介護費用の自己負担と軽減制度について学びました。



### 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

特徴、対象者、提供されるケアの内容、入所条件と申込み方法、費用の目安



### 介護老人保健施設（老健）

在宅復帰を目指す施設の役割、リハビリと医療ケアの特徴、入所期間の目安と再入所のルール



### 介護医療院

成り立ちと位置づけ、医療的ケアが必要な方向けの特徴、看取りまで対応可能な長期療養の場



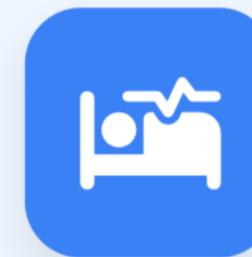
### 施設選びのポイントとサービス利用の注意点

施設見学時のチェックリスト、立地条件と面会のしやすさ、費用面の比較と追加料金の確認ポイント

## 施設介護が必要になるケース

“

施設介護は、ご本人と家族にとって大きな決断です。生活環境の変化に不安はつきものですが、適切な時期に専門的なケアを受けることで、より安全で質の高い生活を送れることがあります。



### 介護度が高くなった

要介護3以上になると、自宅での介護が難しくなることが多くあります。常時の見守りや複数人での介助が必要な場合、24時間体制の施設が安心です。



### 医療的ケアが必要

喀痰吸引や経管栄養、インスリン管理など、医療的なケアが必要になった場合、専門スタッフが常駐する施設での対応がより安全です。



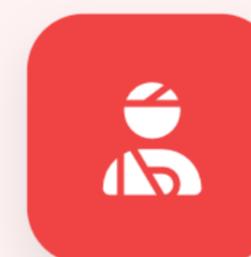
### 認知症の進行

徘徊や昼夜逆転が見られる場合、在宅での24時間対応は難しくなります。認知症ケアの専門知識を持つスタッフがいる施設が適切な場合があります。



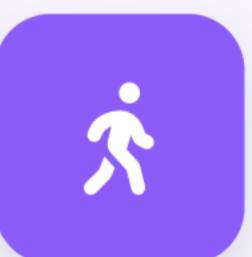
### 住環境の問題

自宅の段差や狭さなどで、介助やベッドの設置が難しい場合があります。住宅改修では解決できない構造上の問題がある場合、バリアフリー設計の施設が適しています。



### 介護者の負担増加

主介護者の健康問題や高齢化、仕事との両立の難しさなど、家族の介護力が低下した場合。介護疲れによる共倒れを防ぐためにも施設の検討が必要です。



### リハビリ強化の必要性

脳卒中などの後遺症で、集中的なリハビリが必要な場合。専門的リハビリ機器や理学療法士・作業療法士の指導を受けられる老人保健施設などが適しています。



#### 施設選びの前に

必要性を感じたら、まずはケアマネジャーや地域包括支援センターに相談しましょう。生活環境や介護状況に合わせて、在宅サービスと施設サービスの組み合わせなど、最適な選択肢と一緒に考えてくれます。

## 特別養護老人ホーム（特養）



### 入所条件

原則として要介護3以上の認定を受けた方が対象です。要介護1・2の方は特別な事情がある場合のみ入所できます。



### 提供されるサービス

- 食事・排泄・入浴などの日常生活介助
- 健康管理・療養上の世話
- 機能訓練（リハビリ）
- レクリエーションなどの生活支援



### 費用の目安

多床室タイプ 月額 7～12万円

ユニット型個室月額 10～15万円

※所得に応じて減額制度あり



### i 特養の特徴

- ✓ 長期的な生活の場として利用できる
- ✓ 24時間体制で介護サービスを提供
- ✓ 認知症の方も受け入れ可能
- ⚠ 都市部では待機者が多い（数ヶ月～数年）

## 特養の費用と待機状況

### 費用の内訳

費用項目	内容	月額目安
介護サービス費	要介護度により異なる (介護保険 1~3割負担)	2~4万円
居住費	部屋タイプにより異なる	1~6万円
食費	1日あたり約1,400~1,500円	4~5万円
日常生活費	理美容費、おむつ代など	1~2万円
合計	部屋タイプにより異なる	7~15万円

※所得や資産状況により、「補足給付」などの軽減制度が利用できる場合があります

### 居室タイプによる違い

#### 多床室タイプ

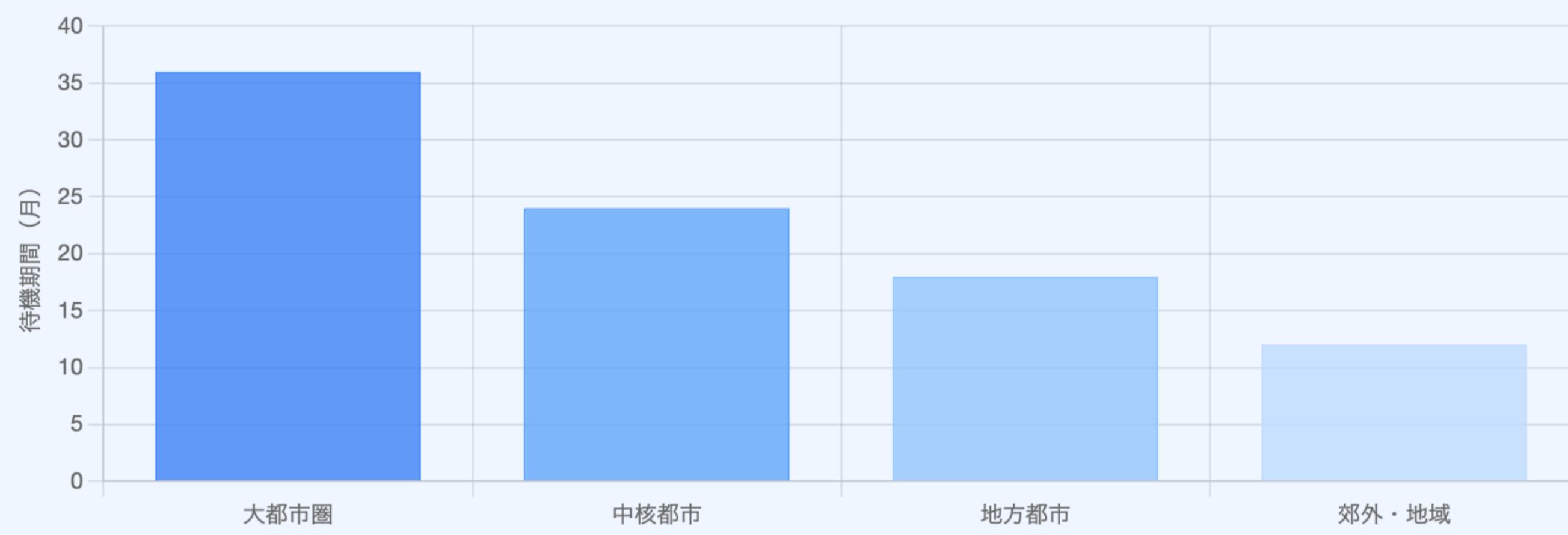
- 2~4人部屋
- 居住費が比較的安価
- プライバシーは限定的
- 月額7~12万円程度

#### ユニット型個室

- 個室+少人数の共有空間
- プライバシーが確保される
- 居住費が比較的高め
- 月額10~15万円程度



### 待機状況の実態



### 待機期間を短縮するための工夫

- ✓ 複数施設への同時申し込み - 希望エリア内の複数の施設に申し込むことで入所の可能性が高まります
- ✓ 郊外・地方の施設も検討 - 都市部から離れると待機者数が減る傾向があります
- ✓ 定期的な状況確認 - 施設に定期的に連絡し、待機状況や順番を確認しましょう
- ✓ 介護状況の変化を伝える - 家族の介護状況に変化があれば施設に伝え、緊急性を確認してもらいましょう
- ✓ ショートステイの活用 - 待機中はショートステイを利用し、施設との関係を築いておくことも効果的です

## 介護老人保健施設（老健）

### 歩 在宅復帰を目指す中間施設

老健は「**在宅復帰**を目的とした中間施設です。病院での治療を終えた方が、自宅での生活に戻るためのリハビリやトレーニングを行う場所として機能します。

### 人 提供されるサービス

- **リハビリテーション**（理学療法士・作業療法士によるリハビリ）
- 看護・医学的管理
- 食事・排泄・入浴などの日常生活介助
- レクリエーション活動

### 曲 入所期間

原則として**3~6ヶ月程度**の入所が想定されており、定期的に在宅復帰の可能性を評価します。平均滞在期間は約10ヶ月ですが、状況により延長も可能です。

### 円 費用の目安

多床室タイプ月額 7~10万円

個室タイプ 月額 9~13万円

※所得に応じて減額制度あり



### ❶ 老健の種類と強み

- ✓ **超強化型**：高い在宅復帰率を実現する施設
- ✓ **在宅強化型**：リハビリ重視の施設
- ✓ **加算型**：在宅復帰・療養支援機能を持つ施設
- ✓ **基本型**：標準的なサービスを提供する施設

？ 特養と違い、医師や看護師の配置が手厚く医療ケアに対応

## 老健の在宅復帰支援プログラム

### 定期的な評価とプランニング

入所者の状態を定期的に評価し、[在宅復帰に向けた個別プラン](#)を作成。多職種チームによる会議で進捗を確認します。

### 専門的なリハビリテーション

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による[専門的なリハビリ](#)を実施。日常生活の動作訓練や機能回復訓練を行います。

- 筋力・関節可動域の回復訓練
- 歩行・移動の訓練
- 食事・入浴・排泄などの生活動作訓練

### 退所前の準備支援

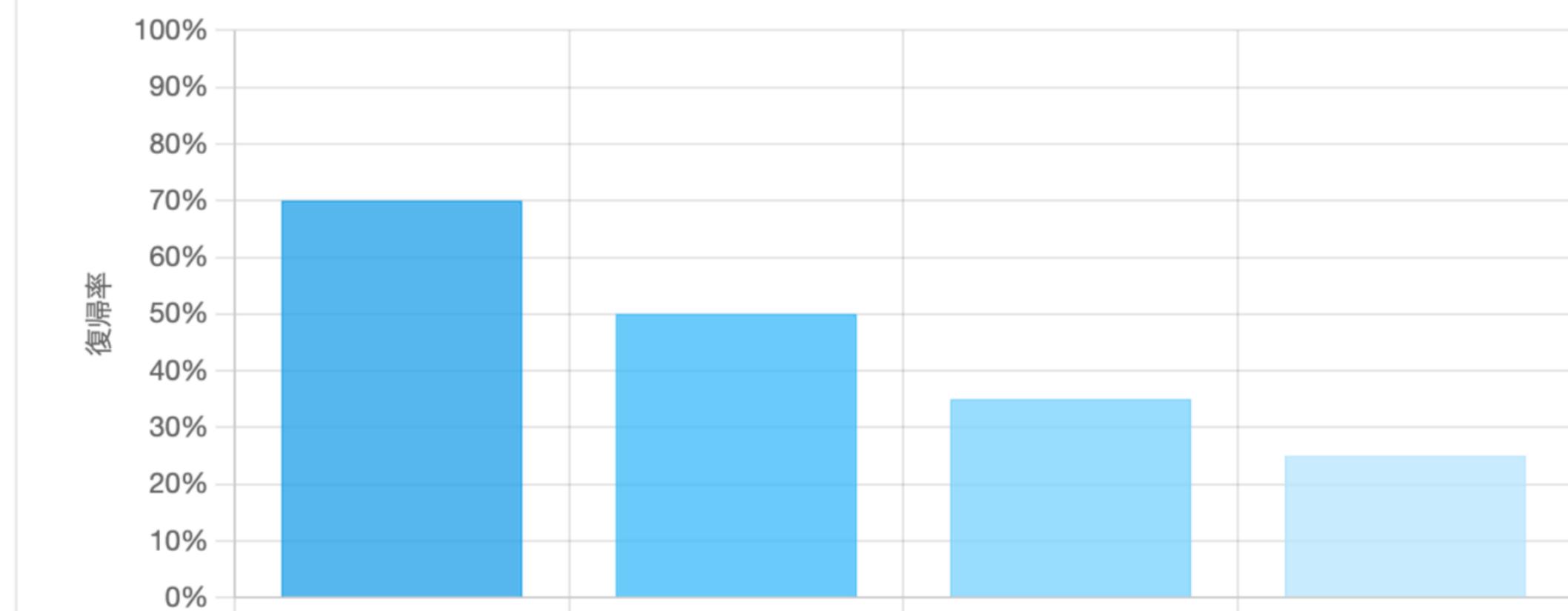
退所前に[自宅環境の評価や調整](#)を行い、必要な福祉用具の選定や住宅改修の提案を実施。家族への介護指導も行います。

### 退所後のフォローアップ

退所後も[通所リハビリ（デイケア）](#)や[短期入所](#)などで継続的な支援を提供。地域のケアマネジャーと連携し、安定した在宅生活をサポートします。



### 老健の在宅復帰率



※施設の種類により在宅復帰率は異なります

### ● 在宅復帰のポイント

- ✓ 早期から家族も含めた退所計画を立てましょう
- ✓ 地域包括支援センターやケアマネジャーと連携し在宅サービスを準備しましょう
- ✓ 必要に応じて住宅改修や福祉用具のレンタル・購入を検討しましょう

# 介護医療院

## 医療と介護の両立

介護医療院は「**長期療養のための医療**」と「**日常生活上の世話（介護）**」が同時に受けられる施設です。2018年に新設された比較的新しい介護保険施設です。

## 対象者と入所条件

要介護1～5に認定された方が対象です（要支援1・2は利用不可）。医療的ケアが必要で長期療養が必要な方、特に**喀痰吸引や経管栄養などの医療的処置**が必要な方に適しています。

## 提供される医療的ケア

- 喀痰吸引、経管栄養、点滴管理、インスリン管理などの**医療的ケア**
- 褥瘡（床ずれ）の処置、ターミナルケア（看取り）
- 定期的な健康チェックと医学的管理
- 24時間体制での医療スタッフによる対応

## 人員配置の特徴

医師や看護師が常駐し、**医療ニーズへの対応**が可能です。介護職員に加えて、医療系専門職が多く配置されていることが特徴です。



### ① 介護医療院の特徴

- ✓ 医師・看護師が24時間常駐し、**高度な医療的ケア**に対応
- ✓ 終の棲家として利用可能（期間の制限なし）
- ✓ 病院に併設されていることが多い、急変時も安心
- ✓ 看取り（ターミナルケア）にも対応

？ 介護療養型医療施設の多くが移行し、**病院らしさを残しつつも生活の場**としての環境整備が進んでいます

## 介護医療院のサービス内容



### 生活介護サービス

- ✓ 食事・入浴・排泄などの日常生活介助
- ✓ 着替え・移動・体位交換の介助
- ✓ レクリエーション活動
- ✓ 趣味活動や生活リハビリの支援



### 医療ケアサービス

- ✓ 咳痰吸引・経管栄養の管理
- ✓ 点滴・注射などの医療処置
- ✓ 褥瘡（床ずれ）の予防・処置
- ✓ 定期的な健康チェックと医学的管理



### ターミナルケア

- ✓ 看取りまでの継続的なケア提供
- ✓ 疼痛管理と身体的苦痛の緩和
- ✓ 精神的なケアと家族サポート
- ✓ 尊厳を守る環境づくり

### 療養環境サービス

- ✓ 長期療養に適した居住環境の整備
- ✓ 季節の行事やイベントの開催
- ✓ プライバシーと生活の質への配慮
- ✓ 家族との交流支援

## 費用の目安

### 費用の内訳

費用項目	内容	月額目安
基本サービス費	要介護度により異なる (介護保険1~3割負担)	2~4万円
居住費	部屋タイプにより異なる	3~6万円
食費	1日あたり約1,400~1,500円	4~5万円
日常生活費	理美容費、おむつ代など	1~2万円
合計	タイプにより異なる	9~17万円

※所得や資産状況により、「補足給付」などの軽減制度が利用できる場合があります

### タイプ別の特徴と費用

#### I型（医療機能強化型）

医療の必要性が高い方向け。24時間の医療管理を提供。

費用目安: 月額 12~17万円

#### II型（介護強化型）

長期療養が必要な方向け。介護職員の配置が手厚い。

費用目安: 月額 9~14万円

### 費用に関する注意点

- 医療費：保険適用外の処置や薬は別途費用がかかる場合があります
- おむつ代：施設によっては別途請求される場合があります
- その他：理美容サービスや特別なレクリエーション費用は別途請求されることがあります
- 入所前に費用の内訳と「何が含まれていて、何が別料金か」を必ず確認しましょう

## 三施設の比較表

比較項目	特別養護老人ホーム (特養)	介護老人保健施設 (老健)	介護医療院
施設の特徴	 <b>生活重視型</b> 長期的な生活の場として、日常生活の介護サービスを提供	 <b>リハビリ重視型</b> 在宅復帰を目指し、リハビリを中心とした中間施設	 <b>医療・介護併用型</b> 医療的ケアと生活支援を両立した長期療養施設
入所条件	<b>原則要介護3以上</b> (特例で要介護1・2も可)	<b>要介護1以上</b> 病状が安定し、リハビリが必要な方	<b>要介護1以上</b> 医療的ケアが必要な方
医療ケアの充実度	 基本的な健康管理	 医師・看護師による医療ケア	 24時間医療ケア対応
入所期間	<b>無制限</b> (終の棲家として)	<b>原則3~6ヶ月程度</b> (在宅復帰を目指す)	<b>無制限</b> (終の棲家として)
費用の目安 (月額)	多床室：7～12万円 個室：10～15万円	多床室：7～10万円 個室：9～13万円	I型：12～17万円 II型：9～14万円
待機状況	<b>待機者が多い</b> 都市部では数ヶ月～数年	<b>比較的入りやすい</b> 短期的利用が前提	<b>地域差あり</b> 医療ニーズによって異なる

### ► 特養に向いている方

- ✓ 要介護度が高く、長期的な介護が必要な方
- ✓ 医療的ケアの必要性が低く、生活支援が中心の方
- ✓ 認知症があり、見守りや安全な環境が必要な方
- ✓ 比較的費用負担を抑えたい方

### ✧ 老健に向いている方

- ✓ 病院での治療後、在宅復帰を目指す方
- ✓ リハビリに重点を置きたい方
- ✓ 短期間での機能回復を目標とする方
- ✓ 自宅での生活を続けたいが、一時的な入所が必要な方

### ■ 介護医療院に向いている方

- ✓ 医療的ケアと介護の両方が必要な方
- ✓ 咳痰吸引や経管栄養など、医療処置が必要な方
- ✓ 病状は安定しているが、医療的管理が必要な方
- ✓ 看取りまで含めた長期的なケア計画が必要な方

# 施設選びのポイント

## 施設見学時のチェックリスト

### 施設の雰囲気と職員の様子

スタッフが利用者に対して明るく親切に接しているか、忙しそうに見えないか、ゆとりを持って対応しているかを観察しましょう。

### 居室・共有スペースの環境

清潔さ、臭いの有無、室温・湿度の管理、十分な採光があるか、廊下や共有スペースの広さや使いやすさを確認しましょう。

### 食事の内容と対応

可能であれば実際の食事を見学し、メニュー表や栄養バランス、嚥下困難な方への対応、食事介助の様子などをチェックしましょう。

### アクティビティや日々の過ごし方

レクリエーションの頻度や内容、外出機会、個別のニーズに対応したプログラムがあるかどうかを確認しましょう。

### 医療体制と緊急時の対応

医師・看護師の勤務体制、協力医療機関との連携、緊急時の対応マニュアル、夜間の体制について質問しましょう。



## 見学前の準備ポイント

- ✓ 事前に施設のパンフレットやホームページで基本情報を確認する
- ✓ 質問したいことをメモにまとめておく
- ✓ 可能であれば家族複数人で見学し、異なる視点で評価する
- ✓ 食事や入浴の時間帯など、実際のケアの様子が見られる時間に訪問する

## 立地条件の重要性

施設の立地は面会のしやすさに直結します。以下の点を考慮しましょう：

- ✓ ご家族の住まいからのアクセスのしやすさ
- ✓ 公共交通機関の利便性
- ✓ 周辺環境の静けさや安全性
- ✓ 医療機関との距離や連携体制

## 施設見学時のチェックポイント



### 職員の対応と雰囲気

- ✓ 職員は入居者に明るく丁寧に接しているか
- ✓ 入居者の呼びかけに適切に対応しているか
- ✓ 職員同士のコミュニケーションは円滑か
- ✓ 人手不足や忙しそうな様子はないか



### 施設の環境と設備

- ✓ 清潔感があり、不快な臭いはないか
- ✓ 室温・湿度は適切に管理されているか
- ✓ バリアフリー設計で移動しやすいか
- ✓ 共用スペースは快適で明るい雰囲気か
- ✓ 防災設備や避難経路は整っているか



### 食事とケアの質

- ✓ 食事は温かく栄養バランスが取れているか
- ✓ 噫下状態に合わせた食事形態の提供があるか
- ✓ 食事の介助は適切に行われているか
- ✓ 入浴は週に何回提供されるか
- ✓ 排泄ケアは入居者のプライバシーを尊重しているか

### 生活の質と活動内容

- 日中の活動やレクリエーションは充実しているか
- 個別のニーズや興味に合わせたプログラムがあるか
- 外出の機会はどれくらい提供されているか
- 季節の行事や誕生会などのイベントは定期的に行われるか
- 入居者同士のコミュニケーションは活発か



### 医療体制と安全管理

- ✓ 医師や看護師はどのような体制で勤務しているか
- ✓ 夜間の緊急時対応はどうなっているか
- ✓ 協力医療機関との連携体制はあるか
- ✓ 服薬管理は適切に行われているか
- ✓ 事故防止対策は十分か

### 施設見学のポイント

➤ できれば平日・週末の両方で見学し、日による違いを確認する

➤ 実際の入居者と会話する機会があれば、率直な感想を聞いてみる

➤ 複数の施設を見学し比較することで良し悪しの判断がしやすくなる

## 施設選びでよくある質問と回答

Q 特養の待機期間が長いと聞きますが、待っている間はどうすればよいでしょうか？

A 待機期間中は以下の方法を組み合わせて対応することをお勧めします：

- ・在宅サービス（訪問介護・通所介護など）を活用する
- ・ショートステイを定期的に利用し、家族の負担を軽減する
- ・複数の特養に同時申込みをしておく
- ・老健などの他の施設も検討する

Q 施設の費用を軽減するための制度はありますか？

A 以下のような軽減制度があります：

- ・特定入所者介護サービス費（補足給付）：低所得者向けに居住費・食費を軽減
- ・高額介護サービス費：月々の自己負担額が上限を超えた分を払い戻す制度
- ・社会福祉法人等による利用者負担軽減制度：低所得者向けの減免制度
- ・生活保護：収入・資産が一定基準以下の場合に利用可能

Q 認知症の家族でも施設に入れますか？どのような施設が適していますか？

A 認知症の方も入所可能です。状態に合わせた施設選択が重要です：

- ・グループホーム：認知症専門の小規模な住まい（自立度が比較的高い方向け）
- ・特養：24時間の見守りと介護が必要な中～重度の認知症の方に対応
- ・認知症対応型デイサービス：在宅生活をしながら専門的なケアを受けられる
- ・どの施設でも見学時に認知症ケアの方針や取り組みを確認することが大切です

### 💡 相談窓口を活用しましょう

施設選びでわからないことがあれば、以下の相談窓口を活用してください：

#### 地域包括支援センター

お住まいの地域の介護サービスや施設情報を提供してくれます

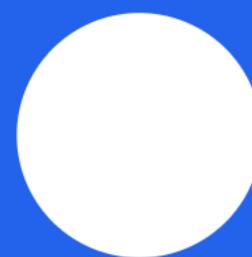
#### ケアマネジャー

ご本人の状態に適した施設や入所申込みをサポートしてくれます

#### 市区町村の介護保険課

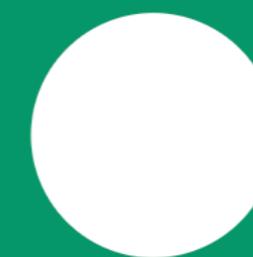
制度や助成金について詳しく教えてくれます

## 今回のまとめ



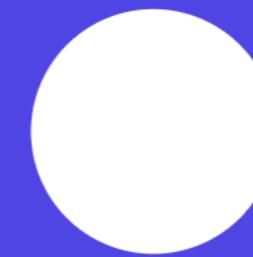
### 施設の種類と特徴を理解する

- **特別養護老人ホーム**：長期的な生活の場。原則要介護3以上が対象。
- **介護老人保健施設**：在宅復帰を目指す中間施設。リハビリが充実。
- **介護医療院**：医療と介護の両方を受けられる長期的な療養の場。
- **入所条件の違い**：要介護度や医療ニーズによって最適な施設が異なります。



### 施設選びで確認すべきポイント

- **職員の対応と施設の雰囲気**：スタッフの態度や入居者への接し方を確認。
- **居室・共有スペース**：清潔さ、臭い、バリアフリー状況などをチェック。
- **食事と日常生活**：メニューや個別対応、レクリエーションの充実度。
- **医療体制と緊急時対応**：医師・看護師の配置、夜間体制、緊急時のマニュアルなど。



### 家族の関わりと心構え

- **月額費用の目安**：特養7～15万円、老健7～13万円、介護医療院9～17万円程度。
- **軽減制度の活用**：補足給付や高額介護サービス費などの制度を確認しましょう。
- **追加費用に注意**：おむつ代や医療費、理美容費など、別途請求される場合があります。

- **定期的な面会と連絡**：入所後も継続的な関わりが本人の安心につながります。
- **施設スタッフとの連携**：良好な関係を築き、情報共有をしましょう。
- **ケアプラン会議への参加**：本人のニーズや家族の意向を伝える機会です。
- **施設での行事参加**：本人の生活の質向上に家族の関わりが重要です。

## 💡 施設選びの大切なポイント

施設選びは本人のニーズと家族の状況に合わせて総合的に判断することが重要です。一度に全ての施設を見学することが難しい場合は、「在宅でのケアが難しい理由」を明確にして、それに対応できる施設を優先的に検討しましょう。

- ✓ まずは地域包括支援センターやケアマネジャーに相談し、専門家のアドバイスを受けることから始めましょう。

## 次回予告

第5回

### 地域で支える介護

～住み慣れた場所で安心して暮らすために～

#### 地域密着型の介護サービスとは

住み慣れた地域での生活を支える小規模なサービス形態について学びます

#### 小規模多機能型居宅介護の活用法

「通い」「訪問」「泊まり」を組み合わせた柔軟なサービス内容を解説します

#### 認知症対応型サービスの種類と特徴

認知症の方を地域で支えるサービスについて詳しく紹介します

#### 地域包括支援センターの役割と活用法

身近な相談窓口であるセンターの機能や上手な活用方法をお伝えします

## 今回のポイント



### 特養

要介護3以上が原則対象。長期的な生活の場として



### 老健

在宅復帰を目指す中間施設。リハビリに重点



### 介護医療院

医療ケアと介護を両立。長期療養の場として



### 施設選び

本人のニーズに合った施設を選ぶことが大切



#### ご質問は

個別の相談は、お住まいの地域の地域包括支援センターでも受け付けています。



#### 次の配信

次の配信は2週間後です。チャンネル登録やブログのフォローをお願いします。



#### 資料ダウンロード

当ブログでは「施設選びチェックリスト」を無料配布しています。