

미국인 고령층 주택 안내서

# 건강에 변화가 생겼을 때의 주거 결정



# 건강에 중대한 변화가 생겼을 때의 주거 결정

---

귀하의 건강에 중대한 변화가 생겼을 때, 특히 누군가의 도움 없이 생활할 수 없게 되었을 때, 주거 등 귀하의 삶의 모든 측면에 영향을 끼칠 수 있습니다. 귀하가 현재 큰 병에 걸렸거나 걸릴 위기에 처하셨다면, 필요한 치료와 도움을 제공하는 주거 환경을 고려해야 합니다. 이 안내서는 귀하의 필요 사항을 평가하고 이용 가능한 주거를 선택하는 데 도움을 주며, 또한 확신을 갖고 올바른 결정을 내릴 수 있도록 도와줍니다.

이 안내서는 일반적인 소비자 정보를 제공하는 목적일 뿐, 법률 자문이나 규제 안내가 아닙니다. 법률 지원을 받는 방법에 대한 정보는 이 안내서의 “도움을 받을 수 있는 곳” 섹션을 참조하십시오. 이 안내서는 제3자 리소스, 내용에 대한 링크 또는 참고 자료를 포함합니다. 본 기관은 제3자를 보증하거나 이 제3자 정보의 정확성을 보장하지 않습니다. 귀하의 필요 사항을 충족하는 기타 리소스가 있을 수 있습니다.

# 필요한 사항 결정하기

아래 체크리스트를 사용하여 귀하의 건강 변화에 따른 필요 사항에 대해 생각해 보십시오.

건강상의 변화로 인해 다음 사항이 필요하십니까?	예	아니요
<b>의료 지원</b> 치료받기, 약 복용, 또는 약을 복용할 것을 기억하기 등	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>이동 지원</b> 침대에서 일어나기, 화장실 이용하기, 계단 이용하기 등	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>개인 위생 지원</b> 목욕 및 샤워, 빨래, 옷 입기 등	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>홈케어 지원</b> 청소, 요리, 잔디 관리 등	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>교통편 지원</b> 운전, 걷기 등	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>재정적 지원</b> 자금 관리, 주택담보대출(모기지) 또는 임대료 지원 등	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>정서적 지원</b> 가족 및 친구들과 가깝게 지내기, 친교 등	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

이러한 질문 중 하나라도 “예”라고 답했을 경우, 귀하의 생활 환경을 의료 및 개인적 필요에 더 적합하도록 변경하는 방법을 고려하실 수 있습니다. 이 안내서는 그러한 결정을 내리는 데 도움이 될 수 있습니다.

# 귀하의 현재 상황에 추가로 지원을 받는 방법

## 재택 간호

귀하의 가정을 방문하는 의료 전문가 또는 간병인에 대한 정보는 아래 표를 참조하십시오.

재택 의료 케어	재택 비의료 케어
<p>재택 의료 케어는 의료 전문가가 귀하가 필요한 의학 관련 진료 및 치료를 위해 직접 귀하의 자택을 방문하는 것입니다. 다음과 같은 도움이 필요하신 분들에게 이상적입니다:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 약 복용</li><li>▪ 물리 치료, 작업 치료 또는 호흡기 치료</li><li>▪ 의료 검사</li><li>▪ 장애인 서비스</li><li>▪ 정신 건강 서비스</li><li>▪ 응급 처치</li><li>▪ 전문 요양</li><li>▪ 상처 치료</li></ul>	<p>재택 비의료 케어는 간병인이 귀하의 개인적 용무를 돋기 위해 귀하의 자택을 방문하는 것입니다. 다음과 같은 도움이 필요하신 분들에게 이상적입니다:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 집안일(청소, 요리, 세탁 등)</li><li>▪ 일상 생활(목욕, 옷 입기, 개인위생 등)</li><li>▪ 약 복용 및 관리</li><li>▪ 부름(장보기, 처방전 받아 오기 등)</li><li>▪ 옥외 관리(조경, 잔디 관리, 눈 치우기 등)</li><li>▪ 정서적 지원(친교, 대화 등)</li><li>▪ 진료 예약</li></ul>

서비스 업체를 찾거나 귀하의 가정에서 도움이 필요한 사항을 확인하는 데 도움이 필요하면 미국 Administration on Aging (고령 행정부, AOA)의 공공 서비스인 [eldercare.acl.gov](http://eldercare.acl.gov)의 Eldercare Locator(고령자 케어 서비스 찾기)를 방문해 보세요. 고령자와 가족을 위한 케어 서비스를 연결해 드립니다. 또한 전문가와 상담하시려면 (800) 677-1116으로 Eldercare Locator(고령자 케어 서비스 찾기)에 전화하세요.

## 독립적인 생활을 더 안전하고 편리하게 해주는 주택 개조

주택을 개조하시면 더욱 안전하고 본인에게 적합한 생활 여건을 조성할 수 있습니다. 아래의 목록은 각종 주택 개조 아이디어와 집을 수리할 때 따를 수 있는 단계를 보여줍니다.

- 부서진 가구, 느슨한 카펫, 노출된 전기 코드 또는 울퉁불퉁한 계단 등 귀하의 집에 잠재한 위험에 대해 생각해 보십시오. CDC의 [Check for Safety Checklist](#) (안전 체크리스트 확인)를 사용하여 이러한 위험을 식별하십시오.
- 귀하가 집에서 계속 생활하려면 필요한 주택 개조에 대해 생각해 보십시오. [AARP HomeFit Guide](#) shares room-by-room modification tips.
- [Home Modification Information National Directory](#) (AARP 주택 적합성 안내서)는 각 방을 어떻게 개조하면 좋은지에 대한 팁을 제공합니다.
- [Home Modification Information Network](#) (전국 주택 개조 정보 디렉토리)에서는 귀하가 거주하는 도시의 주택 개조 및 수리 제공업체를 찾아볼 수 있습니다.

**!** 주택 개조 제공업체 검색 시 사기를 당할 수 있으니 주의하십시오. [Protecting older adults from fraud and financial exploitation](#) (사기 및 금전적 착취로부터 고령자를 보호하는) 소비자금융 보호국(CFPB) 안내서를 참조하여 귀하와 귀하의 돈을 안전하게 지키는 방법에 대한 리소스를 찾으십시오.

## 주거비 지원 서비스

주택에 머물기로 결정하고 월 지출에 대한 도움이 필요한 경우 공과금, 임대료 및 부동산세와 같은 주거비를 줄일 수 있는 방법이 있을 수 있습니다. 주거 비용에 대한 재정 지원을 받는 방법에 대한 자세한 내용은 [National Council on Aging's Benefits Checkup Tool](#) (전미 협의회 고령자 혜택 확인 도구)을 이용해 보세요.

# 귀하의 의료 및 개인적 필요 사항에 맞게 설계된 주택으로 이사

의료 및 개인적 필요 사항에 적합한 설계를 제공하는 주택이  
다양하게 있습니다.

## 가족과 함께 입주

귀하의 의료 및 개인적 필요 사항을  
가족과 상의하십시오. 필요한  
의료 및 개인적 용무를 챙겨줄  
수 있는 가족이나 친구가 함께  
입주할 수 있습니까? 그렇다면,  
그들과 함께 편안하게 살기 위해  
어떤 주택 설계가 좋을지 그들과  
상의하십시오.

 가정 내 지원을 활용하여  
가족이나 친구와 보다 편리하고  
편안하게 생활할 수 있습니다. 지역  
**Area Agency on Aging**  
(노인국, AAA)에 문의하여 귀하의  
자격 여부를 확인하십시오.

## 생활지원 커뮤니티에 합류하기

생활지원 커뮤니티는 의료 및 개인적 필요 사항을 지원하지만  
요양원 만큼 전문적이지 않습니다. 다음과 같은 도움이 필요한  
사람들에게 좋은 옵션이 될 수 있습니다.

- 개인 케어, 그러나 지속적인 의료 치료가 필요한 것은 아님
- 이동
- 약 복용을 기억하고 복용
- 식사, 물 마시기, 목욕, 개인의 위생 등 일상 생활

## 요양원으로 옮기기

요양원은 의료 및 개인 필요 사항을 해결하기 위해 24시간 지원을 제공합니다. 24시간 동안 다음 사항이 필요한 고령자에게 적합한 옵션일 수 있습니다:

- 의료 치료
- 이동에 대한 지원
- 약을 복용할 것을 기억하거나 복용하는 것에 대한 지원
- 식사, 물 마시기, 목욕, 개인 위생 등 일상 생활에 대한 지원

## 은퇴자를 위한 지속적 요양 시설(CCRC) 선택

은퇴자를 위한 지속적 요양지원 커뮤니티 (Continuing Care Retirement Communities CCRCs) 은 입주자에게 완전한 독립적인 생활부터 생활 보조지원, 요양원 및 기억력 관리에 이르기까지 다양한 수준의 보조 지원을 제공하는 고령자 거주 시설입니다. 입주자는 개인 및 의료 요구 사항이 변하더라도 계속해서 동일한 시설에 머물 수 있습니다. CCRC는 현재는 지속적인 지원이 필요하지 않지만 다음과 같은 상황의 고령자들에게 좋은 선택이 될 수 있습니다.

- 가까운 장래에 지속적인 지원이 필요할 것으로 예상함
- 더 많은 의료 지원을 받을 수 있는 곳에서 살기 원함
- 더 적합한 생활 조건(좀 더 작거나, 계단이 적거나, 가전 제품 사용이 더 편리한 집 등)으로 이사하기를 원함
- 집을 관리하는 데 어려움이 있음(청소, 잔디 관리 등).



미국 국립 노화 연구소의 [Residential Facilities, Assisted Living, and Nursing Homes](#) (거주 시설, 지원 생활, 및 요양원) 페이지에서 이러한 옵션에 대한 자세한 내용을 참조하세요.

## 다양한 주거 옵션을 비교할 때 다음 사항을 고려하십시오:

- 주변의 사랑하는 사람들의 의견을 듣고 귀하의 결정이 그들에게 미칠 수 있는 영향에 대해 논의하면서 결정하십시오.
- 다양한 유형의 시설을 방문하여 시설이 어떠한지, 귀하의 필요 사항에 얼마나 적합한지 확인하세요. 직원을 만나 그들이 제공하는 서비스에 대해 알아보고 다양한 옵션의 비용에 대해 알아보십시오.
- 건강상의 변화로 인해 주거 환경을 바꿔야 했던 사람을 알고 있다면 조언을 구하십시오.
- 전문가의 상담을 받으십시오. Area Agency on Aging (노인국) 또는 주거 상담 기관은 귀하의 상황에 맞는 가장 저렴하고 안전한 옵션 및 지불할 수 있는 방법을 결정하는 데 도움을 줄 수 있습니다.

# 도움을 받을 수 있는 곳

## 법률 지원

- **60세 이상 고령자를 위한 무료 법률 서비스**

60세 이상 고령자를 위한 무료 법률 지원을 제공하는 지역 프로그램을 찾으시려면 (800) 677-1116으로 전화하거나 [eldercare.acl.gov](http://eldercare.acl.gov)에 접속하여 전미 Eldercare Locator(고령자 서비스 찾기)에 문의하십시오.

- **저소득층을 위한 무료 법률 서비스**

(202) 295-1500으로 전화하거나 [lsic.gov/find-legal-aid](http://lsic.gov/find-legal-aid)에 접속하여 Legal Services Corporation(법률 서비스 단체)을 통해 저소득층에게 무료 법률 지원을 제공하는 지역 프로그램을 찾으십시오

- **유료 변호사**

**American Bar Association**(미국 변호사 협회)에 (800) 285-2221로 전화하거나 [findlegalhelp.org](http://findlegalhelp.org)에 접속하여 각 주에서 변호사를 찾는 방법, 이용 가능한 법률 리소스, 변호사 면허 여부 확인 방법, 변호사와 문제가 있는 경우 취해야 할 조치에 대한 정보 등을 참조하십시오.

## 주택 상담

미국 주택 도시 개발부 (U.S. Department of Housing and Urban Development. HUD)는 주택 구입 또는 임대, 주택담보대출 불이행 해결, 유예 취득 및 압류 방지에 대한 조언을 제공하는 유자격 주택 상담 기관 목록을 제공합니다. HUD 승인 주택 상담 기관에 (800) 569-4287)로 전화하거나 [consumerfinance.gov/find-a-housing-counselor](http://consumerfinance.gov/find-a-housing-counselor).

## 신용 상담

대부분의 신용 상담사는 오프라인 사무소, 온라인 또는 전화를 통해 서비스를 제공합니다. 미 법무부 (U.S. Department of Justice)에서는 자격증이 있는 신용 상담사 목록을 게시합니다. (202) 514-4100으로 전화하거나 [justice.gov/ust/list-credit-counseling-agencies-approved-pursuant-11-usc-111](http://justice.gov/ust/list-credit-counseling-agencies-approved-pursuant-11-usc-111)에서 목록을 참조하십시오.

## 회계 지원

American Institute of CPAs(미국 회계사 협회)는 지역 공인 회계사 목록을 제공합니다. (888) 777-7077로 전화하거나 [aicpa.org/forthepublic/findacpa.html](http://aicpa.org/forthepublic/findacpa.html)에 접속하십시오.

## 고령자를 위한 혜택

National Council on Aging(전미 고령자 위원회)는 고령자에게 적합한 혜택을 확인하는 Benefits CheckUp(혜택 확인)을 무료로 제공합니다. (800) 794-6559로 전화하거나 [benefitscheckup.org](http://benefitscheckup.org)를 방문하십시오.

## 주택 개조

- **Home Fall Prevention Checklist**  
**(가정 낙상 예방 체크리스트)** Center for Disease Control(질병통제예방센터, CDC)는 고령자가 자택에서 직면할 수 있는 잠재적인 위험 요소를 찾아 수리할 수 있도록 돋기 위한 체크리스트를 게시합니다. (800) 232-4636으로 전화하거나 [CDC Check for Safety Checklist](http://CDC Check for Safety Checklist) (CDC 안전 체크리스트)를 참조하십시오.

▪ **HomeFit(주택 적합성) 안내서** AARP는 개인의 연령이나 삶의 단계에 관계없이 안전하고 편안하게 살 수 있도록 100개 이상의 팁과 제안을 제공합니다. (888) 687-2277으로 전화하거나 AARP **HomeFit Guide** (AARP 주택 적합성 안내서)를 참조하십시오.

### ▪ 주택 개조 정보 네트워크

Administration for Community Living(공동생활행정부, ACL)의 지원으로 각 주의 주택 개조 정책, 자금 지원 출처 및 프로그램을 제공하는 주별 목록입니다. (213) 740-1364로 전화하거나 **Home Modification Information Network** (주택개조 정보 네트워크)를 방문하십시오.



추가 소비자금융 보호국 (CFPB) 자료는 여기에서 확인하십시오:  
[consumerfinance.gov/olderamericans](http://consumerfinance.gov/olderamericans)

## 연락방법



온라인

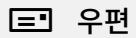
[consumerfinance.gov](http://consumerfinance.gov)



전화

(855) 411-CFPB (2372)

(855) 729-CFPB (2372) TTY/TDD



우편

Consumer Financial Protection Bureau

P.O. Box 27170

Washington, DC 20038



민원 접수

[consumerfinance.gov/complaint](http://consumerfinance.gov/complaint)