

第1回セミナー開催報告：

『これからの住まいは住宅改修？住み替え？どっちがいいの？』

新終活セミナーの第1回は、2016年10月18日(火)10:00~12:00、東京都多摩市の関戸公民館で開催されました。初回でもあり、参加者は7人とこじんまりした集まりになったおかげで、いわばタツプり参加型の集いになりました。

講師は高齢者住宅情報センター 東京センター長の久須美則子。久須美のセミナーは一方通行の講演という形ではなく、参加者それぞれに状況や思いを語っていただき、それを題材にしながらみんな考えていきます。つまり講師というより、コーディネーターと呼んだほうが分かりやすいかもしれません。今回の会も、「何を期待してここにお越しいただいたか、自己紹介としておっしゃってください」と、参加者に順に発言を求める久須美式のリードから始まりました。



講師久須美則子(くすみ・のりこ)
一般社団法人コミュニティネットワーク協会理事
高齢者住宅情報センター東京センター長

「何か考えなくちゃいけないのだろうと思うのですが、具体的に何を考えればよいのか、その参考にしたいと思います」「今はマンションで90歳代の母と夫婦の3人住まいだが、今後、自分に合った住み方、生き方ができる高齢者住宅の選び方を考えて方向付けしたい」「昨年まで働いていた地域のこと分からなかったのだが、高齢化が進んでいるという多摩市の現実を知りたくて」「高齢者用に手すりなども付けられている団地に居てこのまま住み続けることもできるが、耳が遠くなった連れ合いが病気になったりして、移り住むことを考え始めて・・・」「親が亡くなって実家が空き家になった。それを建て替えて住もうかと思ったりしている。でもあるセミナーで、自分がどう生きていくかを考える

パワーポイントの目次

- p.1：一般社団法人コミュニティネットワーク協会の活動
- p.2：高齢者住宅情報センターの活動
- p.3：高齢者住宅情報センターの勉強会
- p.4：高齢期からの住まいさがしを考え始める理由は？
- p.5：65歳世帯の割合
- p.6：一人暮らし高齢者世帯の動向
- p.7：住み慣れた自宅で暮らす安心と不安
- p.8：高齢者人口と要介護認定率
- p.9：平均寿命と健康寿命の差
- p.10：高齢者住宅への住み替えの安心は？
- p.11：介護保険の特定施設入居者生活介護の費用
- p.12：介護保険の居宅サービスの利用限度額
- p.13：高齢者住宅の種類・費用・入居条件との関係図
- p.14：サービス付き高齢者向け住宅とは
- p.15：有料老人ホームとサ付き住宅の比較
- p.16：広さの規定
- p.17：住宅改修か住み替えかの結論を出す前に必要なこと

ことが重要と気付かされた。そういうことを考える参考にしたい」「以前から考えていたのだが踏み切れずに子どもがいなくなった広いマンションに夫婦で暮らしている。関心が転々と変わる連れ合いの思い付きに引きずられないように、理論武装したい」など、当然ながら状況はそれぞれです。

住宅改修か住み替えかの結論を出す前に必要なこと

高齢期の住まいを考える大切なポイント

- **どんな暮らし方をしたいのか？**
元気な時の暮らし方
体が弱ってきたときの暮らし方
- **誰とどこで暮らすのか**
パートナーと一緒に？
子どもや孫は？
親しい友人や知人と？
- **費用はどれだけ必要か（生活設計）**
- **判断や決断はいつするのか**
気力・体力・判断力のあるうちに！

久須美はパワーポイントで観点を整理しながら参加者それぞれの状況に応じた話も挟み、最後に「住宅改修か住み替えかの結論を出す前に必要なこと」を整理しました。

「自宅改修のノウハウなど、もっと具体的な事例の話を知りたい」というお叱りもいただきましたが、「いろいろなことを想定することができ、参考になりました。また、参加者の方々の考え方を知ることができ、同様に勉強になりました」「今回のテーマは私にはまだ少し早い内容でしたが、長い目で見ると参考になりました。参加型の構成もよかったです」といった感想もいただき、第1回目の新終活セミナーは終了しました。

