

## らしい老いじたく”をデザインしませんか

### 身の回りの整理

自分以外の人では整理できないものがあります。写真や手紙、使っていない銀行口座、クレジットカードなどを整理しましょう。ご自身を振り返るきっかけにもなります。

#### ポイント



からだも心も元気な時に、大事な思い出の品を少しずつ整理しましょう。同時に、家族や知人との会話を楽しみましょう。

#### 考えておく例

- ★ 写真・手紙・年賀状
- ★ 服や着物・宝飾品・おき物
- ★ 趣味で集めたもの
- ★ 使っていない銀行口座・有価証券



### 住まいのこと

たくさん思い出のあるわが家。次の世代に負担をかけないためにも、家族で話し合っておくことが大切です。継ぐ人がいない場合は、自身がどうしたいのか考えておきましょう。

#### ポイント



歳を重ねてくると住宅改修が必要になることもあります。今後の自分らしい暮らし方を実現するために、不動産の売却、賃貸、譲渡など自宅の有効活用を考えましょう。

#### 考えておく例

- ★ 売却・賃貸・譲渡
- ★ 登記完了不動産
- ★ 名義変更していない不動産の取り扱い
- ★ 空き家の管理



### もしもに備える

急に病気で倒れたり、冷死、認知症などで判断能力が低下して、お金や大事な契約のことがわからなくなってしまったら…

#### ポイント



元気なうちに備えることで、もしもの時に、自分の意向や状況に合った支援に繋がります。備えていることが分かるように、周囲に伝えておくことも大切です。

#### 考えておく例

- ＜緊急時に備える＞
- ★ かかりつけ医・薬局、病歴、持病、服薬（おくり手帳）、アレルギーの有無
- ★ 緊急連絡先リスト・生命保険等リスト
- ＜判断能力の低下に備える＞
- ★ 任意後見契約・信託契約



#### 任意後見制度

自分が信頼できる人と公正証書で「後見を依頼する契約」を結んでおく制度です。自分で後見人や依頼する内容をあらかじめ決めておき、自身の判断能力が低下した後に交渉が開始されます。

依頼する内容の例  
介護サービス利用や施設入所などの契約。財産の管理や家賃、入院費などの支払い。行政等各種手続き等。

#### 民事信託（家族信託）

個人の財産管理や資産承継を目的とする信託です。自分が元気なうちに、その財産管理や資産運用等を信頼できる家族にあらかじめ託す仕組みです。

※信託を利用すれば任意後見制度の利用を回避できるメリットもありますが、相続やしくみを正確に理解することが大切です。

大田区福祉支援調整担当課長 長谷川 正

店舗のないネットバンクは解約困難

ID パスワードは信頼できる家族に繋ぐ