

竹の台地域委員会 「高齢」にかかわる勉強会 めざせ！ Happy100年人生  
第12回 「エンディングノート・セミナー」 要旨

1 日 時：令和元年5月18日（土）13：30～15：00

2 場 所：たけのパーク フリースペース

3 参加者：19名

4 講 師：ソニー生命ライフプランナー 石間伏 勝博氏

5 主な内容

(1) 家族が安心できる引き継ぎを考えよう

- ・石間伏氏は、理学療法士として予防支援・生活支援をしていた経験を活かし、高齢者の家族全体のことを考え、家族を守るための仕事をしたいと考えているとのこと
- ・高齢化と人口減少が並行して進むなか、個人個人の仕組みづくりが大切な時代になっている。人生の「見える化」がライフプランニングであり、元気な時からの取り組み、予防策が重要である。
- ・数千万円の遺産相続を巡って家族が争うこともある。何を家族に伝えておくか、引き継ぐかをあらかじめ示しておくことで、家族が安心できるようになる。

(2) 家族全体を把握しよう

- ・相続の法定順位や割合については、昨年12月の第7回「Happy100年人生」で話があったように、①「配偶者(1/2)と子供(1/2)」、②子供(孫)がいない場合は「配偶者(2/3)と直系尊属(本人の父母など：1/3)」、③子供(孫)も直系尊属もいない場合は、「配偶者(3/4)と本人の兄弟姉妹(1/4)」となる。
- ・このため、自分世代を中心に親世代と子ども世代、それぞれの配偶者や兄弟姉妹などの法定相続人を把握しておくことが、引き継ぎ、又は引き継がれるために重要
- ・例えば、両親が亡くなっても、両親の兄弟姉妹から思わぬ遺産相続をするということもあり得る。また、相続する遺産が負の遺産であることもあり得る。
- ・個人ワーキングとして、参加者それぞれが、実際に自分の家族について書き出した。

(3) エンディングノートのデモンストレーション

- ・家族に遺すコメントを実際に文章化してみる（個人ワーキング）。
- ・財産のことだけでなく、例えば、延命治療のこと、葬式のこと、お墓のこと、その他何でもよいので、家族に伝えておきたいことを書き出してみる。
- ・書き出せたら、隣の人とどんなことを書き出したかを情報交換することで、新たな気づきが得られるかもしれない。

(4) 不動産や財産、役割、医療・介護についてどこまで考えているか

- ・自分のことと親のことに分け、それぞれについて、現状やどう対応するかなどをワークシートに書き出してみる（個人ワーキング）。
- ・不動産であれば、自宅、その他の土地・建物、墓地の状況（どこに？、どれだけ？）とどう対応するか？ 特に不動産は分割できないので、揉めることが多い。
- ・財産であれば、現預金、生命保険、有価証券の状況（どこに？、どれだけ？）とどう対応するか？

- ・役割としては、家庭、仕事、地域での役割や友人・知人との関係について、どんな役割があるか？ 役割をどのように引き継ぐか？
- ・医療・介護については、かかりつけの医療機関やどのような治療を希望するか？ 担当のケアマネージャーにどのような介護を希望するか？ 重症化したとき（重度介護、終末期）の療養の希望
- ・これらを書き出してみても、一度よく考えてみるのが重要
- ・死亡すると銀行口座が凍結されるので、生命保険を考えるのも一つの方法。前払いできる生命保険もある。
- ・一人残ったときには早めに不動産を売って施設に入るとか、不動産を担保にして現金を借りる（リバース・モーゲージ）などもこれからの選択肢になる（ただし、メリット・デメリットをよく考えること）。
- ・最近ではペットの飼い主を信託するような制度もある。
- ・このように書き出してみると新たな気づきがあるので、（3）で書いたエンディングノートに書き足してみる。
- ・気づいただけではもったいないので、行動に繋げることが重要
- ・また、エンディングノートをつくったら、それがどこにあるかを伝えておくことが大切