高齢者介護を支援する人への応援冊子

介護だより プラス
kaigo dayori

2026年11月1日発行号

発行
株式会社ベネッセスタイル ケア
〒163-0905　東京都新宿区西新宿2-3-1 新宿モノリスビル5F
https://www.benesse-style-care.co.jp/

高齢者施設のここが知りたい！…16

介護付き有料老人ホーム、住宅型有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅など、高齢者向け施設には、さまざまな種類や特徴があります。「複雑で違いがよくわからない」「どこまで対応してもらえるの?」「中の暮らしはどんな感じ?」という方のために、多様化する高齢者施設の「ここが知りたい!」をご紹介します。

Q 老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅など、高齢者を対象とした施設・住まいが色々ありますが、何が違うのですか?

80 代で一人暮らしの母親をお持ちの方からの質問です。遠方で一人暮らしをしている母親の今後の住まい方を考える中で、さまざまな高齢者向けの施設・住まいの違いに悩まれているようです。

悩みポイント 高齢者向けの施設・住まいにはどのようなものがあるのか

悩みポイント それぞれの施設の違いは何か

A

高齢者向けの施設は、大きく分けると要介護（要支援）認定を受ける人が入居できるところと、要介護認定を受けていなくても入居できるところがあります。また介護サービスを施設スタッフが提供する場合と、外部の介護サービス提供者が提供する場合があります。

さらに詳しく

POINT

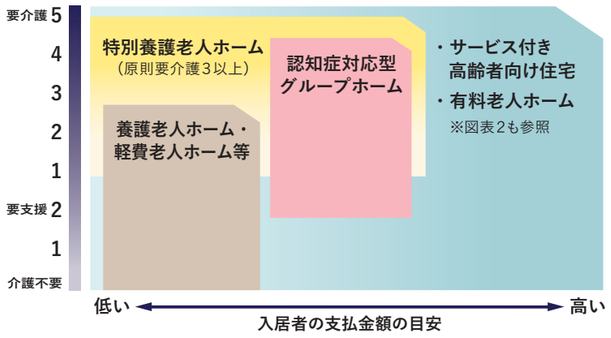
- 要介護認定の有無によって入れる施設の種類が変わる
- 介護サービスは必ずしも施設のスタッフが提供するわけではない

◎多様な形態がある高齢者向け施設・住まい

高齢者向けの施設・住まいは大きく分けると、**図表1**のように分かれています。同じ有料老人ホーム（有老）という名称であっても、要介護認定が必要な施設もあれば、不要な施設があります。

特別養護老人ホームは、公的な介護施設として比較的費用を抑えて利用できることから、待機者が多くいる場合もあり、入居を希望しても入れないこともあります。

図表1 **高齢者向け施設・住まいの全体像**（イメージ）



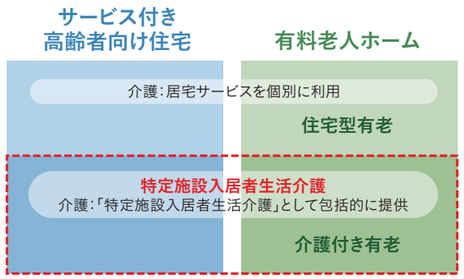
参考：厚生労働省「有料老人ホームにおける望ましいサービス提供の在り方に関する検討会（第7回）資料」をもとに作成

◎サ高住と有料老人ホームの違い

高齢者向けの住まいや施設の中で、サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）と有老は、サービスの内容が似ている場合もあり、その違いが分かりにくいことがあります。

サ高住は、高齢者住まい法に基づき都道府県等に登録された、高齢者の安心を支えるサービスを提供する**バリアフリー構造の住宅**です。**「安否確認」と「生活相談」の提供が義務付け**られ、住宅によっては食事の提供などを行っている場合もあります。介護が必要になったときは、訪問介護や通所介護などの居宅サービスを利用するのが一般的です。

図表2 **サ高住と有老の介護サービスの利用形態**



有老は、老人福祉法に基づく高齢者向けの居住施設です。**住まいに加え、食事の提供や生活支援、健康管理などのサービスを提供**します。住宅型有老と介護付き有老があり、住宅型有老は、食事の提供などを受けながら生活し、介護が必要になった場合は居宅サービスを利用します。

一方、介護付き有老は、「特定施設入居者生活介護」の指定を受けた有老です。住宅型有老では、**必要に応じて居宅サービスを個別に利用**しますが、介護付き有老では、「特定施設入居者生活介護」として**日常生活上の支援や機能訓練などを包括的に利用**します。

なお、サ高住のなかにも、一定の人員配置や設備基準などを満たし、特定施設の指定を受けているものがあります。特定施設に指定されたサ高住では、「特定施設入居者生活介護」として介護保険サービスを利用します。



今日のいっぴん
レシピのご紹介

きのこ旨煮

調理時間…25分
熱量…91kcal
塩分…2g
※出来上がり全量

材料（作りやすい分量）

- なめこ‥1パック（約80～100g）
- 舞茸 ‥‥‥‥1パック（約100g）
- しめじ ‥‥‥‥1パック（約100g）
- えのき ‥‥‥‥1パック（約100g）
- 生姜みじん切り‥‥‥‥‥‥ 15g
- めんつゆ（3倍濃縮）‥‥‥ 60cc
- 浄水 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 100cc

レシピ提供：NANAIRO COOKING STUDIO
株式会社SOYOKAZE

作り方

❶なめこはぬめりを軽く取るために、沸騰した湯（分量外）で2分ボイルする。
❷❶のなめこはザルに取る。他のきのこはほぐしてバラバラにする。
❸全ての材料を鍋に入れ加熱する。
❹沸騰してきたら落し蓋をして、弱火で10分ほど煮込む。
❺煮終わったらザルにあげ、きのこの汁気をさっと取る。
❻汁気を切ったら、容器等に移して冷ます。冷めたら密閉容器に入れ、冷蔵庫保存する。

＜用途＞
- 混ぜご飯：ご飯1合にきのこ煮 80gを混ぜる
- ざるそば、冷奴に添えて
- パスタの具材 …など

なめこの栄養価

なめこは食物繊維が豊富な食材です。なめこのぬめり成分のペクチンは水溶性食物繊維の一種で、胃腸の粘膜を保護し、腸内環境を整える作用があります。

TOPICS

「クッキング」デイサービス



こんにちは！介護だよりプラス「今日のいっぴん」のレシピ紹介をさせていただいているNANAIRO COOKING STUDIO（以下なないろ）です。

なないろでは、季節の変化を料理で感じていただけるメニューを展開しています。今年の秋は、暑い日が続くのかと思いきや、長雨の影響で気温が下がり、お客様からも「すでに秋？」と話題になる日が続きました。そんな季節の移り変わりとともにメニューも秋へ移行し、鮭や秋野菜、さつま芋など秋の食材が続々と登場しています。先日は、無花果（いちじく）のコンポートをおやつに作り、皆様の絶賛をいただきました。無花果（いちじく）の旬は夏果（かか）と秋果（しゅうか）の年2回あり、後半の秋果（しゅうか）の方が甘みとねっとり感が増してコンポートには向いています。こうして美味しい食材の旬を逃さず、皆様で味わうのもお料理の醍醐味だと実感しています。



★NANAIRO COOKING STUDIO 自由が丘
TEL：03-5731-8620
★NANAIRO COOKING STUDIO 三軒茶屋
TEL：03-5779-3920
★NANAIRO COOKING STUDIO 成城
TEL：03-5490-7166
★NANAIRO COOKING STUDIO 杉並宮前
TEL：03-5344-1330