

暮らしの窓

マンションの
「すまい」と「暮らし」の情報誌
Kurashi no Mado

Vol.151
2019 Autumn

[特集01]
もしもの時に慌てない！
マンションの防災の備えと備蓄法。

[特集02]
秋のエアコンクリーニングで
冬に汚れを持ち越さない。

[INFORMATION]
「もぎたて収穫体験2019年秋」
参加者募集！



暮らしの窓

Vol.151 2019 Autumn
2019年8月発行

株式会社東急コミュニティー 〒158-8509 東京都世田谷区用賀4-10-1 世田谷ビジネススクエアタワー
東急コミュニティーホームページ <https://www.tokyu-com.co.jp/>

Life Time Portal ホームページ <https://www.lifetm.com/>

東急コミュニティー

Life Time Portal

ずっとの幸せを、あたり前に。

お住まいの皆様専用のポータルサイトで暮らしをサポート！
“いろいろ役立つ”マンション便利メニューを、ぜひご活用ください。

管理費等の明細確認

お支払いの内容等の
明細確認ができ、
領収書がいつでも
発行できます。

ご自身の管理費等の請求内容、
支払状況、口座情報の確認や、
事業等により確定申告が
必要な場合に利用可能な
電子領収書が発行できます。



こんな時、
こんな方々に便利！

毎月引き落とされている
管理費等の内訳を知りたい。

事業などにより確定申告に
必要な領収書がほしい。

登録は無料！

詳しくは、Life Time Portalで

ご利用登録

STEP 1

インターネットで検索してアクセス

ライフタイムポータル 検索

または

QRコードより直接アクセス

お手持ちのスマートフォン
より、こちらのQRコード
を読み取ってください。



STEP 2

基本情報の入力

[新規申込] ボタンより
マンション選択およびE
メールアドレス入力。



STEP 3

メールの受信

受領した登録用 URL よ
りアクセス。



STEP 4

必要事項の入力

必要事項の入力および
確認。



マンション便利メニューのご利用も簡単！

上記ご利用登録をされた後、以下のA・Bいずれかの方法により「ご本人様確認」をさせていただく
ことで、マンション便利メニューのご利用やお住まいのマンションのお知らせ閲覧も可能となります！

トップページの「マンション便利メニュー」ボタンからどうぞ。

ご本人様確認方法 (いずれかをお選びください。)

A 管理費等引落口座情報の入力

B 登録用書類の郵送依頼

お申し込み
ページは
こちら



Life Time Portal (ライフタイムポータル) のご登録・ご利用に関する問い合わせ

Life Time Portal お客様窓口 TEL.0120-456-109 【受付時間】9:30～18:00 【定休日】土・日・祝日、国民の休日、5/1、12/30～1/3

※一部マンションではご利用いただけないメニューやサービスがございます。【マンション便利メニュー】※管理組合と(株)東急コミュニティーとの契約等により、ご利用いただけるメニューが異なります。【ショッピング&サービスメニュー】※掲載のメニューや内容は予告なく変更する場合がございます。※分譲マンション(住戸)のみご利用いただけます。

※掲載の画像はイメージです。



もしもの時に慌てない！ マンションの 防災の備えと備蓄法。



災害イツモ常時携行バックII

日本各地で頻発する地震や豪雨などの災害。被災後の生活を自宅で安心して送るためのポイントを、防災プロデューサーの永田宏和さんに伺いました。

マンションだから 気をつけたいことがある

災害時には電気やガスの供給が止まり、水道も使えなくなります。電気が止まればエレベーターも停止し、給水車まで水を取りに行くにも、大きなタンクを抱えて階段を上り下りしなければなりません。高層階ほどこのような負担は大きくなります。一般に電気の復旧には2〜7日、ガスや水道は一カ月以上かかるといわれます。

マンションの防災設備や 地域の防災体制を確認する

自分自身の備えとともに必要なのが、マンション全体の備蓄や防災設備について知っておくことです。非常用発電でエレベーターを動かすこともできますし、エントランスや廊下など、共用部分の電源を確保している場合もあります。住民に配られる防災マニュアルなどで確認しておくことが大事です。

もう一つ必要になるのが、携帯トイレです。地震後、水を流してしまうと、汚水が逆流し、低層階から順に建物全体に被害が及ぶこともあります。排水管の被害状況を確認できるまで、使用を控えましょう。

身近なものでできる 防災グッズや知恵

防災用品を準備する時に大切なのは、どんな状況で必要になるのか、イメージすることです。水がなくなる被災生活では、食事のために食器を洗うことはできません。そんな時「ラップ」を使えば、何度でも同じ食器を使うことができます。「新聞紙」や「ポリ袋」も大活躍の「多機能グッズ」です。トイレにポリ袋をかぶせて新聞紙を敷けば、携帯トイレになります。汚れたバケツや段ボール箱にポリ袋をかぶせて水を運ぶ容器を作ることができます。いざという時に頼りになる「いつもあるもの」。整理しながら取り置く習慣をつけておきたいものです。

ご家庭での備蓄は ローリングストックで

食品の備蓄も一週間分が目安ですが、買い置きしてある食材や冷蔵庫にある野菜や肉類、冷凍庫のごはんやパンなど、あるものを活用すれば、3日ぐらいは賄うことができます。非常食を活用するのは4日目から。缶詰やレトルト食品、フリーズドライ食品など、家族の人数×3〜4日分を備えておきます。普段の食事に取り入れながら備蓄する「ローリングストック」という方法が、おすすめです。長期保存にこだわらず、賞味期限は一年間で十分です。

防災グッズ 家に置いて おくもの

	体ふきウェットタオル 背中までふける大きさなので一人で清拭できます。		ラップ 食器に敷いて使えば洗水を節約できます。ロングタイプのものを多めに備えて。		ポリ袋 (大、中、小各数枚ずつ) 調理、水の運搬、サバイバルトイレ作り、など多用途に使えて便利。		通帳・印鑑・カード 通帳と印鑑等は行方不明にならないように保管場所を管理しましょう。
	ヘッドライト 夜間の救助活動の際などに有効。ぜひ、家族全員分を。		携帯ラジオ 停電する可能性の高い、被災地での情報収集のために。		電池交換式バッテリー スマホやPCから情報をとるために、必ず電源は用意。		口腔ケア用 ウェットティッシュ 液体ハミガキ うがい・手洗い・口腔ケアが健康の基本。
	レインコート 防雨・防風・防塵の必需品。子ども用も備えておきましょう。		革手袋 軍手では、がれきで怪我をすることも。より丈夫な革手袋を。		生理用品 洗濯ができない時、着替えない時にも使えます。		乾電池 携帯ラジオ、バッテリーなどの予備電源として。
			ランタン リビング、キッチン、トイレに一台ずつ用意。				

**永田さん監修
まず揃えたい防災用品**

Life Time 通信
掲載商品

災害イツモ常時携行バックII

いつも備えておきたい防災グッズをコンパクトにまとめた、携行バックや、防災用トイレも紹介しています。

※一部のマンションにはLife Time 通信は同封されていません。



PROFILE

防災プロデューサー
NPO法人プラス・アーツ理事長
永田 宏和 さん

全国各地および東南アジア、中南米での防災教育普及に積極的に取り組む。2017年より、防災の新常識の普及活動と、その知見に基づいた新防災用品の開発・販売を行う「災害イツモプロジェクト」を監修。

普段使いも快適で、 万が一の時も心強い。 災害から暮らしを守る リフォーム。

豪雨や地震など、災害への備えは万全でしょうか？被害を軽減するために、リフォームで災害対策を考えてはいかがでしょうか。

キッチンには飛び出しを防ぐ

大地震が発生すると、キッチンは危険ゾーンと化します。揺れて棚の扉が開き、食器や調理器具が飛び出します。リフォームの際に、吊り戸棚や食器棚は揺れを感じる

知すると扉を自動的にロックする耐震ラッチ付きにすると安心です。カップボードも引き違い扉なら飛び出しを防ぎ、被害を軽減します。

非常食の備蓄スペースを

家族の人数×一週間分、水や食品の備蓄をしたいけれどスペースがない。そんな悩みには、パントリーがおすすすめ。水や食品などの備蓄品を整理して収納することができ、賞味期限の古いものから使い、新しいものを補充する備蓄法、ローリングストックも実践しやすくなります。（※1写真参照）

家具の転倒防止を

リビングや寝室で心配なのは揺れによる家具の転倒事故です。家具が倒れて出入口をふさいだり、下敷きになる危険を避けるため、リビングには造りつけの壁面収納を。壁面収納の扉にも耐震ラッチが付けられます。また、衣類収納はウォークインクローゼットがおすすすめ。安全だけでなく管理もしやすくなります。

大きな揺れで心配なのは家具の転倒。壁面収納にすれば安心なうえ、ものがあふれがちな空間もスッキリと整います。

リビング横の書斎スペースを造り付けの壁面収納式に。引き違い扉で、急な揺れでも書籍が飛び出す心配を解消しました。



地震の揺れを感知すると、扉を自動的にロックする機能付き。収納物の飛び出しを防ぎます。



衣類からバッグなどのファッションアイテムまでしまえるウォークインクローゼット。タンスのように倒れる心配がありません。



知ってお得！ リフォームで、ポイントがもらえます

消費税10%が適用されるリフォームで、さまざまな商品と交換できる次世代住宅ポイントがもらえるのをご存知ですか？対象となる工事は省エネやバリアフリー工事、家事負担を軽減するためのリフォームなどで、最大45万ポイントが発行されます。ポイント発行は予算がなくなり次第終了します。詳しくは東急Re・デザイン営業担当までお問い合わせください。



※1 パントリーは、玄関やキッチンの近くにあると便利。棚を可動式にするとスペースが無駄なく活用できます。備蓄品の収納にもおすすすめです。



キッチン下の引き出し式収納は、使いやすく収納力も大きいので、缶詰などのストックもしまえます。低い場所にモノがしまえれば、地震のときに落下して怪我をする心配もありません。

Life Time 通信に リフォームパックを掲載しています

お客様のご要望・暮らしに合わせ、暮らしがもっと「便利」「素敵」「楽しく」なるご提案をさせていただきます。お気軽にご相談ください。

株式会社 東急 Re・デザイン
[ご相談受付] 0120-994-109

受付時間：9：00～18：00（夏季休業・年末年始を除く）

※ご対応は翌営業日となる場合があります。

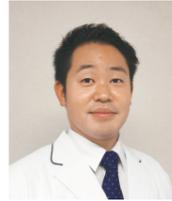
※一部のマンションにはLife Time 通信は同封されていません。

“命を守るために” 避難設備や避難通路を知っておくことが大切です



建診ドクターは、マンションのかかりつけ医

東急コミュニティーの維持保全管理サービス「建診力」において、マンションの健康状態をチェック・把握し、症状に応じ適切な判断を行い対処方法を提案する、マンションのかかりつけ医。その建診ドクターだからこそ伝えたい、マンションの共用部分に係わる大切な情報をお届けします。



建診ドクター

株式会社東急コミュニティー
特別営業推進室 営業チーム
尾下 正人 さん (おした まさと)

建築物環境衛生管理技術者/電気工事士/消防設備士/1級電気工事施工管理技士/マンション維持修繕技術者

避難経路を把握して、非常事態に備えよう！

皆さんは、火災や停電の際にどのように避難をするかご存知でしょうか。もし隣の部屋で火災が発生したり、マンション全体が停電したらどうなるのか。気づいたときには火の勢いが強く、いつも通っている通路から避難ができない……。このようなことが起きた時に、少しでも役に立つ情報をお伝えします。

火災時には、非常ベル・非常放送の鳴動、延焼しないための防火扉の作動、また、停電時には、いつも通っている廊下・階段の照明が消え、代わりに非常灯が点灯していることが考えられます。非常事態の発生時に住んでいるマンションはどうなるのか、どこを通れば有効に避難することができるのかを知っておくことが、人命を守ることに繋がります。

マンションはより安全な方を選べるように「二つ以上の避難経路」が設けられています。避難経路には共用廊下・階段・ベランダが該当します。そのような場所に物が置いてあったりしませんか？マンションの共用部分に私物を置くのを禁止するのは、「避難経路を確保する」という大事

な理由から。一つ私物を撤去することで命が守れるかもしれません。

また、避難設備も建物によりさまざまなものがあり、廊下を通り階段を使用して避難する場合や、自分のお部屋のベランダから隔て板を破壊し避難はしごを使用する場合など、避難経路は避難設備によって異なります。お住まいのマンションの避難方法や設備の使い方を知っておくことが非常事態の発生時にはとても大切です。マンションの防災訓練や消防設備点検の時などに、質問や確認をしておきましょう。

★ワンポイントアドバイス

万が一に備え、すぐ手に取れる場所にスニーカーを置くことをおすすめします。サンダルだと足に固定されないため、避難はしごを降りる時に足元が不安定になり避難に支障が出る恐れがあります。また、サンダルや素足の場合、ベランダの隔て板を破壊する際に怪我をする可能性もあります。

東急コミュニティー技術研修センター「NOTIA」が本格稼働！

2019年5月より、東急コミュニティー技術研修センター「NOTIA」が本格稼働しました。「建物そのものが研修素材」をコンセプトとし、建診ドクターも含め、社員一人一人のステージにあった「気づき」を促し、成長を促進する研修施設です。

マンションと同様の設備を「研修用設備」として備え、これまで現場でしか経験・体験できなかったトラブルや事象を研修として再現できる機能を有しています。ICT機器を用いた相互教授の学びなど、今後社員の技術力・提案力を高めることで、より一層お客様へのサービス、マンション・ビルの資産価値の向上に努

めます。

また、東京都内の事務所ビルとしては初めて、「Nearly ZEB」(ZEB* ゼロ・エネルギー・ビルディング)を取得しました。

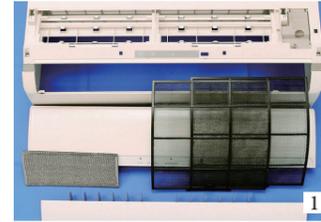
*ZEB 省力化と自給によりエネルギー消費量の削減を目指す建物



消防設備



給排水設備



1



2



3



4

1. 本体カバー、フィルターなどを取り外し洗浄します 2. しつこい汚れはブラシで丁寧にこすり落とします 3. 防カビ剤で仕上げます 4. 内部に高性能なコーティング剤を塗布します



BEFORE

AFTER

特集
02

SEASONAL
HOUSEKEEPING

季節のハウスキーピング

秋のエアコンクリーニングで 冬に汚れを持ち越さない。

エアコンは快適ライフの必需品。内部に汚れが溜まったままでは、運転効率が落ちるばかりでなく、カビやニオイの原因にもなります。夏の汚れは、プロの技で徹底洗浄しましょう。

日頃のケアとプロの技で
エアコン掃除は万全に

の温床となり、ニオイの原因にもなりますのでご注意ください。

冷房シーズンの到来前に、エアコンクリーニングを考える方が多いですが、夏の汚れが溜まった後の秋こそ、プロの手で分解洗浄しすみずみまできれいにしましょう。専用の道具や洗剤による分解洗浄で、手の届かない内部までクリーニングアップします。夏の間、冷房を頻繁に使ったエアコンは、ホコリや湿気が溜まり、放置するとカビ

内部に入り込んで溜まったホコリやカビなどの汚れを一掃。ニオイまでクリーンに。

冷房シーズンの到来前に、エアコンクリーニングを考える方が多いですが、夏の汚れが溜まった後の秋こそ、プロの手で分解洗浄しすみずみまできれいにしましょう。専用の道具や洗剤による分解洗浄で、手の届かない内部までクリーニングアップします。夏の間、冷房を頻繁に使ったエアコンは、ホコリや湿気が溜まり、放置するとカビ

内部に入り込んで溜まった汚れをすみずみまで分解洗浄するエアコンクリーニング。早めのお申し込みで、予約も取りやすくお得な複数割で、夏の汚れをさっぱりと。 ※一部のマンションにはLife Time 通信は同封されていません。

家族が集うリビング、寝室などの日常的に使っているエアコンは、年に一度はプロのクリーニングをおすすめします。「我が家のエアコンはお掃除機能付きだから大丈夫」と思っている、汚れをきれいにできるのはフィルターだけです。予約が取りやすい秋にプロの手で夏の汚れを落とし、次のシーズンへ備えましょう。

Life Time 通信
掲載商品

エアコンクリーニング
2台パック・3台パック

エアコンクリーニングは、
2台以上まとめる
複数割がお得！

内部に溜まった汚れをすみずみまで分解洗浄するエアコンクリーニング。早めのお申し込みで、予約も取りやすくお得な複数割で、夏の汚れをさっぱりと。

※一部のマンションにはLife Time 通信は同封されていません。

おいしく食べて元気になる 旬菜レシピ

COOKING
02



PROFILE

料理研究家
浜内 千波 さん

徳島県生まれ。1980年ファミリークッキングスクールを開校。雑誌や書籍をはじめ、テレビ、各種の料理イベントで活躍中。

きのこ里の幸たっぷりのちらし

食欲の秋です。旬のものをいただくことは、健康を保つうえでも大事なことです。今回は健康にもダイエットにも効果のある「きのこ里の幸たっぷりのちらし」をご紹介します。

きのこは食物繊維が豊富で、低カロリー、脂肪の吸収を抑えてくれる働きがあります。ゴボウ、レンコン、サツマイモなどの根菜類は、水溶性の食物繊維やオリゴ糖もバランスよく含まれ、善玉菌を増や

して腸内環境を整えます。生ハムはビタミンB₁を豊富に含んでいて、疲労回復に効果があります。

野菜はこんがり焼いて水分を飛ばし、旨みと香りを凝縮します。生ハムやラディッシュなど生のもの、消化を助け、体を整える酵素をプラス。酢飯の上に具材を吹き寄せ風に盛り付け、ひと味違うちらし寿司に仕上げます。親しい方との持ち寄りパーティなどでも一目おかれる一品に。

材料 (2人分)

もち麦入りごはん…400g / 酢…40cc / 砂糖…大さじ1 / 塩…小さじ2/3

シメジ、レンコン、ゴボウ、サツマイモ…合わせて300g / 生ハム…4枚 / ラディッシュ…2個 / 黒こしょう・ゴマ…適宜 / 葉野菜…少々 / オリーブ油…大さじ1

作り方

①温かいもち麦入りごはん(普通の白ごはんでも可)をボウルに入れ、砂糖、塩、酢を入れ、混ぜ冷ます。

②シメジをほぐし、ゴボウは松

葉切り、サツマイモはいちょう切り、レンコンは薄切りにする。切った野菜は水に放さずそのまま調理。

③フライパンにオリーブ油を敷き野菜を入れ、炒めるのではなく焼く感じで火を通す。こんがり焼き色がついたものから取り出してバットに並べ、軽く塩・こしょうする。

④生ハムは一口大の食べやすい大きさに切る。

⑤器に酢飯を盛り、ゴマをふる。野菜とシメジ、生ハムを彩りよく並べ、薄切りにしたラ

ディッシュ、葉野菜を飾る。
⑥最後に残りのゴマ、黒こしょうをふる。



①



②-1



②-2



③

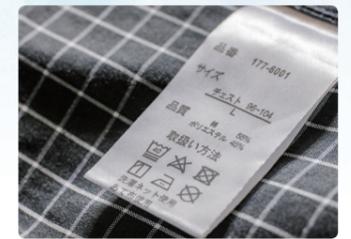
たらし & ふんわり
Vol.2



白洋舎
CLEAN LIVING
presents

ていねいな「しまい洗い」で、夏の汚れをすっきり落とす

夏物の衣替えの際には気をつけたいことがあります。汗を含んだ夏の衣類は、そのままにしているとシミや変色、カビの原因になってしまいます。ていねいな「しまい洗い」で、さっぱりきれいにお手入れしましょう。保管のポイントもご紹介します。



衣類は一度袖を通せばホコリやチリなどの汚れが付きます。特に夏は汗が大敵。洗濯してしまった衣類を取り出したら、黄ばみやニオイが気になる……。そんな経験はないでしょうか。お気に入りの衣類なら、ショックも大きいですね。

衣替えの前にきれいに洗って汚れを落とすことを「しまい洗い」といいます。ここで大切なのは、普段の洗濯では落としきれない繊維の奥に残った皮脂などの汚れをしっかりと落とし、黄ばみやニオイ、変色を予防することです。汗をかいたらそのままにせず、家庭で水洗いできるものは、なるべく早くお洗濯しましょう。まずは、皮脂などたんぱく質系の汚れに強い酵素入りの洗剤と酸素系の漂白剤を使った「つけ込み洗い」をします。

ぬるま湯に酵素入り洗剤と酸素系漂白剤を入れて溶かし、30分ほどつけ置きした後、そのまま洗濯機へ。このひと手間をかけることで、繊維の奥の汚れをしっかりと落とし、ニオイの発生を抑えることができます。つけ込み洗いの前には色落ちのチェックを忘れずに。また、水に弱いウールやシルク、レーヨンなどは、汗がたまりやすい衿や脇を水で固くしぼったタオルで叩いておきます。その後のお手入

れは、衣類の取扱表示を確認してください。「手洗い」マークなら、おしゃれ着用洗剤などで水洗いができます。「水洗い不可」「ドライクリーニング」マークの場合は、クリーニング店に依頼しましょう。

「しまい洗い」が終わった衣類は、素材やアイテムごとの収納がおすすめです。シワになりやすい薄手のブラウスは、ハンガーにかけてクローゼットに。吊ると繊維が伸びてしまうニット類は、たたんで引き出しや収納ボックスにしまえます。型崩れや不要なシワを防ぐためにも、詰め込みすぎず、少し余裕をもたせて収納しましょう。夏物衣類にもウールやシルクなどの素材が使われていますので、防虫対策もお忘れなく。カビ予防の乾燥剤があると安心です。

きれいにお手入れした衣類をきちんとしまっておき、心もすっきり。おしゃれの秋を楽しみましょう。



白洋舎クリーニング集配サービス申し込み先
0120-86-8944 (9:00-17:00)

※東急コミュニティーの「暮らしの窓を見て」とお伝えください。

大地の恵みを味わう、家族の学校 「もぎたて収穫体験2019年秋」 参加者募集!

～ハロウィンのミニイベントも開催～



※画像はイメージです。収穫できる野菜は、時期や生育状況により異なります。



申込方法

QRコードより直接アクセス

お手持ちのスマートフォン・タブレットより、こちらのQRコードを読み取ってください。



交通アクセス



※お車でお越しください。アクアライン経由でお気軽にアクセスできます。

日時 2019年10月26日(土)
10時30分～14時00分(現地集合、現地解散)

場所 カズサ愛彩ガーデンファーム
(アグリライフ倶楽部)
〒292-0434 千葉県君津市向郷1781-1

内容 2種のイモ掘りと旬の秋野菜の収穫
収穫予定野菜: サツマイモ、サトイモ、葉物野菜等
※1組4名様想定野菜を収穫していただきます。収穫した野菜はお持ち帰りいただけます。
ハロウィンにちなんだお楽しみ企画
※食事の用意はございません。

定員 20組 (応募多数の場合は抽選となります)
※1組4名様まで。

お申し込み期限 2019年9月30日(月)

抽選結果 2019年10月2日(水)以降
※お申し込み代表者様にメールにてご連絡いたします。

参加費 1組 11,000円(税込)
※抽選結果後、振込先をご案内いたします。

代金等のお支払い時期/方法 2019年10月11日(金)締切り/口座振込み
※振込手数料はお客様負担となります。
※お支払期限までにご入金確認ができなかった場合、自動キャンセルとなります。あらかじめご了承ください。

[キャンセルに関する事項]

- お客様のご事情によるお申し込み後のキャンセルについては、10/23(水)までにご連絡いただいた場合はご入金済みの参加費を返金いたします。
- 10/24(木)以降のキャンセルの場合は返金いたしかねますのであらかじめご了承ください。
- 天候等の事情でイベントを中止する場合は参加費を返金させていただきます。

[イベント提供元]

株式会社東急コミュニティー
〒158-8509 東京都世田谷区用賀4-10-1 世田谷ビジネススクエアタワー
販売責任者 笠井洋介

[イベント詳細のお問い合わせ]

東急コミュニティー もぎたて収穫体験運営事務局
TEL: 03-5717-1466 (平日: 9時30分～17時00分)

※お問い合わせの際は「暮らしの窓の収穫体験イベントを見て」とお伝えください。

●その他の注意事項

- 集合場所までの交通費はお客様のご負担となります。
- 当選したお申し込み代表者様にはメールでイベント内容と参加費のご案内をお送りいたします。
- 気象状況により中止させていただく場合がございます。
- 野菜の生育状況によっては収穫野菜が変更となります。あらかじめご了承ください。
- イベント当日、弊社スタッフによるイベント風景の写真撮影がございます。撮影した写真については今後の弊社広報活動に使用させていただきます場合がございます。写真の撮影及び使用について承諾いただいた上で申し込みください。
- サービス内容と価格は予告なく変更する場合がございます。

●個人情報の取扱いについて

株式会社東急コミュニティーは、本イベントに関するご案内の送付やご連絡、イベント当日の運営、商品提供に関連したアンケートのご依頼などのマーケティング活動、お客様の動向分析や商品開発等のための調査分析のため、お客様の個人情報のうち住所、お名前、電話番号、メールアドレスの情報を利用させていただきます。また、これらの目的で集約した情報を、個人を識別できる情報として公表することはいたしません。その他詳細は東急コミュニティーホームページの「プライバシーポリシー」をご確認ください。
<https://www.tokyu-com.co.jp/utility/privacy.html>

第1回

介護、相続時に 困らないための本人と家族の準備

日本は、人生100年時代ともいわれる超高齢化社会となり、『長生きリスク』という言葉も耳にするようになってきました。総務省統計局・厚生労働省によると、65歳以上人口は2040年まで対2015年比で15.8%増にとどまる一方で、85歳以上人口は同年比で倍増(107.1%増加)の見込みとなっています。今後、いわゆる老々介護、老々相続となってしまう心配があります。しかし、認知症になった場合や相続のための準備をしているという方はごく少数です。

本人、配偶者や子世代も高齢者となっていたら、介護、相続時に体的にも精神的にも疲弊する可能性が高くなります。私たちはどのような対策をとることができるのでしょうか。

親の判断能力が低下してしまった場合、財産管理や身上監護を誰が行うかがはつきりしない

施設入居や入院費用等で、お金が必要となり、定期預金の解約手続きや自宅の売却を行う場合に、後見制度を利用することを手続き先(銀行や不動産会社)から求められることがあります。

準備がなく本人の判断能力が不十分な場合には、法定後見制度を利用する選択肢しかありません。また本人の入退院の手続きや施設入所手続きも誰かが行わなくてはなりません。

法定後見制度では、後見人を誰にするか、報酬をいくにするかの決定は裁判所が行い、本人を全く知らない第三者が後見人となってしまいます。

【対策】

将来の認知症への備えとして『任意後見契約』を、本人と任せたい人で締結しておく

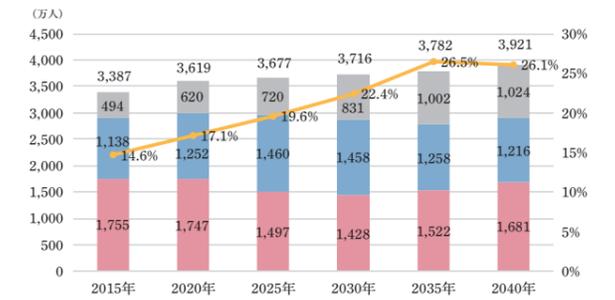
「任意後見契約に関する法律」に基づく任意後見制度とは、判断能力がしっかりしているうちに、あらかじめ本人が選んだ任意の代理人と、財産管理や身上監護(介護施設への入退所の契約等)の事務について、代理権を付与する委任契約を公正証書で結んでおき、判断能力が不十分になった場合に裁判所に監督人選任申立てを行い、監督人が選任された時点で、その契約の効力を発生させる制度です。

お近くの公証役場で作成をしてもらうことが可能です。

相続発生時、遺産分割協議が整わない

遺言書がない場合には、遺産分割協議書を作成しますが、相続人全員の同意が必要なため、時間がかかります。もし、判断

年齢階級別高齢者人口の将来推計・85歳以上の者が高齢者に占める割合



資料) 総務省統計局「国勢調査」、厚生労働省「人口動態統計」

能力に問題がある方が相続人に含まれる場合には、後見人選任も必要となります。相続人間でまとまらない場合には、裁判所のお世話にもなり、相続人どうしが疎遠になってしまう可能性もあります。

【対策】

効力のある遺言書を作成しておく

遺留分を考慮した、きちんとした遺言書があれば、自分の財産の行方を決定しておくことが可能です。争いのハードルを下げるためにも、公正証書での作成をおすすめします。

自筆証書遺言を希望される方は、一人で書いてしまっておくのではなく、専門家に相談されることをおすすめします。少し先ですが、令和2年7月10日施行の法務局に預ける制度(遺言書保管法)も検討されてははいかがでしょうか。

※平成31年1月13日より、財産目録に限り、パソコンで作成が可能(作成したページに署名押印が必要)になりました。

① PROFILE

一般社団法人シニア法務サポート理事長
行政書士・ファイナンシャルプランナー(CFP)
中野 幸江さん



高齢者法務に特化した国家資格者のネットワーク法人として、シニア世代の皆様にとっての相続・成年後見・遺後事務に関する身近な「法務のかかりつけ医」となるべく活動をしています。2009年行政書士登録。

私らしくを、いつまでも。
グランクレール
東急不動産HDグループのシニア向け住宅

上質な空間で紡ぐ、
安心・快適な日々。

🏡 **グランクレールシリーズのシニア住宅(自立型)**

横浜エリア ● グランクレールあざみ野 ● グランクレール青葉台 ● グランクレールあざみ野 ● グランクレール青葉台二丁目 ● グランクレール藤が丘 シニアレジデンス ● グランクレール美しが丘 ● グランクレールセンター南 ● クレールレジデンス桜台 ● クレールレジデンス横浜十日市場

東京エリア ● グランクレール馬事公苑 ● グランクレール成城 ● ライフニクス高井戸 ● グランクレール世田谷中町 シニアレジデンス

入居相談室 **東京エリア** 0120-109-974 **横浜エリア** 0120-113-405