

“わくわくサポート”たより No.15



(福岡市認証 区市1-16号)

NPO法人地域生活・死後事務 安心サポートネット

〒810-0074 福岡市中央区大手門3丁目5番10号 第二井原ビル302号室

Tel: 092-791-3251 Fax: 092-791-3252

(Eメール) chiikiseikatsu_0227@yahoo.co.jp

(ホームページ) <https://chiikiseikatsu-saporto.jimdo.com>

令和6年を迎えて

NPO法人

地域生活・死後事務安心サポートネット

理事長 中山 千住

令和6年初春 あけましておめでとうございます

皆様それぞれの思いを今年に託されたことと思います。

2025年問題は、団塊世代約800万人が75歳以上の後期高齢者になる年であり、高齢者に関わる諸問題が顕著に現れてきています。その中で、高齢者が日々の生活を送っている中で、家族や近隣住民との関りが希薄で社会から孤立した状態で、だれにも看取られることが無くなる孤立死の増加や高齢者による犯罪の増加、消費者トラブルに巻き込まれる等の深刻な問題が発生しています。

高齢者が社会的孤立に陥らないようにするには、見守りや安否確認が有効な方策の一つであると言われています。当法人では、高齢者が何時でも身近な話題や問題で話し合いし相談できて、社会との繋がりを持てる「わくわくサポート」の仕組みを創り、高齢者に日常生活上での確かな安心を提供しています。



65歳以上の一人暮らしの高齢者数は、2020年(令和2年)は約670万人ですが2040年(令和22年)では約896万人と急激に増加すると想定されています。

これからも増加する高齢者の意図しない社会的孤立を一人でも軽減し、安心した日常生活を送れるように、当法人として、高齢者の日常生活を支える担い手を確保しつつ取り組んでいきたいと思っています。

今年度は、新規会員として3名の方が入会され、それぞれ当法人のボランティア活動に力強い支援を頂いております。ボランティアの確かな支援を行うにあたり、新規会員の増強を歓迎します。



COLUMN

その他の2025年問題としてあげられる代表的な問題点は以下の通りです。

- (1) 年金・医療保険・介護保険などの社会保障費の負担が増大します。
- (2) 労働力人口が減少します。
- (3) 企業特に中小企業の後継者不足が深刻化し、廃業する企業が増大します。

各問題は密接に関係しており、深刻化・複雑化してゆきます。

あなたの老後資金は、100歳まで長生きしても大丈夫？

私は、昨年9月に会員になった倉重淑子と申します。

この度、長年勉強してきた終活のご縁から当法人で活動することになりました。今回、寄稿する機会を頂き、ありがとうございます。

元銀行員ということもあり自己紹介も兼ねて、お金の話をさせて頂こうと思います。

今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



3姉妹でいらっしゃる70代の方からのご相談です。

相談者のお母様は、70代前半の時にご主人を亡くされました。車が運転できないお母様を案じた相談者は、早々に自宅を売却し、彼女たちが住む大きな町の便利な場所にある、高級老人ホームへすぐに入居を決められたそうです。

私の母は96歳で現在、有料老人ホームに入居中です。非常に元気で、100歳までは生きると言っています。でも、あと数年は大丈夫ですが、それ以上になるとお金がかなり厳しくなります。年金だけでは足りない月々の費用を誰が負担していくのか？あるいは、元気な今のうちに費用が安い別の老人ホームに、引っ越した方がいいのでは？などと、心配していますが、母には言えていません。



入居されて20年以上経過しています。きっとお母様は終の住処として生活していらっしゃると思います。

今から別のホームへ移転して欲しいというのは、難しいのではありませんか？



いいえ、お金が足りなくなる方が大変です。だって、私たち3姉妹は、みんな自分の老後のことを真剣に考えなきゃいけない年齢になりました。

お金に余裕があるのは海外に住んでいる独身の長女だけです。母がこんなに長生きするなんて思ってもいなかったんですよ。



最後の言葉をお母様が聞いたらどんなに思われるか・・・

ですが、他人事とは思えません。長生きはおめでたいことではありますが、最近話題の「終の住処の引越し」や「老老介護」などに代表される私たちが真剣に考えなければいけない「長生きリスク」

あなたの老後資金は、100歳まで長生きしても大丈夫でしょうか？

年金だけで食べていけるのが理想ですが、なるべく月々の支出にメリハリをつけて、一日でも長く健康で、自分らしく生きていく。

リスクを克服できればリターンがついてきます。足りなければ、今は働く手段もあります。決して悲観的にならずに、前向きにお金と向き合うと、お金はにぎやかで楽しいところに寄って来るそうです。ぜひこの機会に自分のお金と真剣に向き合ってみてください。

私はライフプラン表を作ることをおすすめします。

仮に自分が100歳まで生きるとして、現在の月々の収入と支出、毎月の取り崩し額、予定されている大きな支出（例：リフォーム代・ホーム入所費など）や逆に保険の満期金などの入ってくる資金など。自分のお金を可視化することで見えてくる様々な無駄使いや使途不明金などをチェックしていきましょう！

人生家計簿をつけましょうということです。

ご紹介

特定非営利活動法人日本ファイナンシャル・プランナーズ協会（略称日本FP協会）では、具体的なライフプラン表を紹介しています。自由にダウンロード（PDF版、エクセル版）できますので是非、ホームページを訪ねてみてください。

[日本FP協会 \(jafp.or.jp\)](http://www.jafp.or.jp)

<http://www.jafp.or.jp>

→「わたしたちのくらしとお金」

→便利ツールで家計をチェック

へお進みください

※著作権の関係上、ご紹介のみにさせていただきます

(倉重 淑子)



※編集室より

下記のライフプラン表を、当法人のホームページにて公開しています。

下記のQRコードでHPを開き、

→「法人について」

→「広報紙(“わくわくサポート”たより)」へとお進みください。



パソコン利用の際は、下記URLからお願いします。

<https://chiikiseikatsusaporto.jimdofree.com/>

ご自分のサイクルに合わせた表へのカスタマイズは自由です。また、エンディングノートもご用意しています。ご相談は、メール、電話、ファックスにてお願いします。連絡先は、紙面の最後をご覧ください。

		サポート安夫		ライフプラン表						
名前		サポート安夫		2024年		2025年	2026年	2047年	2048年	
生年月日		昭和23年7月23日		76歳	77歳	78歳	98	99歳	100歳	
年齢		75歳								
作成年		2023年								
収入	年齢	現在の状況		76歳	77歳	78歳	98	99歳	100歳	
	経常収入	給与								
		年金								
		その他								
	計		0	0	0			0	0	
一時収入										
収入計		0	0	0				0	0	
支出	イベント(備考)									
	経常支出	生活費								
		税・保険								
		その他								
		計		0	0	0			0	0
		住居関係								
	一時支出	耐久消費財								
医療関係										
子供関係										
その他										
計		0	0	0				0	0	
ローン返済										
支出計		0	0	0				0	0	
イベント(備考)										
収支バランス		0	0	0				0	0	
貯蓄残高		0	0	0				0	0	

推進派と反対派もしくはその他

私が住んでいる団地は、世帯総数 850 余の分譲団地です。築 45 年が経過し、見た目には美しい外観を維持していますが、老朽化は否めません。ただ、住めないという訳でもなく、適切な維持改修工事を計画的に行えば、快適な生活を維持することは十分に可能と思います。

ご多分に洩れず、現在、建て替え問題が話題となっています。立て替え推進派、反対派、傍観派そして無関心派、皆さんの考えはごもつともであり（独り一人聞いたわけではありませんが）これをまとめて話を進めるのは至難の業だなと感じています。

この団地にも、いわゆる独居老人もたくさんいらっしゃいますが、小さなお子さんも多く、零歳児から超高齢者までバランス良く？構成されており、それがまた話が纏まらない原因でしょうか。終の棲家と考えている方々への対応、自分のライフサイクルの一定期間をこの団地で過ごしている方々への対応、独居老人の方々への対応、階段の登り降り等で住み辛さを感じてある方々への対応、家族団欒楽しく過ごしてある方々への対応等々数え切れない課題があるようです。中央区のある県営分譲団地は、私の住んでいる団地の数分の 1 の規模ですが、話が先に進まない中、近所に大手企業が社宅をマンションに建て替えたのを機に、そこへ早々に転居した方が数軒あったとか。資金に余裕のある人にとっては、賢明な選択なのでしょう。

もし、建て替えとなった場合、追加資金の間

題はもちろんのこと、工事期間の転居先は確保できるのかも心配です。高齢者の賃貸住居への入居の難しさは、社会問題化もしてきています。私もそろそろその年齢層に入っていくの考えると、どちらでもいいから結論を早く出したいとも考えます。結局は、そうしながらも中々出先が見つからないのかなと思います。

(柳迫 義和)



寄付金ありがとうございます

- 南 武文 様 40,000 円
- 匿名希望 様 5,000 円
- 大里通代 様 22,000 円
- 祐野 博 様 20,000 円
- 安田 豊 様 20,000 円



(令和 5 年 7 月から令和 5 年 12 月末まで)

【編集後記】

挨拶文にもあります「孤独死」ですが、私も数年前、近親者で経験しました。暗い中で椅子に座ったまま亡くなっていました。忘れられません。

先日の新聞の特集記事で、ある論者は、「ひとり死」と表現されていました。言葉の響きで感じられるものも違って来るみたいです。

私がまだ若い頃（30 代でした）、新しく建設されたホテルの最上階のバーに行きたくて、一人で料理とお酒を楽しんでいると、そのホテルの責任者（私が良く知っている人で年上の方です）が私を見つけて、「なんだ、おまえ、一人か？」と声をかけられました。『独り』と『ひとり』のどちらの意味だったのでしょうか。

(YY)

正会員・賛助会員大募集！

高齢者や障がい者のサポートに意欲ある人を募集しています

◆正会員 年会費:1万円 ◆◆賛助会員 1口: 3千円

Tel:092-791-3251 Fax:092-791-3252

Eメール:chiikiseikatsu_0227@yahoo.co.jp