



介護・暮らし
ジャーナリスト
太田差恵子さん

1993年から老親介護の現場取材。96年に遠距離介護を支援するNPO法人バオッコを設立し、現・理事長。AFP（アフェリエイトッド ファイナンシャルプランナー）の資格も持ち、老人ホーム選び、介護とお金にも詳しい。主な著書に『高齢者施設 お金・選び方・入居の流れがわかる本 第2版』（翔泳社）、『遠距離介護で自滅しない選択』（日本経済新聞出版社）など。

株式会社 舞浜倶楽部
代表取締役社長
**グスタフ・
ストランデル**さん

スウェーデン出身。1992年、交換留学生として早稲田大学高等学院で学ぶ。その後、北海道東海大学の交換留学生として再来日。2003年、スウェーデン福祉研究所の所長に就任し、高齢者福祉をテーマにスウェーデンと日本、両国の調査・研究を重ねる。日本国内250カ所以上の施設を見学し、自らの施設運営を経て、12年から現職。浦安市介護事業者協議会の会長も務める。

株式会社 ケアプロデュース
代表取締役
安藤澁邦さん

介護保険スタート以前の1998年から介護業界に従事。有料老人ホーム22棟の統括マネージャーを経て現場を離れる。2004年に株式会社ケアプロデュースを設立し、老人ホーム・介護施設の紹介事業「有料老人ホーム情報館」を開始。現在は施設の情報提供のほか、訪問マッサージ事業、訪問診療の紹介・情報提供に特化したメディカルサポート事業、身元保証、後見、葬儀、相続等の高齢者総合相談室を目指している。

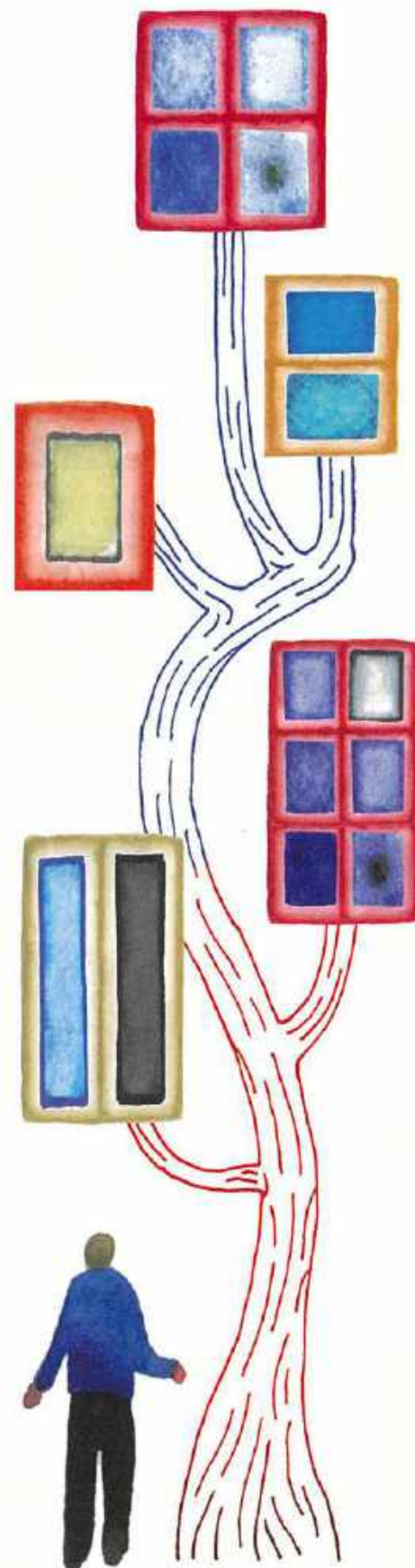
文／武田洋子 写真／小黒牙夏（写真提供）、イラスト／小林マキ

鼎談 いま求められる 高齢者ホームとは？

2025年問題を前に――

日本ではあと5年で団塊の世代が後期高齢者に達し、4人に1人が75歳以上となる。これは人類がかつて経験したことのない「超・超高齢社会」だ。老後をどこで、どのように過ごすのかは、親にとっても子どもにとっても、いつかは向き合わなければならないテーマである。そこで、幸福と感ぜられる老後のあり方について、高齢者ホームの選び方について、そしてお金について、介護付き有料老人ホームを運営するグスタフ・ストランデルさん、全国の有料老人ホーム・高齢者施設の紹介を中心としたビジネスを展開する安藤澁邦さん、介護・暮らしジャーナリストの太田差恵子さんが鼎談した。

新型コロナウイルス感染症の影響や、スウェーデンと日本の介護福祉の違いなど、話題は広く、多岐に及んだ。





老後の生活は本人の資産で賄うのが原則。
親の総資産を把握しておきましょう(安藤晃邦さん)

福祉大国スウェーデンに学ぶ
地域共生の考え方が普及

太田 差恵子さん(以下、太田) 本日は家族の視点からお話しさせていただきます。私は施設選びに大失敗した人からお話を伺う機会があるのですが、その内容をネットで紹介すると、閲覧のアクセス数が一気に伸びます。世の中に失敗する人がいかに多いのかがわかります。

安藤晃邦さん(以下、安藤) 私のところにも住み替えのご相談が舞い込みます。つまり、今いる施設からほかに移りたいというのですね。これはやはり、失敗もあるということ

だと思っています。本日は舞浜倶楽部「新浦安フォーラム」に伺っていますが、こちらの介護ケアには、やさしく触れて不安や痛みを和らげる「タクテイルケア」など、スウェーデンのメソッドが生かされているようです。スウェーデンは福祉大国というイメージがあります。

グスタフ・ストランドルさん(以下、ストランドル) スウェーデンでは、自宅で暮らせなくなった高齢者は施設に移って最初の1、2年を過ごし、施設ではブライバシーの確保と、地域で普通の生活をする事が重視されています。認知症になっても、その人らしい生活が続けられる

ことを目指しているのです。施設での費用は税金で賄われるので、経済的な心配は基本的ありません。しかし、スウェーデンも最初から今のようになりかけては、施設の整備が整えられていたわけではなく、私の祖母の時代にはひと部屋にベッドを何台も並べ、入居者は寝たきりという劣悪な状態が普通でした。このままでは福祉国家とは言えない、と改善を求め運動が起こり、1985年に世界初のグループホームが誕生しています。地域社会と共生するホームですね。

太田 日本の状況もいろいろご覧になっていらつしやるんですね。ストランドル 私が日本の高齢者施設を見学して回ったのは97年頃ですが、入居者はほとんど寝たきりで、ひとり歩き防止のために拘束されているような施設がたくさんありました。曾祖母の時代はスウェーデンと同じだったのです。でもスウェーデンの後を追うように、そこから大きく変化しました。もともと日本人は海外のモデルを自国流にアレンジするのが上手です。今ではスウェーデンやデンマークのような福祉先進国

よりも優れた施設が出てきていますし、中国、韓国、シンガポールなどは、日本をモデルにしています。舞浜倶楽部にも多くの見学者が訪れますよ。

新型コロナウイルス感染症が
高齢者の地域活動を阻害する

安藤 こちらの施設は看取りも認知症ケアもされていますが、皆さん、入居からいただいた何年くらい経過されるのですか？

ストランドル 入居者の平均年齢は86歳で、4年程度を過ごされるケースが多いです。スウェーデンでは1、2年。つまりギリギリまで在宅が可能です。私は地域交流のことを考えると、もう少し早い段階で移ってほしいと思っています。というのも、「文化活動」「ボランティア・地域活動」の二つがそろってれば、フレイル(身体的機能や認知機能の低下)のリスクを軽減できるという研究発表があるのです。文化活動と地域活動の共通点は、人とのつながりですね。しかし今は新型コロナウイルスの影響により、世界中で高齢者の文化活動と地域活動が阻害されていることが心配です。

太田 確かに今、新型コロナウイルスの影響で、高齢者と他者の接触機会が非常に抑えられています。二世帯同居でさえ、上階に住んでいる両親とは会わないというご家族がいらっしゃるほど。在宅介護の現場にも影響があります。例えばケアマネジャーさんが感染拡大地域の人と会ったら、2週間は患者さんのお宅を訪問できないとか、デイサービスが休会になってしまったとか。それによ



※約5万人の身体活動・文化活動・地域活動の実施とフレイルリスクとの関係を調べたデータによる。
出典:古澤裕世、田中友規、藤島勝矢。2017年日本老年医学会学術集会発表

新情報を紹介するようにしています。
ストランデル 私は新型コロナウイルスに関する日本政府の対策は早かったと評価しています。2020年1月29日には厚生労働省から舞浜俱樂部にウイルス対策の指示がありましたが、2月以降の面会者制限、マスク、手洗い、衛生管理など、定期的にアップデートされる情報はほぼ正確です。スウェーデンやイギリスでは、4月までそうした指導をしていませんでした。持っている情報はどの国も同じなのに、日本人は誇っていると思いますよ。

高齢者施設ではクラスターを出さないことが感染防止の鉄則ですが、国内施設のガイドラインはしっかりしています。これまでもノロウイルス対策などが徹底されてきたので、すぐに行動に移せた施設が多かったのではないのでしょうか。舞浜俱樂部では2月以降、スタッフを含めた訪問者にはマスク着用や消毒、検温、血中酸素濃度確認の協力をお願いするほか、施設内の動線を入居者と分けてきました。入り口もエレベーターも別です。ご家族の面会にはオンラインシステムも活用してもらっています。

わないのですから。新型コロナウイルスの影響で制限せざるをえなくなりましたが、もともと舞浜俱樂部には、入居者のご家族や知人などの来訪者が月に800人います。それが私たちの誇りです。館内で料理長が作る料理は自慢の一つですが、それがご家族にとって訪問の楽しみの一つになれば、こんなにうれしいことはありません。舞浜俱樂部が志すのは、一人ひとりの生活空間とプライバシーが確保され、さらに地域と共生している施設です。

太田 実は、在宅で介護している人よりも、親が施設に入居している人から悩みを聞くことが多いです。オンライン面会ができない施設もたくさんありますし、面会できなくなつて、きちんとケアを受けているのが見えないために不安なのでしよう。施設に要求するものが大きくなつてしまつてしまうのです。

ストランデル スウェーデンも日本も同じで、入居者の方は、遠慮して何も言わないことが多い。でも、ご家族が要望を言いやすい施設のほうがいいと思います。

太田 それは確かにそうですね。いい施設には対話があります。これは費用の額にかかわらず、有料老人ホームでも特養（特別養護老人ホーム）でも変わりません。なかなか厳しい現状ですが、こんなときだからこそ対話は必要だと思います。

安藤 全体的にIT化が遅れている業界なので、オンライン面会を実施できているところは一部ですね。普段からギリギリのスタッフ数で対応していると、IT化を進めるところまで手が回らないのでしよう。

くあるのが、夫婦で入れる二人部屋です。子どもはよかれと思って一緒にしがちですが、結局、元気なほうが要介護の配偶者を見ることになり、さらに施設であるがゆえに自宅よりも行動が制限されてしまう。結果、夫婦仲が険悪になって、部屋だけでなくフロアまで分けてもらったという例があります。

安藤 私も夫婦部屋を相談されたら、必ず「疲れますよ！」とお伝えしています。奥さんのほうが家の雑事から解放されたいなら、なおさらですね。

ストランデル スウェーデンも昔は

太田 意外ですが、部屋に固定電話を引いている施設は評判がよかったみたいです。高齢者も固定電話なら使い慣れているし、大活躍だったようです。オンラインに限らず、外部との通信手段に選択肢があるといのでしようね。

施設選びのポイントは一入ひとり異なる「こだわり」

安藤 日本の高齢者施設は平均入居

年数が4〜5年と比較的長期ですが、それに伴い、家族の面会はだんだん間遠になる傾向にあります。
ストランデル スウェーデンも日本も、黎明期の高齢者施設は町から遠い場所につくられています。スウェーデンは森の中、日本は山の中です。しかしそれでは家族が訪問しにくい。地域に溶け込んで「いつでも行ける」施設でなければいけません。どんなに優秀なスタッフも、家族にはかな



施設選びの優先順位は、まずは「こだわり」、次に「予算」が望ましいですね（太田差恵子さん）



死を日常の延長線上に考えることは、
残される家族にとつてのケアにもなります(ゲスト・ストランデルさん)



大家族で、老人は家族で介護するのが当たり前でした。介護保険の導入で、お嫁さんたちがようやく楽になったのです。今、ご主人だけがここに入居していて、毎日通って1日を過ごしていく奥さんがいらつしやいます。本当にいいことだと思えます。介護はプロに任せてください。本人や家族が認知症になっても大丈夫、その人らしく暮らすことはできるのです。

安藤 施設選びで難しいのは、ある程度の知識が必要なのに、情報が十分でないことです。例えば介護保険の使い方には2種類あります。必要なサービスを自分でその都度選択す

るのか、変化する心身状態に合わせてお任せできる包括報酬型にするのかです。元気なうちは前者を、健康に不安があるなら後者を選ぶのがおすすですが、そうした説明をしてもらう機会はほとんどありません。私にご相談いただければきちんとアドバイスをできるのですが。

太田 制度が複雑ですね。住宅型の施設を選ぶ人が多いですが、住宅型は介護サービスが別途契約になることを知らない人が多いです。ざっくりと違いを理解できても、施設によって言っていることは千差万別ですから、最終的には自分で個別に見学に行くしかないと思います。施設



に何を望むのか。介護や医療だけでなく、住み慣れた地域か、別の土地か、食事はどうしたいか、ベットは連れているかなど、とにかく「これからどう生きていきたいのか」をトータルで考えていただきたいです。お金から入る人が多いのですが、優先順位としては、まず「こだわり」、その次に「予算」が望ましいですね。

老後は本人の資産で賄う施設には看取りの確認を

安藤 お金の話がありました。親の老後の生活は親の資産で賄うのが原則です。年金や預貯金、不動産など、親の総資産をあらかじめ把握しておきましょう。

太田 お金の失敗で多いのは、入居年数が想定以上に長くなってしまったというケースです。施設の種類がよくて、「あと2、3年」と思われていた人が10年も長生きする。それは喜ばしい話なのですが、お金が続かなくなってしまう。期間を短く見積もるのは危険です。平均入居年数はあくまでも平均であり、自分の親がどうなるかはわかりませんから、私はいつも100歳で計算したほう



舞浜倶楽部では「食べる楽しみ」を大事にしている

がいいとアドバイスします。今の時代、100歳以上も珍しくないので、女性は105歳のほうがいいかもしれません。

安藤 施設の予算を抑えるポイントとして、私は三つのアドバイスをしています。一つは入居金をうまく使うこと。入居一時金は最初にまとまった額が必要ですが、その後は最期まで固定費用で暮らせることが多く、基本的には長期になるほど得です。短期の予定であれば入居一時金なしで、月々の費用を高めに支払うほうがいいでしょう。二つ目は、特養を考えているなら要介護3になったタミングで申し込むこと。入居待機者が多いものの、3年も待たばどこ

かに入居できます。要介護4以上になつてから3年待つのは厳しいと思います。三つ目は、最後は遠くへ行くこと。いちばんお金がかかるのは家賃なので、都心から離れるほど安くなる道理です。介護保険は全国一律で、地方でも変わりません。

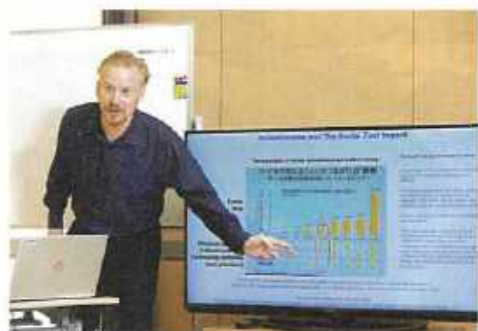
太田 特養が低料金だからといって、決してサービスが悪いわけではないことは知っていただきたいですね。有料老人ホームでも特養でも、大切

なのは本人と合うか合わないかです。私はもう一つ、在宅を希望する気持ちが強ければ、本当に無理なのか検討することをおすすめしたいです。在宅のまま小規模多機能型住宅介護(デイサービスやショートステイなど)を一体的に提供する地域に密着したサービスなどを使えば最期まで暮らせるかもしれません。そして施設に入るお金を自費サービスに当てれば、自宅の環境整備を行うこともで

きます。

安藤 「本当にいい施設を紹介してほしい」という人は多いと思います。しかし、これは課題だと思うのですが、完全に独立した第三者として施設を紹介できる事業者の見極めが難しい。民間施設の情報提供は、ケアマネジャーの業務外の情報提供となつていきます。

太田 「いい施設の情報を知りたい」といっていいかわからない」というのは、私もよく耳にします。民間の紹介事業者は、運営に専門の免許が必要なのではないかと、さまざまな業者が交ざつています。やはり自分で勉強する必要があります。見学予約の電話の対応からでも、施設の雰囲気はなんとなく感じられます。見学時には、利用者とスタッフとの会話、食事風景などに注意してみてください。5件も回ると、自分や家族に合うか合わないか、わかつてきます。ストラランデル 看取りをしているのか、実際にどのくらいの方がその施設で亡くなっているのかは、確認したほうがいいですね。舞浜倶楽部では入居者の約8割の方を看取りますが、入居の際には、最期の迎え方を



「高齢者がフレイルにならないよう、地域で支えていくことが大事」と言うストラランデルさん

希望を伺っています。ここがいいのか、病院がよいのか、誰と過ごしたいのか、などです。

太田 その重要なポイントですね。看取りのことまで考えない人が多いのですが、そういう話で最期が近づくとかえってしづらくなるので、入居のときから延命治療についての希望などをはっきりと伝えておくべきです。親の死を具体的に考えることはとても大切です。スウェーデンと日本の死生観の違いはありますか？

ストラランデル 信仰の有無が死生観に影響すると思うのですが、スウェーデン人は日本人と同じく、ほとんどの人が宗教を文化の一部として認

識しています。「自然に、人に迷惑をかけずに死にたい」と考える人が多いのも、日本人と似ていますね。死を日常の延長線上に考えることは、残される家族にとってのケアにもなります。

日本の課題は人材育成 地域の取り組みにも期待

ストラランデル 超・超高齢社会に向けて、私がいちばんの課題だと思うのは、人材の育成です。介護業界の平均給与の低さは問題ですね。せめて世間の平均並みの待遇まで底上げしなければなりません。「この業界で働きたい」と言ってくれる若者はい

て、私たちも毎年、新卒者を採用しています。業界自体への需要が高く安定しているので、いい企業を選べれば就職先として有望だと思うのですが、「命を預かる仕事だから」と自動化がなかなか進まないけれど、センサーの活用など、人でなくてもいい部分はIT化すると、若い人が入りやすくなるのではないのでしょうか。行政の対応も含めて、体制の見直しが急がれます。

安藤 私も、海外からの人材なくし

ては、先々立ち行かなくなると危惧しています。コロナ禍がブレーキになってしまつていたので、政策として外国人受け入れと養成に注力する必要があります。と思っています。

太田 年金が先細りになるのは明らかですが、今のところは、お金がなくても勉強すれば、さまざまな選択肢があることがわかります。知らなければ使える制度も使えないので、受け身ではなく、能動的に自分で調べることが道を開くと思います。

ストラランデル 施設には経営理念や方針、人員配置などの運営状況を、誠実に公開し、見える化する姿勢が求められています。ただ、課題は多々ありますけれど、いいケアができる時代になりましたよ。この流れをさらに進めるべく、浦安市では介護事業者45社が主導して協議会を立ち上げました。行政機関と協力しながら、フレイルにならない、フレイルになつても回復できる高齢者の暮らしを地域で支えていくのが目的です。市は国よりもフットワークが軽い。今後はこうした地域の取り組みが重要になっていくのではないのでしょうか。

