

住環境ネット / 早めの計画グループの住環境セミナー特集です

「楽しんで学ぶ、高齢期の住まい方」

すぐろくの遊び感覚とカードの「見える化」による新しいタイプのセミナーです。

住まいつづける



「今の家で住み続けても大丈夫だろうか？」
 「もっと安心できる住まいにするためには
 どうしたら良いのだろうか？」

「住み替えるとすれば、どんな住まいがあるの
 だろうか？ 私に、親に合うのだろうか？」

住み替える



気になるけど、先延ばしになる。「その時」が来て、「仕方がない」という選択になってしまう。

このセミナーはご自分のこと、ご両親のことなどのために、高齢期の住まい方を考えるきっかけ作りの場です。



高齢期の住まい方には様々な形や施設があり、制度があります。そのことを知って頂き、併せて、参加者の方々の経験、考え方を分かち合ってください。

これまで開催回数は40回、参加者数は約450人です。年代別では、59歳以下29%、60歳代24%、70歳代45%、80歳代2%。男性27%女性73%という割合でした。

セミナーのメインは「百歳バンザイすぐろく」と「住まい方カード」ゲームです。住まい方にはそれぞれに良し悪しがあります。それをゲームの中で見ていただき、高齢期の住まいを考える上で、おひとり々が、ご自身の課題を考えていただきます。

そして最後に「住まい方ノート」を作成します。

セミナーの評価

参考になった 74% 面白かった 52%
 難しかった 3% 退屈、他 1%

このセミナーの後でどうしますか？

家族の話題にする 44%
 自分の家や環境を見直してみる 56%
 新聞やテレビなどで見聞を広める 38%
 親戚、知人を参考に 18%
 積極的に施設見学に行く 37%
 早めのリフォームを検討する 9%

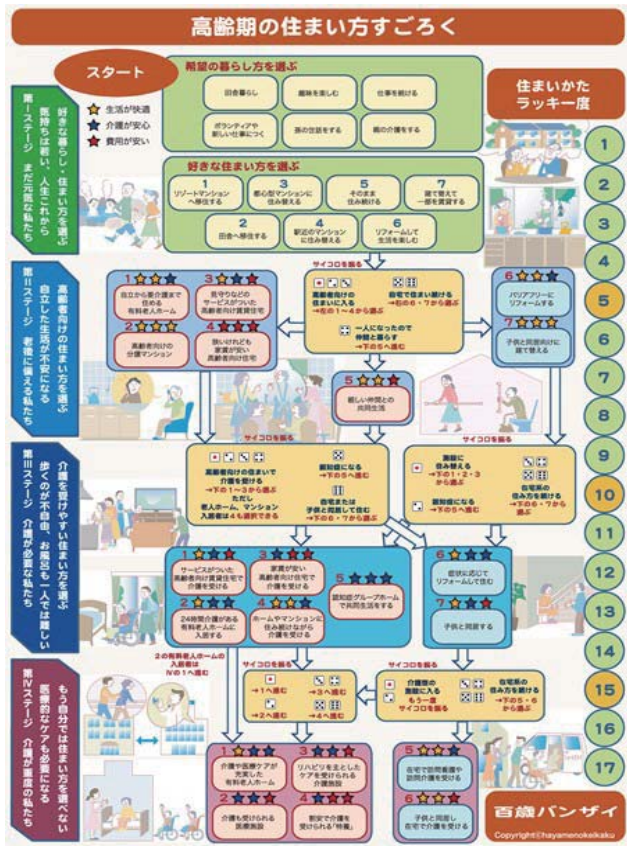
参加者の方々はセミナーの後、より積極的にこれからの住まいについて考え、行動なさろうとしています。

住環境ネットはこのセミナーを「出前」します。

これまで、自治体が主催、後援する消費生活センターの「消費者教室」、男女共同参画センターの「企画講座」、地域の福祉ボランティアを養成する「福祉カレッジ」などの他、地域の「シニア活動グループ」「福祉のまちづくり団体」「介護ボ

ランティア団体」「成年後見制度普及推進NPO」「保育支援団体のスタッフ」「デイケア施設」そして「市民農園仲間」など様々なグループや団体で開催してきました。

また、上智大学で開催された「ケアフェス2014」でも実施しています。グループ、団体の会員向けや公開講座など、様々なケースにご対応します。



ステージIII

2. 24時間介護がある 有料老人ホームに入居する

介護型有料老人ホーム

要介護の高齢者を対象に、入浴、食事、健康管理などの介護が受けられる。洗濯、掃除など生活サービスもきめ細かく受けられる。

- 24時間完全介護で、必要なときに適切な介護サービスが受けられるので、とても安心できる。
- イベントがあり、趣味の仲間に出会うことができ、生活に楽しみがでてきた。
- きざみ食など、自分の食べる能力に合った食事が出るので、いつでも食事が楽しめる。
- 入居一時金が高額なため希望していた施設には入れず、満足できていない。
- 食事時間などみんな一緒の集団行動が多く、自由が少ない。
- 他の入居者になじみず解りづらいが、入居一時金もわずかしが返ってこない。

百歳バンザイすごろく

「すごろく」は「高齢期の4つのステージ（段階）ごとに」「住まい方を示される又は選択する」という形で進みます。住まい方は全部で27種類用意されており、それぞれの住み方について、特徴とその「良いこと」「困ること」が表されたカードが用意されています。4つのステージは「まだまだ元気な私たち」「老後が気になる私たち」「介護が必要になった私たち」「寝たきりになった私たち」の4段階です。

住まい方カード

「いまの家に住み続ける」「住み替える」の2つの選択ごとにカードゲームを行います。「住み続ける」ではどのようなことが大切かを15項目から選び、その理由を他の参加者に説明します。

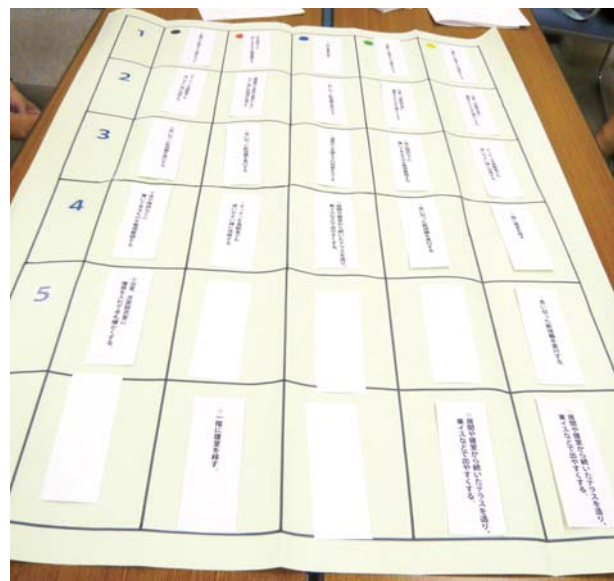
「住み替える」では9種類の住み替え先の中から、「良いと思うもの」「嫌なもの」を選び、その理由を他の参加者に説明します。

一人ずつ作成する住まい方ノート

チェックリスト形式になっており、どなたでも書き込みやすく工夫されています。「今の考えを整理する」ことができます。

高齢期の住まい方ノート

質問の相手は	考えも理由	ステージI 独立が可能な状態、独立が難しい	ステージII-1 要介護状態になる（認知機能 高い、低い）
●家族の介護を期待できますか、しますか	●独立し続ける	●独立し続ける	●独立し続ける
□できる、する	□できる、する	□できる、する	□できる、する
□できない、しない	□できない、しない	□できない、しない	□できない、しない
●高齢期の健康状態に満足があまりありますか	●住み替える場合、その理由は	●住み替える場合、その理由は	●住み替える場合、その理由は
□満足、する	□満足、する	□満足、する	□満足、する
□不満、しない	□不満、しない	□不満、しない	□不満、しない
●あなたのお考え、生活のイメージ	●あなたのお考え、生活のイメージ	●あなたのお考え、生活のイメージ	●あなたのお考え、生活のイメージ
□あなたのお考え、生活のイメージ	□あなたのお考え、生活のイメージ	□あなたのお考え、生活のイメージ	□あなたのお考え、生活のイメージ
□あなたのお考え、生活のイメージ	□あなたのお考え、生活のイメージ	□あなたのお考え、生活のイメージ	□あなたのお考え、生活のイメージ



セミナーのプログラム

- 参加人数 : 10~40名程度
 時間 : メニューにより異なります。
 「すごろく」や「住まい方カード」だけの場合は2時間程度。フルメニューでは3~4時間。複数回に分けても実施します。
 設備 : 5~7人に分かれて行います。そのためのテーブルや椅子を用意いただけます。
 進行役 : テーブル毎に進行役がつかます。その方々のために事前の「お試し会」を行います。

家族ではなかなか話し合えないことでも、ワークショップ形式のセミナーでは、知らない人と意外に話しがはずみます。そんな中での気づきが、具体的な行動にむすびつくということを期待しています。ぜひ環境ネット/早めの計画グループにお声がけ下さい。

ご連絡先は thwestoz@gmail.com (西) です。

(発行) 理事長 稲井 信輝 (編集) 西 和彦