

# 将来（高齢期）を見据えた住まい方

高齢期を迎える前の早い段階から将来の住まいのあり方を意識し、備えることが大切です。

県では、宮城県高齢者居住安定確保計画（第2期）（平成30年4月策定）において、以下のとおり目標を定めています。

いつまでも自分らしく豊かな住生活を送れるよう、世代を問わず県民一人ひとりが、加齢により身体機能が低下していくことなどを見据え、高齢期を迎える前の早い段階から将来の住まいのあり方を意識し、自らが望む暮らしの確保に取り組んでいくことが大切です。

<目標>

住み慣れた住まいでいつまでも・状況に応じて住まいを選択しながら地域で支え合いながら、自分（わたし）らしい暮らしの実現

検索方法

宮城県 高齢期の住まい方

検索

宮城県住宅課のホームページから詳しい資料(全体版)のダウンロードが可能です。

検索方法

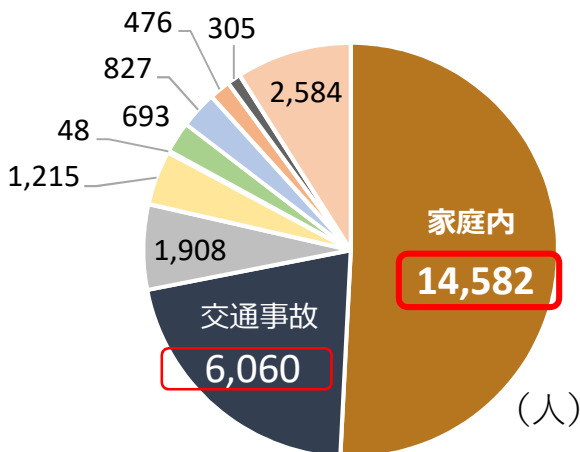
みやぎ出前講座

検索

宮城県職員による出前講座も実施していますので、ご利用ください。

## 1 家庭内の事故の現状

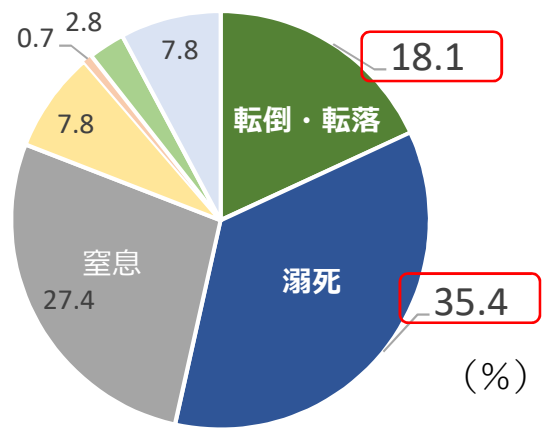
家庭内の事故は  
交通事故の2.4倍



不慮の事故による死者数（場所別）

- 居住施設
- スポーツ施設など
- サービス施設など
- 農場など
- 学校、公共施設など
- 街路など
- 建設現場など
- その他

溺死が最多  
次いで転倒・転落など



家庭内の事故死の割合（要因別）

- 窒息
- 熱及び高温物質との接触
- 不明
- 煙、火及び火炎
- 有害物質による中毒など

高齢者の占める割合は  
溺死が8割，転倒・転落が4割

資料：平成25年人口動態調査

家庭内事故の予防が可能な住宅改修などをご紹介します。

宮城県土木部住宅課（電話：022-211-3256）

## 2 住み慣れた自宅に住み続けるために

### 断熱・省エネ改修

- ヒートショックが溺死や転倒に至る事故の原因のひとつといわれています。
- 二重サッシや浴室暖房設備などを取り入れた断熱・省エネ化によりヒートショックなどの事故を予防できます。
- 断熱・省エネ化により経済的で地球環境にもやさしく、住宅内の温度差が小さい快適な環境が得られます。

#### ヒートショックとは？

急激な温度変化による血圧の急変などの健康被害です。



### バリアフリー改修

- 家庭内の転倒事故の主な原因は？

- ・ 床や階段などの段差
- ・ 滑りやすい床
- ・ 暗い階段・廊下や部屋  
などといわれています。



#### 介護保険制度を活用した住宅改修も可能

要支援か要介護の認定を受けて、手すりの取り付けや段差解消などの改修をした際、20万円を上限に住宅改修費が支給されます。

※詳細は市町村の介護保険制度の窓口へお問い合わせください。

- 段差の解消や手すりの取り付けなどのバリアフリー化により事故の予防が可能です。
- いざという時に備えて、高齢期を迎える前の早い段階から準備することが大切です。

## 改修のポイントなどの情報が得られるガイドブックの活用

住み慣れた自宅に住み続けるため

- **バリアフリー改修**（段差を無くして安全・安心）
- **断熱・省エネ改修**（冬でも暖かく快適で安心）
- **耐震改修**（地震に強く安心）

を行いながら、**性能を向上させていくことが大切です。**

住宅リフォームガイドブックでは

- ・改修（リフォーム）の**進め方・ポイント・事例**
- ・改修（リフォーム）の**減税・補助・融資制度**  
などが**わかりやすく紹介**されています。

### 検索方法

住宅リフォームガイドブック

検索

一般社団法人住宅リフォーム推進協議会のホームページからダウンロードが可能です。



一般社団法人住宅リフォーム推進協議会 発行

## 自宅での生活を支える安否確認等のサービスの活用

住み慣れた自宅に住み続けるため、**機器やサービスの活用も有効**です。

### ○ センサー・機器

- ・平常時、緊急時とも有効な高齢者見守り・安否確認システムです。
- ・トイレのドアなどに設置したセンサー・機器で高齢者の生活状態を感知します。
- ・利用料は比較的安価だが、センサー・機器の設置に初期費用がかかります。

### ○ オート電話・メール

- ・高齢者が電話を使用し、健康状態などを報告します。
- ・初期費用及び利用料が比較的安価です。（1,000円～2,000円/月）

※初期費用がかからないものもあります。

<利用方法（例）>

- 高齢者側：毎日のコールに対して、健康状態に合った番号の押しボタンを押す
- 見守り側：毎回、健康・安否情報をメールで報告

### ○ その他の安否確認サービス

- ・オペレータの電話による安否確認サービス
- ・スマートフォンのアプリを活用した安否確認
- ・市町村の安否確認サービス
- ・宅配業者等による配達時の見守りサービス など、さまざまあります。

(イメージ)  
スマートフォンのアプリ



### 相談窓口

身近な業者がないなど、お気軽に**みやぎ建築・住宅相談所**にご相談ください。（**利用料無料**）  
連絡先：一般社団法人宮城県建築士事務所協会（電話：022-797-8126）



### 3 状況に応じた住まいを選択し、住み替える

高齢者にとって**自宅以外の住まいの選択肢**は多岐にわたります。受けられる介護サービスや暮らすために必要な費用などが異なるため**ご自身（ご家族）の状況に応じて住まいを選択することが重要**です。

サービス付き高齢者向け住宅（居室）のイメージ



プライベートな空間で自分の時間や友人との交流を楽しんだりします。

有料老人ホーム（共用スペース）のイメージ



共用スペースでは食事介護を受けたり、利用者がイベントを楽しんだりします。

分類	名称
高齢者向け賃貸住宅	サービス付き高齢者向け住宅
	シルバーハウジング
住居系サービス施設	有料老人ホーム
	養護老人ホーム
	軽費老人ホーム
介護保険3施設	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
	介護老人保健施設
	介護療養型医療施設

#### 検索方法

介護サービス情報公表システム

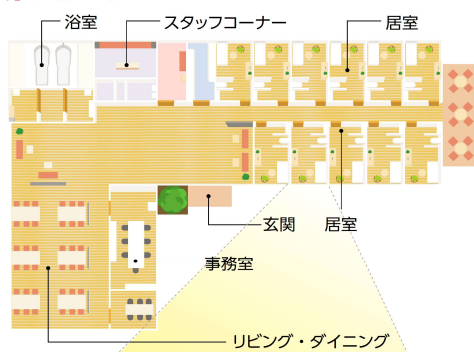
検索

厚生労働省のホームページから住宅や施設を検索することが可能です。

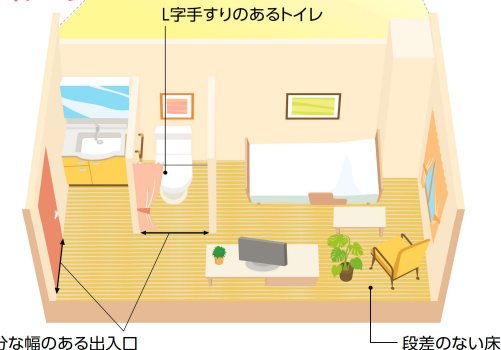
### サービス付き高齢者向け住宅とは

「サービス付き高齢者向け住宅」のイメージ図

#### ●共用部分のイメージ



#### ●居室のイメージ



十分な幅のある出入口  
段差のない床  
※共用・居室部分の設備は、住宅によって異なります。

**ポイント** 少しのサポートがあれば、自立して生活することができる方におすすめ！

#### 入居条件

- ・**60歳以上**の単身高齢者
- ・**高齢者＋同居人**  
※同居人とは、配偶者、60歳以上の親族、要介護・要支援認定を受けた親族等

#### 高齢者にも安心の構造

- ・段差のない床
- ・車いすも通行可能な出入口
- ・廊下、便所、浴室等に手すりの設置
- ・安全に昇降できる階段

#### 安心できる見守りサービス

- ・日中（9時～17時）は**職員が常駐**
- ・**毎日1回以上の状況把握（安否確認）**
- ・体調に応じ、任意の**生活支援サービスが利用可能**（食事の提供、入浴等の介護、家事等）



**住宅毎に受けられるサービス、併設施設の有無、看取りの可否などが異なるので、確認が必要です。**

県では、将来（高齢期）を見据えた住まい方などをテーマに無料で**出前講座**を行っています。資料・内容や出前講座に関するお問い合わせは、宮城県土木部住宅課（電話 022-211-3256）まで