

今月の『トピックス』

【編集】

1. 5 岡山貴紀
2~4 岡山佳代子

1. リースバックの内容！

2. 生前整理の手続き！

3. 認知症の予防方法！

4. マイナンバーカード申請！

5. 今月のリフォーム事情！

本年もよろしくお願い致します

2023年がスタートしました。
お正月から良いお天気が続き、
平和な1年が過ごせそうな予感が
します。物価上昇が続きそうな気配
ですが、健康的な毎を送りたいと思
います。認知症予防にできるだけ頭を
フル回転させる事が今年の目標です。



たかし

1. リースバックの内容！ 岡山 貴紀

新年、あけましておめでとうございます。
本年もどうぞよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の感染症法上の
位置付け見直しを巡り、政府が3~4月をめ
どにインフルエンザと同等の「5類」に引き
下げる方向で検討しているというニュースが
ありました。高齢者や持病がある方は重症化
しやすいので注意が必要ですが、インフルエ
ンザと同等に引き下げられることで、色々な
制限がなくなるかもしれませんね。



本年も
どうぞ
よろしく
お願い
いたし
ます

特に、我が家の双子の娘は物心ついたころ
からマスクが当たり前で、小学校では友達と
会話をしながら給食を食べるということさえ
したことがありませんので、少しでも楽しい
学校生活を過ごせるようになれば嬉しい限
りです。

さて、2019年に金融庁のワーキンググル
ープが作成した報告書の中に「老後は2,000
万円の資金が不足する」という内容があり世
間を大いに騒がせましたが、これらの情報を
きっかけに老後資金に不安を募らせている人

も多いかと思えます。その対策の一つがリー
スバックです。リースバックとは、自宅を売
却することでまとまった資金を入手でき、そ
の後も自宅を買い取ったリースバック事業者
と賃貸借契約を結ぶことで、住み慣れた家での
生活を継続できるサービスです。

リースバックで得られる現金に用途の制限
はなく、老後資金を含めて自由に使うことが
可能です。例えば、それまで支払っていた住
宅ローンを完済するという方法も考えられま
す。そうすれば毎月の返済のプレッシャーから
解放され、生活に余裕が生まれるかもしれ
ません。また、急に大病を患って医療費が必要
になった場合などにも有用です。

このように、将来に不安を感じる人の味方
になり得るリースバックですが、さまざまな
トラブル事例も報告されています。そこで
2022年6月国土交通省が「住宅のリースバ
ックに関するガイドブック」を公表しました。
ガイドブックの内容を基に、リースバックの
特徴やトラブル事例、利用する際の注意事項
などを考えてみましょう。

リースバックのおもなメリットですが、
1. 自宅を売却してもそのまま住み続けられる

お勧め物件情報！

貸事務所！
商店街通りに
面するビル！



いいビル 2FB
住 所 西区指扇領別所
交 通 指扇駅 歩6分
敷 金3ヶ月 礼金1ヶ月
賃 料 90000円
管理費 7000円
駐車場 1台込み
専有面積 91.03㎡
【設備】インターホン
エアコン・洗面台
ミニキッチン・照明
温水洗浄便座

西区不動産専門店・賃貸・売買・リフォーム・保険・法律相談・トラブル相談etc.

株式会社アプローチ

TEL048-621-1300/FAX048-621-1302

お客様ご相談窓口 0120-241-060

〒331-0074

さいたま市西区宝来1717-5

http://yamatokun.info/ mail info@yamatokun.com

■定休日 毎火曜

■営業時間 10~19



岡山佳代子



岡山 貴紀

指扇駅ロータリー内



高齢者に限らず住み慣れた家から転居するのは心身ともに負担になるものです。リースバックを利用すれば自宅を売却してもそのまま住み続けることができます。

2. 不動産所有にともなうコスト負担がなくなる・・・不動産を所有していれば毎年の固定資産税などのコスト負担が生じます。リースバックによって自宅を売却すれば、所有者は事業者になるのでそれらを負担する必要がなくなります。

3. 自宅の売却を周囲の人に知られずに済む
通常の売却は転居をとまなうので、周囲の人に売却したことを知られてしまいます。その際、理由を説明したり、しなければ根も葉もない噂を呼んだり面倒なことになることもあり得るでしょう。その点、リースバックならば転居をする必要がないのでそれらを回避できます。

4. 引越し費用がかからない
転居をしないので引越しによる出費もありません。

5. 自宅を買い戻せる可能性がある
愛着のある家を売却したことで後悔することもあり得ます。そのようなケースに備えてリースバック契約の中には買い戻しの条件等を組み込んだものもあるそうです。

自宅を売却して
そのまま住み続け
られるリースバック
ガイドライン参照！



デメリットとしては
次のようなものがあります。

1. 売却価格が相場よりも安価になることが多い・・・そのまま住み続けられたり、買い戻しが可能など魅力的な条件がある分、売却価格は相場よりも安価になることが多いです。

2. 家賃が相場よりも高くなることがある
リースバックで設定される家賃は、物件の買取価格を基準に決められることが多いようです。そのため、周辺の家賃相場よりも高くなることもあります。

3. 設備や内外装を自由に変更できない可能性がある・・・所有者がリースバック事業者になるので、設備や内外装を変更する場合、その内容によっては事業者の承諾が必要になります。

4. ずっと住み続けられるとは限らない・・・
リースバックでは定期借家契約を結ぶことも多く、契約期間が満了すればそれ以降住み続けることはできなくなります。再契約によって居住を継続させることも可能ですが、事業者（貸主）がそれを拒めば退去しなければなりません。

上記のようにメリット・デメリットがあるリースバックですが、それらをよく理解しないで契約したことによりさまざまなトラブルが発生しています。そのため、事前にある程度の基礎知識・対応策を身につけておくことが必要といえます。

国土交通省が公表した「住宅のリースバックに関するガイドブック」では、さまざまな注意事項を紹介しています。老後の資金に不安がある人やリースバックに興味がある人は契約後に後悔しないためにぜひ一読してほしいと思います。

さて本格的な寒さが体に染みる季節です。近頃はコロナよりも風邪をこじらせる友人の方が多く感じます。よく食べ、よく寝て、みんなで元気に冬を乗り越えましょう。

2. 生前整理の手続き！

ここ数年で、高齢のご両親の不動産処分についてのご相談が非常に多くなっています。ご自宅を訪問して査定をしたり、売却や相続の流れについてご説明します。また、このまま放置した場合のリスクについてもお話しします。

ご両親の意向を確認されてお返事を頂くようにはお話していますが、決断までには長い時間が掛かるようです。荷物や家具等の処分もありますので、そう簡単には捨てられないのが原因ですね。

50代、60代の子供世代の人たちは「もし自分が高齢者になったら子供たちに迷惑を掛けない。高齢者施設に入所する。」と言われている。そのころに自分の意思を伝えられる状況だと良いのですが、認知症が進んでから介護施設に入所する人がほとんどです。

どのようにすれば良いのか、生前の整理と手続き（弁護士と税理士が教える最善の進め方Q&A）から解りやすくご説明いたします。

生前整理のスタートは 50代から60代が適齢期！

自分と家族のために今すぐ取り組もう！

(1) 万に備える生前整理・手続き

生命保険・医療保険・・・

- ①無駄な保険に加入しているケースが多いので必ず見直しを。1つでも解約すれば、家計の負担が大幅に減る。
- ②新しい保険を勧められたら、メリット・デメリットを考えて慎重に判断を！

(2) 医療・介護・・・

- ①万一植物人間や要介護になったときに備え医療・介護の希望をエンディングノートに書くなどして家族に伝える。
- ②万一認知症になった時に備え、任意後見制度や家族信託などの利用を検討する。

(3) 国民年金・厚生年金・・・

- ①公的年金の種類、基礎年金番号、年金受取口座などの情報を家族と共有しておく。
- ②支給もれ年金の有無を調査する。

(4) お葬式・・・

- ①お葬式の種類や形式などの希望を家族に伝えておく。
- ②お葬式の参列者名簿を作っておく。
- ③葬儀の生前契約や死後事務委任契約を結ぶかどうかを検討する。

(5) お墓・改葬・・・

- ①自分が入るお墓を用意し、その情報を家族と共有する。
- ②改葬が必要な場合は家族や親族と相談し、現在のお墓の管理者とうまく交渉する。
- ③必要に応じて、お墓の管理代行サービスの利用を検討する。

(6) 預金・貯金・・・

- ①預貯金は金融機関名・支店名・口座番号だけでなく、暗証番号や通帳・印鑑の保管場所などの情報を家族と共有する。
- ②預貯金の口座が複数ある場合は、なるべく1口座だけを残して解約する。
- ③ネット銀行の口座もなるべく1口座だけに整理し、その情報を家族と共有する。

(7) 借金・債務・・・

- ①カードローンや住宅ローンなどの借金、公共料金などの未払い金、連帯保証などの債

務も所有財産。できるだけ減らすこと！

(8) 株・投信・債権・会員権など・・・

- ①株や投資信託、国債、ゴルフ会員権などはタイミングを見てなるべく売却する。放置すると家族の相続手続きが大変になる。
- ②ネット証券の口座は極力1口座だけに整理し、その情報を家族と共有する。

(9) 土地・家などの不動産・・・

- ①土地や家は、家族が望むなら売却するのも一手。所得税がかかることはあるが、家族の相続手続きは楽になる。
- ②古い家は空き家問題の原因になりかねないので、家族と相談して建替えなどを検討する。

(10) 車・書画・骨董・貴金属・宝飾品など・・・

- ①車は複数台あるなら1台を残して売却を。利益は所得税がかかるが、家族に現金を遺せる。放置した場合、家族が相続手続きを行う必要がある。
- ②書画・骨董屋宝飾品などは、なるべく売却する。ただし放置しても相続財産になる。

すべての資産がひと目でわかる
「資産目録」書き込みシートを作っておくと
良いでしょう。

不動産・借入金・保証債務・クレジットカード・電子マネーなど、保険、預貯金・株など有価証券、他の金融資産、他の資産、貸金庫、貸付金など、詳細を書き込みます。そして遺言書やエンディングノートを用意しましょう。



50歳を過ぎたら、生前整理を開始！
30代・40代・50代は、家族の財産を整理するチャンス！
自分や家族の財産を整理し、将来の相続トラブルを未然に防ぐ。大切な情報を家族と共有し、安心して暮らすために、ぜひ生前整理をしよう。

財産が少ない人にも相続トラブルが多発！
遺言書を遺して家族がもめない相続を！

お役立ちエンディングノートの内容は、本人の基本情報・両親や兄弟・家族へのそれぞれの思い・本人が急に倒れたときのために基本情報・常用している薬・持病や病歴・終末期医療や延命治療について、遺言書があるかどうか・認知症になった時・お墓やお葬式などで、元気なうちに希望を書きましょう。

3. 認知症の予防方法！

日頃の生活習慣を見直すだけで、認知症を予防・改善できる可能性があるかもしれません。高齢化にともない、認知症患者の数は急増しています。その数なんと600万人以上です。65歳以上の高齢者の3人に1人が認知症かその予備群というデータもあります。

年末から年明けまで、母と一緒に朝から晩まで過ごしていましたが、90歳の母が今までと違う行動を始めたのです。昨年の夏も一日一緒に過ごした時間はありましたが、問題は起こりませんでした。

このたび問題だと感じたのは、私が仕事で毎日お昼は留守にしていたのに、お昼も私がいることで昼と夜の区別が付きにくくなり、ご飯を食べたらお風呂に行こうとすることでした。

いつもは仕事が終わって夜に自宅に戻り一緒にご飯を食べてからお風呂に入るというパターンです。私の仕事が休みで自宅にいるのだという認識が出来なくなったようです。

また、トイレに行くたびに私が別の部屋でテレビを見ているのが解る為、そのたびに「ご飯はまだ？」と聞かれて、一日に7回もご飯ご飯とせがまれストレスが溜まりました。何時に食事をしたのか、お腹が減っているのかも解らないようでした。

年を取るとほとんどの人がこうなるのか、と思いながら自分は認知症にならないように頑張ってみようと再認識しました。人生100年をなるべく限界まで自分の希望通り楽しみたいですね。

大切な記憶が少しずつ失われ、人格が変わってしまう。単純な計算や日常動作ができなくなり、妄想・徘徊・暴言などを繰り返す。やがては家族の顔も、自分が誰なのかも分からなくなり、もうろうとしたまま寝たきりの最期を過ごす……。そんな人生の終末はイヤです。

認知症は社会現象になっています。認知症の高齢者は年々増え続け、2025年には700万人を超えると厚生労働省が発表しています。65歳以上の高齢者のうち5人に1人が認知症になる計算です。一度認知症になると完治しないところは認知症最大の懸念点ではないでしょうか？

認知症の予防方法ののうち最も効果的な方法の一つ「文章を書く」ことだと言われています。

認知症の中でも最も多くの割合を占める「アルツハイマー型」は脳の細胞が死んでしまうことによって発症するとされています。つまり脳細胞を活性化させる生活習慣をつけることが重要になってきます。食習慣や運動習慣などを変えることも重要ですが、認知機能を集中的に使う知的行動習慣を意識することが重要です。

その習慣の一つに「読書」があります。読むことで純粋に知識量は増えることもありますが、集中力が養われることや脳機能の一部である言語野が刺激され、言語力が向上しコミュニケーションがとりやすくなる効果があります。小説の場合、ストーリー展開などでキャラクターの感情を読み取るといった想像力、文脈の把握は脳機能とても鍛えられるでしょう。

すでに認知症患者で活字が苦手な方でも、児童書、絵本、雑誌、漫画を読むことで十分に効果を発揮します。

認知症になる前に落ちる認知機能は「エピソード記憶」「注意分割能力」「計画力」の3つです。それぞれ説明すると「エピソード記憶」は「体験したことを記憶として思い出す」、「注意分割能力」は「複数のことを同時に行うとき、適切に注意を配る能力」、「計画力」は「新しいことをするとき、段取りを考えて実行する能力」となります。

自分史を書くポイント

- **書く前に記憶を整理する**
記憶のもとになる日記や写真など資料を集めておく
- **テーマを決める**
「仕事」「家族」「趣味」などキーワードを書き出してみる
- **書きやすいところから書く**
最初から全てを書こうとしない
- **他人が読むことを意識する**
わかりやすい文章で、他人の悪口などは避ける

※自分史活用推進協会への取材による



自分史を書くことで、認知機能が改善され自分が生きてきた証を子孫に残すことができます。

以上を踏まえて考えると、**自分史を執筆することは全ての脳機能を使っていること**になります。自身の人生を振り返り一つの作品にまとめることは「エピソード記憶」をもちろん使いますし、執筆にあたり過去の資料を調べたり、辞典を使ったりと原稿執筆以外にもやることはたくさんあります。

また、ただやみくもに書くわけではなく、**時系列や出来事の並べ方など全体の構成を考えないといけませんから必然的に計画的に書くこと**になります。もちろん自分史でなく小説やエッセイ、ノウハウを伝える実用的な内容、研究してきたをまとめることでも上記の脳機能は鍛えられます。

自分史を執筆するとなると少し敷居が高いように思われるかもしれませんが。偉い人の自伝などを思い浮かべる人も多いかと思いますが、それぞれの人生には忘れ去られるにはもったいない「物語」が必ずあります。**自分史を書いて脳機能を高めながら、自分の人生で得た気づき、学びや思いを後世に残しましょう！**

いろいろな資料を集めて家系図を作成したことがありますが、何代か前のご先祖様がこの時何を考えてどのような生活をしていたのか、想像するだけでもワクワクします。ただの日記ではなく自分史を作ってみると面白いでしょう。認知症予防のためにも作ってみましょう。



夫婦でも結婚するまでの事はお互いに知りません。自分史を通じて知ってビックリ！

4. マイナンバーカードの申請！

私はまだマイナンバーカードの申請をしていませんでしたので、年末にスマホでオンライン申請を試みました。方法はそれほど難しくありませんでした。

役所から送られてきた**交付申請書のQRコードを読み取りサイトにアクセス**してみました。申請書IDはすでに記載され変更できません。メール連絡用氏名・メールアドレスを記入し顔写真登録をします。

登録されたメールアドレス宛に通知される申請者専用WEBサイトにアクセスし、顔写真を登録します。この顔写真は前もって用意します。（スマホの場合操作中に撮影することもできます）顔写真登録確認をします。

その他申請に必要な情報を入力します。画面の案内にしたがって、**必要事項を入力し送信すると、登録したメールアドレス宛に申請が完了した旨のメールが届き申請完了**となります。



【2022年10月速報】

健康保険証は2024年に廃止になることが決まり、代わりにマイナンバーカードが実質義務化されることになりました。せっかくなら2万円分のポイントがもらえる今のうちに申し込みましょう！

そもそもマイナポイントって何？

マイナポイントは、マイナンバーカードをつくって申請するともらえるポイントです。マイナポイントは、各キャッシュレス決済サービスのポイントや割引として付与されます。マイナポイント第2弾は2022年6月30日からスタート。総額2万円分のポイントがもらえます。

マイナポイント

- ①対象のキャッシュレス決済を紐付けて2万円利用 5,000円分
- ②健康保険証と紐付ける 7,500円分
- ③公金受取口座を登録 7,500円分

マイナポイントをもらう方法は？

まだマイナンバーカードをつくっていない人はまず**2023年2月末の申請期限までに申請**しましょう。

- (1) マイナンバーカードをつくと交付通知書が約1か月で届くので、市区町村窓口でカードを受け取る。
- (2) マイナポイントの申請手続き
ネットやコンビニで、対象のキャッシュレ

ス決済サービスを登録

- (3) 対象のキャッシュレス決済サービスを利用
(5,000ポイント)
(4) 健康保険証の紐付け、公金受取口座の登録
の手続きを申請 (15,000ポイント)
という流れです。

対象のキャッシュレス決済は、クレジットカードや電子マネーなどいろいろあります。

マイナポイントの対象で、特におすすめなのはイオンカードです！

31,000円分もらえるイオンカード
年会費 ずっと無料 基本還元率 0.5%
ETCカード 年会費も発行料も無料

おすすめポイント

独自のキャンペーンでもれなく11,000円分もらえる！ 最短5分で発行できて、すぐマイナポイントの手続きができる。WAONでもらえるので使いやすいイオンカードは、イオングループでポイント2倍のお得な人気カード。

今まで、国の政策に納得行かないところもありましたが、**世界的にカードの情報時代**ということもあり、便利なところと得する部分もありますのでマイナポイントを貰える今カードの申請をしました。代理で母のカードも申請しました。**手続きは意外と簡単でした。**

5. 今月のリフォーム事情！

突然リフォーム会社の営業さんが訪問してきて、お住まいの**屋根の劣化を指摘し**、屋根塗装などの屋根工事を検討するように勧められる、という経験をした方はいませんか？

突然の訪問に加え、いきなりお住まいの屋根の劣化を指摘されれば、多くの方が不安に思われるのではないのでしょうか。まず、屋根塗装をお願いする前に、**ご自身で屋根塗装の必要性を知っておくと、こういった時不安が軽減**します。

屋根塗装を行う具体的な理由は、**屋根材の耐用年数を延ばす為や雨漏りの防止**です。塗装の機能が低下した屋根は水の吸収がよくなり、結果屋根本来の防水機能が低下し、屋根材がひび割れてしまったりしてしまいます。そのひび割れから水が浸入し、雨漏りの原因となるのです。こうして、雨漏り防止の予防として屋根塗装が必要になります。ちなみに屋根には塗装できるものと必要ないものがあります。

▼屋根塗装のできるもの

スレート屋根、トタン屋根、セメント瓦の屋根、コンクリート瓦の屋根、金属屋根、折半屋根（金属）



屋根塗装は信頼できる業者に依頼しましょう。全体的・部分的な写真もたくさん撮ってもらって内容・質なども検討しましょう。

▼屋根塗装が必要ないもの

釉薬瓦、いぶし瓦、無釉薬瓦、などの屋根屋根によって塗装できる、できないということをご施主様が理解しておくことが有益です。特に屋根塗装のできるセメント瓦やコンクリート瓦と屋根塗装が必要ない上記の釉薬瓦やいぶし瓦などの粘土瓦は見分けが付きにくいので訪問業者の餌食になりやすいので注意しましょう。

また、**屋根の塗装は一般的に約10年を目安に行うことが推奨**されていますが、屋根の劣化具合によって変わってくることもあります。屋根の劣化としては、色褪せやカビ・コケの発生、ひび割れ、剥がれなどがあります。中でも、塗装が剥がれてしまっている場合は塗装が難しいこともあります。

剥がれた状態での塗装は、本来の塗料の耐用年数を発揮することが出来ず、数年でまた塗装が剥がれてしまう場合があります。その場合は、屋根塗装よりも屋根カバーや葺き替え工事を検討する必要があります。**外壁の傷みが気になるようでしたら、お気軽にご相談ください。**



屋根・外壁・階段等の塗装工事を承り中！