

まとめ

生きている間の備えも忘れずに

「老い支度」というと、亡くなった後のことを考える方が多いと思います。ある日、急に亡くなる方ばかりではありません。認知症などで判断能力が低下した際にどうするか、自身の意思を示しておく「エンディングノート」や「任意後見制度」などの備えも考えておきましょう。

大切なのは、人とのつながり

地域の人、友人、親族とつながりがあると、ご自身に異変があったとき、誰かが気づいてくれます。また、いきいきと生活するうえで、「つながり」はとても大切です。

「老い支度」を考えると、趣味を持つ、サロン活動に参加する、ご自身でできるボランティアをはじめると、「人とのつながり」も一緒に考えましょう！

募集中!

自分の財産を活かすための制度「民事(家族)信託」ってなあに？

～成年後見制度との違いについて学ぶ～

【日時】令和7年1月22日(水)
午後2時00分～4時00分

【会場】新宿社協 会議室

【講師】鶴之沢 大地 氏(弁護士)

【対象】区内在住、在勤、在学、区民の成年後見人等

【定員】45名 ※応募者多数の場合は抽選

【申込方法】Googleフォーム・電話・FAX・Eメール・窓口のいずれか。

以下①～④を明記の上、センターまでお申込みください。

- ① 氏名(ふりがな)
- ② 区内在住、在勤、在学、区民の成年後見人等の別
- ③ 電話番号(もしくはFAX番号)
- ④ 本講座をお知りになったきっかけ

1/10(金)
申込締切



申込はこちら!

予告 令和7年3月 任意後見講座実施予定です

※LINE登録すると通知が届きます



新宿区成年後見センターのご案内

【住所】〒169-0075 新宿区高田馬場1-17-20(新宿区社会福祉協議会内)

【電話】03-5273-4522 【FAX】03-5273-3082

【E-mail】skc@shinjuku-shakyo.jp 【URL】https://www.shinjuku-shakyo.jp

【開庁時間】月～金曜日 午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)

※ 新宿区成年後見センターは新宿区社会福祉協議会が新宿区から運営を受託しています。

成年後見 センターだより 第25号

発行：新宿区社会福祉協議会
新宿区成年後見センター

令和6年12月1日発行

あなたは何に備える？ 老い支度特集

職員に聞きました！あなたが備えていきたい老い支度は？

「今後、病気や認知症になったときに備えたい…」「亡くなった後に大切な人に迷惑をかけたくない…」「一人暮らしで頼れる人がいない。どうしたらいいんだろう」でも何から始めたらいいの?? というあなた!

今号では、職員(平均年齢48歳)が「自分で備えていきたい老い支度」を本気で考え、その結果をランキング形式でお知らせします! ご自身の老い支度の参考に、ぜひご覧ください!



アンケート

結果はこちら!

- 1位 エンディングノート
- 2位 公正証書遺言
- 3位 任意後見制度
- 4位 自筆証書遺言
- 5位 あんしん居住制度

他にも…

- ・銀行で代理人カードを作って家族に託す
- ・デジタル遺産も忘れないようにしたい
- ・今のうちに趣味を持つことも老い支度!

それぞれの制度について、詳しくは2面へ!!



1位 エンディングノート

まずはここから！
他の制度とセットで利用したい。

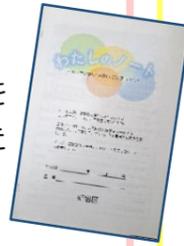


親族や友人のこと、預金・不動産等の資産のこと、延命治療の希望の有無、葬儀やお墓のこと、遺言の有無など、自身で必要と思う項目を記載しておくことで、支援が必要となった際、支援者がその内容を参考にすることができます。

コラム「わたしのノート」

新宿区ではもしもの時に備えて自分の考えを整理し記録することを目的に、エンディングノート「わたしのノート」を発行しています。

詳しくは→



メリット

- ・気軽にできる！
- ・内容の変更が簡単

デメリット

- ・強制力や法的効力はない

2位 公正証書遺言

残せる財産はあまりないけれど…。
公正証書遺言で未来がある人に残したい。



遺言は、自分の死後に自分の財産(相続財産)をどうしたいか、自分の最後の意思を残しておくものです。遺言の形式の一つである公正証書遺言は、記載内容に間違いがないことを公証人と2名の証人に確認してもらって作成します。公証役場で作成について相談ができます。公正証書遺言は、家庭裁判所での検認手続を経る必要がないので、相続の開始後、速やかに遺言の内容を確認することができます。

詳しくは→



メリット

- ・法的効力がある
- ・家庭裁判所での検認手続が不要

デメリット

- ・作成に費用がかかる
- ・内容を変更する際に手間がかかる

3位 任意後見制度

任意後見制度、誰に頼むと安心かな？



おすすめ
セット

コラム 任意後見制度と一緒に結ぶと安心な契約

見守り契約：定期的に訪問や電話などで生活状況等を確認してもらう契約です。定期的な見守りによりご本人の判断能力の低下に気づき、適切な時期に任意後見契約の効力が生じるようにします。

財産管理委任契約：判断能力は十分であっても、身体状況が低下して財産管理ができないときに支援してもらう契約です。

死後事務委任契約：葬儀、納骨、未払金の清算、残存家財の片づけや各種契約の解除等、亡くなった後の事務を委任する契約です。

公証役場で
契約内容を
公正証書に
するよ



自分の判断能力が十分うちに、あらかじめ後見人となってくれる人(「任意後見受任者」といいます。)と任意後見契約を締結し、将来、自分が認知症や精神障害等で判断能力が不十分になったときに代わりにしてもらいたいことを決めておく制度です。

判断能力が低下した際、家庭裁判所に監督人を選んでもらってから支援を受けます。監督人が任意後見人の業務内容をチェックするので、安心です。

詳しくは→



メリット

- ・法的効力がある
- ・認知症などになったとき、自分が選んだ人に任意後見人になってもらえる

デメリット

- ・公正証書契約書作成費用がかかる
- ・契約書に記載の後見人報酬に加え、家庭裁判所が決定する監督人報酬がかかる

4位 自筆証書遺言

今考えているのは、エンディングノートと自筆証書遺言。年齢を重ねたら考えが変わるかも。



遺言者が、紙に、自ら遺言の全文を手書きし、かつ、作成日付および氏名を自署し、署名の横に押印するなど要件を守って作成します。

コラム 自筆証書遺言保管制度

自筆証書遺言を法務局に保管してもらうことができます。遺言書の紛失を防ぐことができ、利害関係者による破棄・秘匿・改ざん等を防ぐことができます。家庭裁判所の検認が不要です。詳しくは↓



メリット

- ・気軽にできる
- ・記載内容の変更が比較的簡単
- ・作成費用が安い

デメリット

- ・書式が正しくないと無効になることがある
- ・紛失や改ざん、発見されない可能性がある
- ・開封前に家庭裁判所の検認が必要

5位 あんしん居住制度

別居の親族に手間をかけないように、あんしん居住制度に興味があります。



公益財団法人 東京都防災・建築まちづくりセンターの事業。A 見守りサービス、B 葬儀の実施、C 残存家財の片づけの3つのサービスがあり、自身が必要なものを選び、契約します。B・Cは、あらかじめ、必要なお金を預けておき、万一の時に契約した内容を手配してもらいます。契約にあたっては、指定連絡先が必要です。

詳しくは→



メリット

- ・見守り、葬儀、残存家財の片づけの中で自身が必要なサービスを選べる
- ・公益財団法人が実施している

デメリット

- ・都外に転居した場合、契約が終了する
- ・指定連絡先が必要