

## 【インターネットで見見！】

今回のテーマについて、お勧めのホームページをご紹介します。



### 「高齢者住まい探し相談会」

相模原市ホームページ内に、市が開催している専門家による無料の住まい探し相談会の案内が掲載されています。

[http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/fukushi/korei\\_shien/026153.html](http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/fukushi/korei_shien/026153.html)

神奈川県「高齢者向け施設・住まい」県のホームページから見る事ができます。タイプ別・地域別に施設と住居の一覧表も載っています。

<http://www.pref.kanagawa.jp/life/2/9/51/>

### 「一般財団法人 高齢者住宅財団」

『便利な情報』という項目から、自宅リフォームや売却、賃貸施設情報まで、高齢期の住まい全般を知ることができます。

[http://www.koujuuzai.or.jp/useful\\_info/stable\\_law\\_elderly/](http://www.koujuuzai.or.jp/useful_info/stable_law_elderly/)

## 相模原市立橋本図書館

〒252-0143

相模原市緑区橋本3-28-1

電話 042-770-6600

FAX 042-770-6601

### 開館時間

○火曜日～金曜日

午前9時30分から午後8時まで

○土・日曜日・休日

午前9時30分から午後6時まで

○12月28日

午前9時30分から午後5時まで

ただし、12月28日が月曜日にあたる場合は休館

### 休館日

○月曜日

ただし、月曜日が休日の場合は開館し、翌日が休館

○図書整理日

1月・4月を除く毎月第2木曜日。

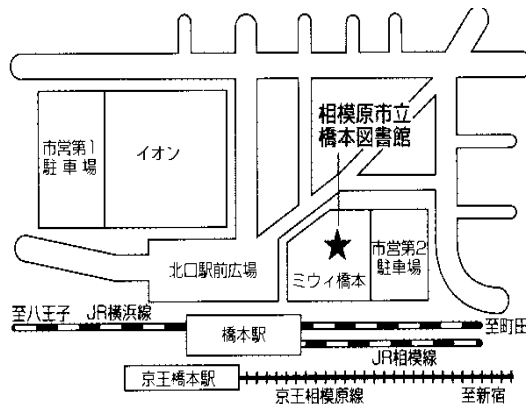
ただし、その日が休日の場合は開館し、翌日が休館

○年末年始

12月29日から1月4日

○蔵書点検期間

4月5日から4月11日



# 健康情報news

第24号

## 高齢期の住まい チェックリスト



相模原市立橋本図書館

2016年12月発行



AD369.263

『おちとよこの終の住まいを選ぶなら』

おちとよこ／著 日本評論社 2013  
自分に合った終の住まい選びとその準備を手助けしてくれる本です。高齢者向け住居の種類を知ることに始まり、計画→決断→契約、と進むステップごとの注意点が書かれています。「ペアレント編」として親の住まい選びの章も設けられた総括的な一冊です。

AD369.263 『安心で納得できる

老後の住まい・施設の選び方』

田中元／著 自由国民社 2016  
高齢者に向けた住居は種類も多く、違いがよく分からない、というのが正直なところではないでしょうか。本書は、“住居”ではなく“入居者”の視点で分類が明確にされており、必要に応じた住まい選びができそうです。



AD369.263 『賢い高齢者ホームの選び方  
& 快適老後に備えるお金と健康』  
日経 BP 社 2015

AD369.263 『失敗しない介護施設選び』  
横江金夫／著 幻冬舎メディアコンサルティング  
2015



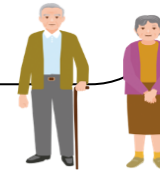
ブックリスト



橋本図書館所蔵の健康情報に関する本を今回のテーマに沿ってご紹介いたします。  
☆このリストは、ご紹介した本に掲載されている特定の施設をお勧めするものではありません。

AD369.263 『介護オンブズマンがまとめた  
これ1冊でわかる特別養護老人ホーム』

介護保険市民オンブズマン機構大阪／編著  
クリエイツかもがわ 2016  
オンブズマンとは、施設を定期的に訪問し、入居者の話し相手をしながら要望を聞き取り、施設側に伝える橋渡し役をする方のことです。特別養護老人ホームの基礎知識・生活・留意点など、現在の状況が分かります。



☆他にもこんな本があります☆

AD369.263 『大逆転！デイサービスで成功する新発想法』  
田中元／著 ぱる出版 2016

AD367.75 『60歳からの「ひとり暮らし  
実例とアイデア集』  
主婦の友社／編 主婦の友社 2015

AD369.263 『貯金ゼロ・知識ゼロからの  
“優良”老人ホーム入居計画』 真山英二／著  
幻冬舎メディアコンサルティング 2016  
“特養は入居待ち、民間有料ホームは高値、ではどうするか”と親世代の住まいに心を砕く子世代に向けて書かれた本です。親の自宅を売却する、または賃貸に出す、という活用法を具体的な数字を示しながら提案しています。

AD367.7 『老後はひとり暮らしが幸せ』

辻川覚志／著 水曜社 2013  
60歳以上のアンケート調査分析から、“ひとり暮らしがもっとも現実的で、理想の姿であり、もっとも幸せに近いことがわかりました”という結論のもとに執筆された本です。可能な限りひとりで暮らす方法、それが不可能になったときの対策も丁寧に綴られています。



527 『50代からの成功リフォーム』  
主婦の友社 2015

K1-36／銀 『高齢者のためのふれあい  
福祉ガイド 平成28年度版』  
相模原市役所高齢政策課／編 2016