

# 『月刊 たまログ』 介護相談

2019年3月 掲載

## シニア連載

第19回

最後まで、誰にも  
迷惑をかけずに…

### Q

戸建てで一人暮らしをして

しています。症知認にならなければこの家で期最を迎えたいですが、身内が誰もおらず、身体が動かない状態になったときが不安です。他人に迷惑をかけず、自宅で暮らし続けるためにはどうすれば良いでしょうか。  
(79歳・男性)

### A

高齢者住宅への早めの

住み替えを決断する方々がいる一方、住み慣れた自宅から離れず「石にかじりついて」も自宅に「いる」と言う単身高齢者も多くいます。行政の取り組みは地域によつて差異がありま

すので、介護が必要になつても自宅で暮らし続けられるように、家族や家族以外の「マンパワー」(人的資源)を一人でも多く確保することが重要です。そのために、将来の身体状況の変化を想定し、少なくとも①住環境の整備(介護予防リフォーム)、②地域の介護体制、③死後の手続き』という3つの対策の情報収取です。単身高齢者世帯の急増と共に、社会問題となる「空き家」は、独居の単身高齢者の急逝が起因することが多く、亡くなられた後の自宅や、荷物の片づけ等の諸々の処理を誰にどう任せると元気がうちに計画しておくことが家族や家族以外の「誰にも迷惑をかけない暮らし方」です。

### 介護連載プロフィール

有料老人ホーム・介護情報館 館長  
取締役 **今井紀子**

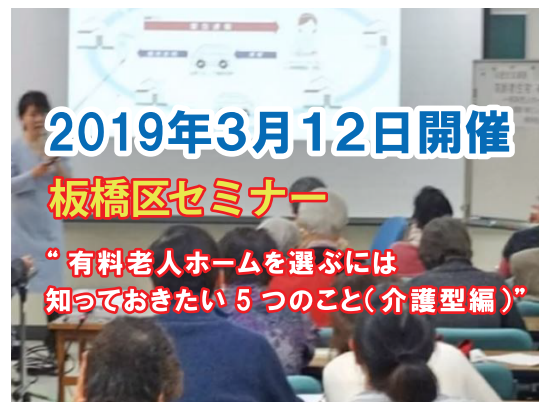
病院の相談員、有料老人ホーム施設長、老人保健施設事務長などを経て、現在は有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅等のアドバイザー。セミナー・講演を各地にて多数開催、『自立型ホームはこう選ぶ!』大好評!



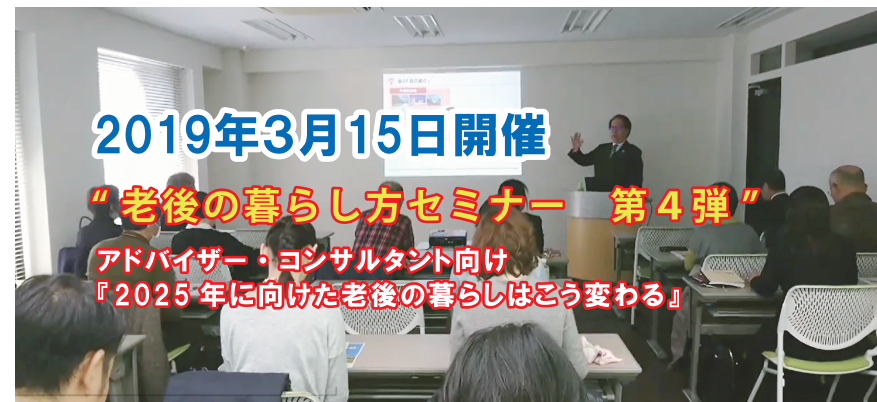
### 介護情報館 活動報告



2019年2月21日訪問  
西葛西の介護型ホーム  
“元気になるホーム”



2019年3月12日開催  
板橋区セミナー  
“有料老人ホームを選ぶには  
知っておきたい5つのこと(介護型編)”



2019年3月15日開催  
“老後の暮らし方セミナー 第4弾”  
アドバイザー・コンサルタント向け  
『2025年に向けた老後の暮らしはこう変わる』



老後と住まいのアドバイザー  
(株)ニュー・ライフ・フロンティア

有料老人ホーム・介護情報館

〒103-0027 中央区日本橋1-7-9 タヴィンチ日本橋 179ビル 4F



TEL 03-6262-0791



高齢者住宅の最新情報を発信!

介護情報館は、2017年7月1日より「入居者と家族の評価の高いホーム」を紹介しております。