



# 特集 円満な相続を準備しよう

### ~ 争族にならないために~

#### 人生の最後に備えていますか?

いつか書こうと思いながら、なかなか書けない 遺言書ですが、自分の死後、家族の争いをなくす ためにも、財産の相続やお墓、葬儀のことなどを、 元気なうちに考えておくのは大事なことです。

身近な友人のご主人が突然脳梗塞で倒れて、意識が戻らず亡くなりました。預金も財産も何も知らされていなくて本当に困ったという話を聞き、まず、第一に大事なことは、書類で残すことだと痛感しました。平成27年1月1日から施行される相続税改正により、課税対象者が大幅に増え、これまで比較的無関心だった一般のサラリーマンにも相即税に対する関心が高まっています。

今号では残された家族に自分の想いが伝わり、 争族にならないように、遺言や相続、生前贈与 などエンディングについて特集しました。

#### 相続税はどう変わるのか

まず、基礎控除額が現行の 5,000 万円から、3,000 万円に改正され、一人 1,000 万円の法定相続人控除額も 600 万円に引き下げられます。例えば相続人 1 人の場合、現行では 6,000 万円の基礎控除がありましたが、改正後は 3,600 万円に減額されます。また、相続税率のうち 2 億円超の金額に対する税率が上がり、最高税率が55%になります。その他に小規模宅地などの相続税の減額特例や、未成年者控除、障害者控除の改正、子や孫への教育資金の非課税贈与などが改正されます。今回の改正は一部未成年者や障害者控除で控除額の拡大がなされていますが、全体的には増税となります。

#### 相続対策をしよう

都心に自宅を持つ人は、相続税が発生する可能性が出てきました。結婚後20年経つと夫婦共有名義にすれば2,000万円の控除になるほか生前贈与を上手に行うと、かなり節税できます。また子供へのマンションなどの頭金1,000万円贈与は非課税になり、毎年110万円を子どもと孫に贈与しても贈与税はかかりませんので生前贈与をして相続税対策を考えたいものです。

#### 自分の財産リストを作成しよう

自分の財産を漏れなく把握することは面倒で 大変な作業です。不動産、預貯金、有価証券、 保険など資産の種類や商品別に記録して財産リ ストを早めに作ってみましょう。不動産などは 時価に近い評価額で定期的に見直す必要があり ます。またリスト作成に当たり、不動産登記事項 証明書や有価証券残高証明書などで正確に調べ ることも大事です。

連れ合いや子供は、詳しい財産や取引金融機関などを殆ど理解していないのが現実です。日頃から、夫婦の間では財産の内容や管理について、話し合っておくことも大切です。

#### 遺言を書いておこう

協会員の中にも財産相続で苦労した人は結構います。そのような苦い体験を参考にして、残された人が困らないようなきちんとした遺言書を作りましょう。「誰にどの財産をどのくらい相続させるか?」は子どもの家計状況や家族構成などを総合的に勘案してバランスのとれた分け方を考えるのが望ましいと言えます。より公平を期する上でも「遺留分」「特別受益」「寄与分」を考慮して決めるようにしたいものです。

#### エンディングノートにメッセージを書く

子供や連れ合いに残したいのは財産や物ではなく人生の総決算としての「生きざま」かも知れません。自分の一生で何を大切に、どんなことを目標に生きてきたのかを、是非書き遺しておきましょう。一番輝いていた時の思い出、感動した旅の数々、うれしかったこと、悲しかったことなど何でもいいのです。残された人にあなた自身を知ってもらうメッセージになります。(Y)



### 相続税の改正でどう変わるのか



#### ~施行時期は平成27年1月1日以後~

#### 相続税の基礎控除

相続税の改正が平成 25 年 3 月 27 日に可決成立しました。一番大きな改正は「基礎控除額の減額」で、現在の 5000 万円 + 1000 万円 × 法定相続人の数が改正後は 3000 万円 + 600万円 × 法定相続人の数に改正され、相続税がかかる範囲が拡大されることになります。例えば相続人が配偶者と子供 2 人の場合、従来の8000万円の基礎控除が 4800万円になり、課税額は 3200万円増加することになります。

#### 相続税の税率構造の改正

各取得分の相続税の税率のうち 2 億円を超える金額に対する税率が上がり、最高税率が 55%になります。現在の相続税の課税対象者は 4%程度といわれていますが、改正後は 6~8%に増える見込みで、大都市に限ると 20%ぐらいが相続税の対象になりそうです。これは高額の相続財産として不動産が多いからです。東京だと 5000万円~6000万円の評価金額がつく不動産はかなりあるため、相続税が払えずに差し押さえということにもなりかねません。この増税の緩和策として「小規模宅地などの特例」の適用範囲が拡大されることになりました。

#### 小規模宅地などの課税価格計算の特例改正

特定居住用住宅地の 80%減額対象面積を、現行の240㎡から330㎡に拡大。従来特定居住用宅地と特定事業用宅地の両方がある場合はどちらかの限度額までしか適用がありませんでしたが、改正後はそれぞれの限度額まで併用も可になります。平成26年度からは老人ホームや二世帯住宅についてもが適用緩和されます。該当する人には大きな改正であるといえます。

#### 未成年者控除、障害者控除の改正

相続税額から控除される未成年者の控除額は 現行の1年につき6万円から10万円に改正。 障害者の現行1年につき6万円も10万円に改 正されます。特別障害者の12万円については 20万円に改正されます。

#### 子、孫への教育資金の非課税贈与

平成25年4月1日から平成27年12月末までの教育資金贈与のうち、実際に30歳までに学費などに使った部分については、複数の書類提出を条件に最大1500万円まで贈与税が非課税になります。仕組みは祖父母が信託銀行に教育資金をプールしておいて孫が必要に応じて引き出す形ですが、教育資金に使ったことを証明する書類をその都度、金融機関に提出しなければなりません。30歳までに使い切れなかった場合は残りの金額に贈与税がかかります。

この制度はお金を引き出すたびに、いちいち 書類を出すのが面倒で、使い勝手が悪い制度と いう印象があります。

#### 相続税対策は生前贈与が効果的?

相続税がかかりそうな資産を現預金で持っている人には対策として相続財産の絶対量を減らすことをお勧めします。財産を子どもや孫にあげる生前贈与ですがここで気をつけたいのが、贈与税です。そこで大いに利用したいのが年間一人当たり 110 万円の贈与税の基礎控除。毎年利用することが可能で、孫などの法定相続人以外にも利用できるメリットがあります。例えば子どもと孫 5 人に 110 万円ずつ贈与すれば毎年 550 万円ずつ財産贈与ができ、10 年間で5500 万円圧縮できる計算になります。

この他にもいろいろな節税対策がありますが、贈与税の生前贈与については4ページで改めてお伝えします。(Y)





### 相続トラブル体験

#### 母の突然の死後、予想もしない展開に

母が突然交通事故で意識不明になり、集中治療室に入って3日目に、意識が戻らず帰らぬ人となりました。母は78歳でしたが現役の事業家で、地域活動や趣味と元気に活動していました。私の母はきっと100歳まで生きると信じていた私達は、現役だった母の仕事の引継ぎなどがあり悲しんでいる暇もありませんでした。

生前母は何となく相続の話をしてくれていました。土地は母の名義で、ビルは株式会社名義で私達は株主になっていました。実家のビルは渋谷駅近く明治通りに面していて路線価が高く相続税もそれなりに高額になり、現金で払わなければならないので私達には少額しか残せないと言っていましたので、相続する時はそういうものだと思っていました。しかし、会社の税理士に相続調書を作成してもらいましたら、母の名義の土地に会社のビルが建っていると、土地の価格が低くなることが分かり、想像以上の相続をすることになってしまいました。

#### 相続が争族に

相続額が多くなると悲しいことに人は変わるようです。相続人 5 人の相続申告書が出来上がり全員の印鑑を押せば相続手続き終了という時に、長男が異議を唱え、今後の相続は弁護士に任せたので弁護士と話し合ってくれと宣言されてしまいました。早速私と次男は長男の弁護士に会いに行きました。そこで伝えられたことは、長男の嫁にも相続権があるということでした。

実家がビルを建てて会社組織になった時、私達は資金を出さない株主になりました。その時長男は結婚したばかりで、母が長男の嫁も株主に加えたのです。しかし、長男夫婦は親と暮らす気はなく新宿に家を建ててもらい、実家から外に出て暮らしていました。ビルの管理や事業は次男が継いでくれ次男のお嫁さんは母と一緒に暮らしてくれました。私や妹たちは結婚して外に出ました。長男が可愛い母は、一緒に暮らさない長男の嫁に気分を害し、株主から外すこ

とにしたと私に話していましたが、その手続きをする前に亡くなってしまいました。当然長男の嫁に相続権が発生しますが、長男は一軒家を立ててもらっていましたので、私たちも弁護士を立てて生前贈与を主張しました。 4 対 1 の相続争いが始まりました。母が生きていたらどんなに悲しがるだろうかと思いましたが、お互いの主張がまとまらず醜い争いが始まりました。

#### 相続税は待ったなし

相続する財産は決まっているのですが、5人の相続人と相続を主張する長男の嫁との相続争いは1年半続きました。長男が異議を申し立てた時は母が亡くなって9か月以上過ぎていました。相続税は母が亡くなって10か月以内に納付しないと高い率の延滞税がかかりますので、4人は手持ち金を出し合って相続税を納付しました。長男は相続税が払えず、仕方なく母の生命保険を使うことで妥協しました。母の生命保険の額は現役であることで高額になりました。

弁護士との打ち合わせ、弁護士同士の話し合いなどを経て裁判には持っていかず、長男の嫁の株の相続を認め、生前贈与も認めてもらい相続争いは終結し、弁護士にも多額の弁護料を払うことになりました。相続する財産がなければこんな悲しい争いはなかったかもしれませんが、それ以来長男家族とは法事以外会うこともなくなりました。相続争いは他人事だと思っていましたが、事前に学んでおく必要を感じました。

#### 苦い体験から得たこと

長男はその後食道がんが見つかり、長男の嫁から連絡があり、最後を看取ることが出来ました。まだ62歳でした。戦争の時幼い弟と田舎に預けられ、弟を守るようにと親に

いわれて一生懸命弟を守ったことが思い出されました。今、私 も母の亡くなった年に近づい てきました。子供達が相続で争 わないようそろそろ準備を始 めようと思っています。(S)

### 賢い生前贈与で相続税対策



#### 財産リストを作ろう

親の財産がどれくらいあるかなど、子どもに 伝えている人は少数派ではないでしょうか? さらに自分自身も全体の財産をどれほど把握し ているかも疑問です。まずは財産リストを作っ て整理してみると、相続税がかかるかどうかも 見えてきます。不動産や有価証券などは現在の 価格で把握しておき、毎年見直しが必要です。 不動産の価格の決め方も中古住宅で売りに出し た場合の価格や、国税庁が毎年発表する路線価 をもとにした相続税評価額などです。銀行印は 盗難に合わないように工夫して、家族にわかる ところに保管することが大事です。

#### 財産リスト例

	1 1.1 44.1.1					
Α	土地・借地	所在地・地番地目・面積				
		価格 万円				
В	建物	所在地・家屋番号・床面積				
		価格 万円				
С	預貯金	金融機関名・支店・種類				
		口座番号・使用印鑑・金額				
D	株式・投資	品目・単位・取扱会社・支店				
	信託・債券	金額   万円				
Е	その他財産	品目・保管場所など				
F	借金・ローン・	借入先・借入額・借入日				
	保証債権	返済期間・借入残高				
全財産合計額		A+B+C+D+E-F= 万円				
生命保険		保険種類・・証券番号・契約者名・				
		受取人・保険金額など				

#### 生命保険金、死亡退職金は相続財産に加算

亡くなった人が生前に契約して保険料を支払い、受取人が相続人になっている場合は相続財産に足して計算しますが、「500万円×法定相続人の数」が非課税になります。この非課税を差し引いた保険金額と相続財産の合計が、基礎控除額を超えると相続税の申告が必要になります。申告は10か月以内。配偶者特例や宅地の特例措置も受けられます。墓や仏壇は生前に購入しておくと課税対象になりません。

#### 賢い生前贈与で節税する

#### 1、毎年 110 万円の非課税贈与をする

もらった人が使わないと贈与が成立しないので使わない場合は、111万円振り込んで1万円の10%、1000円の贈与税を払うのが賢明。

#### 2、子どもに住宅資金を贈与する

平成 25 年省エネ・耐震対応住宅では 1200 万円が非課税。一般住宅は 700 万円が非課税 で、平成 26 年は 1000 万円、500 万円と贈 与の金額が減っていきます。

#### 3、相続時精算課税制度を利用する

65歳以上の親が、20歳以上の子どもに財産を贈与する時は、2500万円までは無税。それを超える場合は一律20%の贈与税。相続税を支払う時に過去に支払った贈与税を清算します。

#### 4、結婚 20 年後の妻と自宅を共有名義に

結婚してから 20 年以上経つ妻には、自宅を 2000 万円まで贈与しても税金がかからないの で土地の登記を行い贈与税の申告を提出します。

#### 5、生命保険金の贈与

「500万円×法定相続人の数」が非課税です。 生命保険金は相続時に遺産分割や遺留分の対象 にはなりません。

#### 6、正確な贈与契約書を作成する

契約書には誰に、いつ、何を、どんな条件で、 どうやってあげるのかを具体的に明記します。 贈与契約書は一度契約すると破棄することが難 しいこと、もらう側が同意しないと後で修正で きないことを知って、税務署から否認されず、 家族間でもめない契約書を作成することが大事 です。

いずれにしても賢い生前贈与を活用して相続 税の節税になるように工夫しましょう。(Y)





# 遺言を書いておこう



#### 遺言の種類と違いは?

現代は長男が家を継ぐという意識が薄れて、「兄弟姉妹は平等」という意識が定着したことが背景にあり、それぞれが自分の権利を主張してもめるケースが多いと言います。円満な相続を準備するには遺言を残すことが大事です。

遺言には自分で書く「自筆証書遺言」と公証 役場で公証人に作成してもらう「公正証書遺 言」の主に 2 種類があります。自筆証書遺言は 死後に、偽造・変造を防ぐために家庭裁判所に よる検認が必要です。「自筆証書」は手軽で費 用もかからないし書き直しも簡単な半面、形式 的に不備があったり、内容が不明確だったりし て後で争いのもとになる恐れもあります。

一方、「公正証書」は内容も明確で家裁の検認も不要ですが、作成費用がかかります。例えば財産が5000万円で相続人が一人の場合、約4万円かかります。

#### 誰に、何をどれくらい相続させるか

まず、法定相続人と法定相続分を確認してみましょう。夫と妻、子ども二人の場合、夫が亡くなると妻に 1/2、子どもにそれぞれ 1/4 が相続分です。子どもがいない夫婦で実母が健在の場合は妻が 2/3、実母が 1/3 となります。夫の弟が一人、兄の子である甥・姪が二人いる場合、妻 3/4、弟 1/8、甥・姪 1/16 が法定相続分です。遺言を書いておけば妻に 100%を残すことも可能です。

遺言があれば相続が可能になる場合 異母兄弟姉妹がいる場合 再婚した場合 認知した子どもがいる場合 相続人の中に行方不明の人がいる場合 内縁の妻に財産を残したい場合 息子の嫁に財産を残したい場合 相続人の一人を相続人からはずしたい場合 同族会社や個人事業者で、後継者を指定して おきたい場合など

#### 自筆遺言を書くときのポイント

表題、日付、名前などの要件を満たす 印鑑は実印の方がよい(印鑑証明書同封) 全文自分で書く

言葉を選んで意味がきちんと伝わる書き方相続する人が先だつことも考える 引っ越す可能性のある場合も要注意 相続税対策を考える

遺留分も考える

保険証書の内容確認と遺言執行者の指定 自分の想いを付言事項で書いておく

#### 遺留分、特別受益、寄与分

特定の人に全ての財産を相続させると法定相続人は法定相続分を遺留分として請求できますので、遺言を書いた本人の想いを「付言」にメッセージとして書いておくと、争いごとの回避に役立つことがあります。またもめないように、親からの贈与分や親への貢献度についての認識を共有し、特別受益、寄与分として伝えることも大事。それらを加味してバランスよく、円満に相続させることが大切です。

#### 遺言書がない場合の手続きとは?

遺言がない場合の相続手続きは大変です。

被相続人の法定相続人の確定

被相続人の出生から死亡にかけての戸籍謄本と相続人全員の戸籍謄本を取り寄せる。

相続財産の確定

被相続人名義の財産をすべて洗い出す。

プラスの財産だけでなくマイナスの財産も。 遺産分割協議

相続人が全員で協議して相続財産の分け方を決めて「遺産分割協議書」にまとめる。

金融機関で相続財産を払い戻し、法務局で不 動産の名義変更のための登記、相続税の申告 など具体的な手続きを進める。

以上のことから、遺言の大切さがよく分かると 思います。気力体力のあるうちに、ぜひ書いて おきましょう。( Y )

## 親亡き後や相続後にも大問題



#### 遺産相続は終わっても安心はできません

身近な実例を3つ紹介します。1つは2世帯 住宅で、1階に老夫婦が、2階に老夫婦の二男 と嫁が住んでいました。10年前、父親が亡く なり母親一人で自立することになりました。父 親の遺言状には「この家は親子共同出資で建て たものですが、母親の面倒をみるということで 家の権利を二男に譲渡する」とありました。長 男・三男は無論それを承諾。2年後、自立中の 母親が台所で料理をしていた時、電話が鳴り、 つい長話をしていました。すると2階から、も のすごい剣幕で二男の嫁が降りて来て「お母さ ん!焦げてるじゃない、火事にでもなったらど うするの」と怒鳴りました。以来、母は台所を 使うことを嫁に禁じられ、仕方なく生協から冷 凍食品など取り寄せ食べていましたが、そのう ち少しずつボケてきました。

1年半後、次男が体調を崩し入院。いきなり次男の嫁が横浜にいる長男に「主人が入院したのでお母さまの世話はできませんから引き取って下さい」の一言。父親の遺言など関係なく取りつく島もない薄情な言葉。かねてから、このままでは母親は完全にボケてしまうと感じていた長男は直ぐ母を横浜に連れてきました。数日後、嫁から仏壇が送られてきました。間もなくして二男は癌で亡くなりました。母親は新天地横浜で長男と三男に囲まれ幸せな日々を送っています。このケースは2世帯住宅の難しさを物語っています。

#### 後継ぎがいない遺産相続の結末

2つ目の事例は、両親と娘二人の例。娘2人はそれぞれ嫁に行きました。やがて孫が1人ずつ生まれ両親は大喜びでした。ところが父親が急逝し母親は広い一軒家に1人で住むことになりました。父親には後継ぎはいませんでしたが、土地や株や現金など財産がありました。母親は2人の娘に数千万円ずつ現金で生前贈与。ある日、次女の一家が駐在先の米国から帰国し、母

親に「私たち家がないので、この古い家を壊し て2階屋の家をつくり一緒に住みましょう」と 提案。孫と一緒に暮らしたいと、古い家を壊し、 共同名義で(ほとんど母親が負担)大きな家を 新築しました。デザインは全て娘夫婦に任せた ものの、気がつけば母親の部屋は6畳の1部屋。 8 5 歳になる母親は「私は幸せ、百までは元気 で生きられる」と張り切っていましたが、孫の 受験勉強が始まると、次女は母親の部屋に娘を 行かせないようにしました。新築して1年も経 たないある日、次女の亭主が台湾に赴任するこ とになり、一家で行くという。母親も一緒に台 湾に行けると思ったら、娘に「私たちだけで行 きますのでお母さんは老人ホームに入って下さ い」と言われショック。母親は長女に相談した ら「しかたがないでしょう」の一言。ご主人か ら相続した財産のほとんどを家の新築に使った ので老人ホームに入る資金が足りません。結局、 母親は東京の郊外の安いホームに入ったものの 将来の不安が募ってストレスがたまり、入居し て2カ月もしないうちに「オムツ」をつけるあ りさま。遺産相続はしたものの哀れなその後の 人生でした。

3つ目の事例は、父親が結婚しない娘のためにとアパートを2棟建てて亡くなった。やがて古くなったアパートに入居する者は減り修理代は高く税金も払えないというケース。相続後が問題の3つの例でした。

#### ぶれない眼力の養い方

この世の特徴は思い通りにいかない上に、思いがけないこと

が起こり得ます。年とった人なら挫折の1つや2つは抱えているので「安心して暮らせる」生活などないと思っています。特に大きな遺産を相続した時は、悪い人が寄ってたかってその財産を奪おうとします。相続後は「自分で考えて行動する、やったことの結果は他人のせいにせず、自分で責任をとることです。(F)



## 故郷の復興支援



#### シニアライフアドバイザー 海沼 龍子

#### ふるさと宮城・ふるさと東北への思い

宮城には沿岸地域も含めて、学校時代や職場での友人・知人、そして親戚が沢山います。 そして今回、沢山の方が被害に遭いました。

「私などは、まだ楽なほうよ」と被災したときの 話の後に、みなさんがこう言いますが、

「いえいえ、みんな苦労を背負ったのね」と言うしかありません。

またご自身と親の実家、兄の家が流され、複数の犠牲者もでて「ボランティアと聞くだけでも嫌」 というくらい、傷つき打ちのめされている知人も いて、本当に心が痛みます。

いま私ができることは、被災地に関する本を買って読んだり、できるだけの活字にふれ、たまに 現地の新聞をみて切り抜き、ファイルして、身近 な方に見てもらっています。

#### 被災地の販売支援活動に出会って

大震災の年の秋、横浜公園で東北の被災地の特産品を支援販売する催しがあり、偶然通りかかりました。そこで縞模様の木綿で感触よく、使い勝手のよい「保険証入れ」を求めました。宮城県栗原市若柳の特産品「若柳地織」で作られたもので、値段は千円でした。以来、被災地には特に関心もなく便利に使用していましたが、この「保険証入れ」が1年後、私の「八チドリのひとしずく」の役目を果たしてくれることになったのです。

#### 「ハチドリのひとしずく」のように

私の住んでいる横浜港南区の、ひぎり地区社会 福祉協議会の「ひぎり助け合いネットワーク部会」 で、現在コーディネーターの一員として、定例会 に参加しています。昨年の8月の定例会に下永谷 地域ケアプラザの職員の方から10月28日の第 一回フリーマーケットへの参加要請がありまし た。そのとき「八チドリのしずく」の寓話が私の 頭によぎり、保険証入れの支援販売を思いつきま した。定例会の参加者もケアプラザの職員の方も すぐ賛同され、ネットワーク部長は社協の理事会 でさっそく承諾を得てくださったのです。

#### 「若柳地織」の販売支援

「若柳地織」を生産している宮城県北部の内陸 に位置する栗原市は、白鳥が飛来する地です。

3・11 ではもっとも強い震度7に見舞われました。震災後の様子をお尋ねすると『家も工場も被害にあい生産をあきらめました。でも、気仙沼の親戚は何もかもが流されたのを見て、自分たちは壊れはしましたが機械が残っただけましでした。機械を修理して頑張ろうと生産を始めたところです。』というお話をうかがい涙が出そうになりました。

フリーマーケットで「保険証入れ」の支援販売 の承諾を得て、無理のない範囲で商品を取り寄せ 販売することができたことをとても喜んでくだ さいました。

#### 「忘れない・支援の気持ちを届けたいね」

フリーマーケットでは、コーディネーターと周 りのみなさんの手づくり品の販売も行い、温かな 募金も集まりました。このお金をどうしようかと 協議の末、南三陸町の社会福祉協議会へ送らせて いただきました。これも現地の様子を伝える河北 新聞の記事を読んでいたことが参考になりまし た。

以来ひぎり社協では、行事の折は被災地支援コーナーを設けることになりました。原発の被害についてもお互いに学びたいです。小さな力でも「被災した人々を忘れない、支援の気持ちを届けたいね」をテーマに、次回予定の5月26日のフリーマーケットに向けて準備をはじめているところです。





### 個人活動紹介 古民家をコミュニティ活動の場に



#### シニアライフアドバイザー 河合 忠嗣

#### 「民家園」に魅せられてボランティア

今、川崎市にある野外博物館「日本民家園」 で、炉端の火を焚くボランティア活動をしてい ます。数年前に民家園ボランティアの募集を読 んで、そこが農家専門の博物館であることを知 り応募しました。父母の実家も農家なので違和 感なく入ることができました。ボランティアを 始めた当初は在職中だったため、休日を当てて 活動していました。復元された古民家の中に身 を置くと昔にタイムスリップしたような不思議 な気持ちになることがあります。今は田舎を持た ない子供たちがたくさんいます。その子供たちに 田舎の雰囲気を味わってもらいたいし、昔の素朴 な遊びも経験してほしいと思っています。

#### 日本文化園の誕生のきっかけ

川崎多摩丘陵にあった伊藤家(築300年)と いう家がありました。横浜・三渓園に古民家を集 め庭園を造る計画があり、川崎からは伊藤家が移 されることとなり、解体・移築の準備中に、当時 の市長、建築学者、有識者などが現場検証したと ころ「個人所有で年代も古く手入れも良い家であ る」ということから、これを横浜に持って行くの はもったいないし、川崎にも「古民家園」をつく り保存しようということになりました。これが 「日本民家園」誕生のきっかけでした。正式名称 は「川崎市立日本民家園」で、1967年(昭和 42年)に開園しました。

#### 時代の流れとはいえ維持管理は大変

その後、日本各地の古民家を集め始めました が、東京オリンピック前後のバブル期、ダム建 設での水没集落、新幹線などという勢いで、古 いものは壊され、新しいものにする時代となり、 一部、料亭や旅館などになった古民家もありま したが維持管理が大変だという理由で、その後 「民家園」に移築された建物もあります。

現在「民家園」は【国指定重要文化財:7件】 【県指定重要文化財10件】【市重要歴史記念 物:7件】があり、これを囲炉裏の火焚きで害虫

駆除や屋根の茅燻蒸や環境整備をしつつ、四季 折々の展示物、正月遊びの紹介、そして"宿場" "信越""関東""神奈川""芸能"東北"の各村々 と各地方の気候風土や建築様式などをガイドし ています。

#### 古民家をコミュニティ活動の場にしたい

近隣には、1棟だけや複数棟の江戸・明治・大 正時代の混在した「古民家園」もあり、地域や町 で次世代に繋げて残していく活動が、広がってい ます。今、人気のある世界遺産になった白川郷合 掌造りが4棟あり、各棟それぞれ趣があります。 ここを見学した後に白川郷・五箇山合掌造り集落 へ旅に出かけられる方も結構います。

私たちボランティア活動仲間は、平均年齢が 60歳半ばの男盛り・女盛りのグループですが、 古民家を軸にしたボランティア活動が、新しい コミュニティづくりにつながることを願って頑 張っています。建物および民具の保存と伝承や 活用を目的に整備するには、それなりの人数が 必要です。

私が所属する「炉端の会」は毎日2~3棟の民 家の囲炉裏で火を焚いています。来園者に床上に 上がっていただき、民家の解説をしたり、囲炉裏

での、くつろぎの場を提供しま す。入園者に古民家でのマナ ーを守ってもらうように伝え るのも大事な役割です。







#### 人生の締めくくりをしよう

高齢期を毎日元気に生きていても、限られた命であり、いつか終末期を迎えなければなりません。長い人生には楽しかったこと、悲しかったこと、感動したこと、忘れられない思い出など様々な出来事があったと思います。

自分史とまでいかなくても、節目節目を思い出して書いてみると、本当にいろいろな場面が蘇ってくるはずです。人は誰もが「自分の人生はまあまあ良かった」と思って、死を迎えたいと願っています。嫌なことや辛かったことより、楽しかったことから書き留めてみましょう。

自分の本当の心のうちは、実は連れ合いや子供たちに伝えていないことが多いのです。子供や孫たちに、是非伝えておきたいことや、連れ合いへの感謝の言葉など、口頭では言えないことも、文章で書いてみると心の安らぎが生まれてくるというものです。

#### 写真や絵はがきなどでビジュアルに

市販のエンディングノートも、多種多様に編集されていますが、わざわざ購入しなくても表紙のしっかりした、お好みのノートを使っても構いません。そして、文字だけでなく、写真や思い出のしおりや絵葉書などを貼っておくとよりリアルに伝わります。旅の思い出写真や、法事で家族や親せきが集まった時のスナップ写真など記念になるもの選んでください。

最近はパソコンで記録を残している人も多くなりました。一度書いた文章を書きなおしたり、書き加えたりもパソコンなら簡単に修正できます。写真もデータとして何枚でも残せます。

#### 手作りの私の記念誌

身近な人に私の記念誌として「手作りの小冊子」を配る人もいます。印刷屋に頼んだ本格的なものではなくパソコンができる人にまとめてもらった20部から30部の手作り冊子です。「ききがきすと」というボランティアもあり、高齢者を応援しています。

#### 遺言書を書く前にノートに整理してみる

今号の特集でまとめた遺産相続や、遺言、介護や終末医療の希望、さらに葬儀やお墓のことも残された家族が困らないように書いておくことは、もしもの時に備えて大事なことです。このノートに記述されたことは正式な遺言書にはなりませんが、家族に自分の思いを伝えることができれば、遺産相続も順調にいくと思います。

少しずつ書いて「必要なことは何か」が見えてきたら、さらに書き足していきましょう。まず、エンディングノートに自分の考えや身辺の状況を整理して書き、それから遺言書を書くと、家族になぜこういう遺言を残すのかをうまく伝えることがでます。

#### 協会発行の「ビバシニアノート」

協会ではNPO設立10周年を記念して、本年5月末に「ビバシニアノート」を発行します。これはテーマを「輝け!ビバシニア」として、100歳まで元気に暮らすことを目指して自分の一番輝いていた時や、5年後の目標、旅の思い出、ジェロントロジーから元気で長生きする情報などを掲載し、自分で書きこめるように編集しています。後半はエンディングに関係する項目が一覧表になっています。役に立つ情報が満載で後半の人生が整理でき、今後の生きる目標も見えてくる内容です。



A 4 版、カラー印刷 で頒布価格 500 円 です。まだエンディ ングノートを書いて いない方は、ぜひ事 務局までお申し込み ください。



# 戦時下の学童生活

シニアライフアドバイザー

中島 七七子

#### 大東亜戦争開戦

昭和 16 年 12 月 8 日真珠湾攻撃により開戦しました。私は大森区調布第三尋常小学校 2 年生でしたが、翌年には尋常小学校は国民学校と名称が変わりました。戦況が厳しくなってきた19 年、母が不治の病と恐れられていた肺結核となり、兄、私、弟の3人に感染しては大変と、母は隔離され、看病と家事や子供たちの面倒をみるため、四国から祖母が上京してきて同居することになったのです。

#### 東京から四国高松に疎開

私が4年生の終わりごろから、とりわけ「学 童集団疎開」の実施が具体的になりました。東 京は物資が不足し暮らしにくい状況に加え、空 襲という噂もあり家々は灯火管制の名の下、屋 内を暗くして暮らし、また庭先には防空壕が造 られていました。

母の病状は一向に良くならず、香川県観音寺市の病院に入院することになり、祖母と私たち子ども3人は高松市に疎開、父は茅ヶ崎市の友人宅から東京に通勤することになり、一家は散り散りになったのです。

#### 戦時下の小学生

高松で5年生の1学期に転入した鶴屋町小学校は明治に開校した古い学校でしたが、コンクリートのように踏み固められた校庭を、シャベルや鍬で掘り起こして、畑にする作業の毎日でした。近くの築港駅に集まる馬の馬糞を大切な肥料として拾うのも日課でした。

担任の女性の先生は、分厚い国語読本を丸めて気に入らない生徒を力いっぱい殴ったりしました。6年生になり高松も危ないとさらに奥地の母の生家がある吉野村に移りました。

#### 山村で終戦

吉野村では学校での農作業はなくなりましたが、松根油を採る作業が課せられました。神社の松並木の大木の幹に傷を付け、松脂のような

ものを採取しました。 炎天下でこの慣れない作業は苦しかった記憶があります。

夏休みの8月15日、同居していた伯母の実家に従弟たちと列車で向かっていると、車内で「戦争に負けたらしい」と誰かが



言い始めて、車内がざわめきました。

その年の9月、一夜で、あたり一面の田んぼの稲が白穂になり不作となることが明らかになりました。来年、はたして女学校に進学できるのだろうか、父や母とはいつになったら一緒に住めるようになるのかと、終戦の混乱や、自分の将来への不安で、夕焼けの田んぼに立ちつくしていたことが、今でも鮮明に思い出されます。

#### 戦後の学校生活

昭和21年4月、善通寺高等女学校に入学し、 片道5キロを自分で作ったわら草履で歩き、琴 平駅で下駄に履き替え予讃線に1駅乗って通学 しました。教科書は粗末なわら半紙に印刷され た仮綴じの薄っぺらなもので、所々が黒くぬり つぶされていました

その頃帰りの列車は、高松から乗って高知方面に帰郷する復員兵でいつも満員でしたが、その日もデッキにぶらさがって乗っていて、腕にかけた鞄からお弁当箱が線路に落ちてしまったのです。これを拾わないと明日からお弁当を持っていけないと、琴平駅から線路伝いに引き返し、途中鉄橋があって恐い思いをしながら、とにかく必死で拾いました。今でも帰郷して列車でそこを通ると思い出します。

物資不足の窮乏の中過ごした疎開生活は、一 生忘れられない苦しい思い出です。今、平和を 享受し平穏に暮らせる日々に感謝しています。



### 協会からのお知らせ



### 春の全国一斉電話相談の報告

開催日: 平成25年3月23日(土)・24日(日)

主催:全国シニアライフアドバイザー協会(北海道・東北・関東・中部・関西・中国・東中国・九州)

後援:(財)シニアルネサンス財団 電話相談員のための事前研修

関東シニアライフアドバイザー協会では春の 全国一斉電話相談開催に向けて、3月17日(日) 新宿区消費生活センターにおいて、心理カウン セラーの吉原有ーSLCによって「傾聴について」 の事前研修を行いました。相談者の心を聴き取 るための大切な研修でした。

#### 読売・毎日・東京・上毛新聞記事掲載

今回は NHK の取材がありませんでしたが、 各新聞社が電話相談の告知記事を掲載してくれ たため、予想以上の電話相談がありました。

<全国の電話相談件数>

#### 関東の2日間の相談数は137件

今年も東北シニアライフアドバイザー協会が 震災の影響で開催できず、全国7か所の協会で 開催しました。相談件数は合計379件でした。 関東では2日間で137件の相談があり、特に 80歳以上の相談者が多く37件もありました。

関東での相談内容で一番多かったのは家族・親族問題で55件もありました。



(全国の分析及び考察はホームページをご覧ください)

北海道	東北	関東	中部	関西	東中国	中国	九州	合計
4 3	0	1 3 7	4 6	5 5	1 5	2 2	6 1	3 7 9

### 第3回、第4回講師デビュー講座報告

第3回目(2月3日)参加者18名

「高齢社会を支える成年後見制度」

田多井克久

「病気を乗り越えて生きる」 西 雄策 「こんな社会貢献もあります

~治験について~」 藤浦久美子 「講師として大切な基本的な事」

柿田 登

#### 第4回目(4月6日)参加者16名

「SLAの資格を活かして」 鈴木冨佐江 「人前で話すことに自信をつけよう」

久保田啓子

「傾聴ボランティア活動の現場からの報告」

鹿又 ワカ

「パワーポイントの作り方のポイント」

佐藤 昌子

#### 体験談は心に響きました

3回目、4回目に発表してくれた6人の方の うち、体験談の内容は心に響きました。限られ た30分の時間で伝えられることは、ほんの少 しですが、体験した中での大事なことを本音で 話してくれたのは、良かったのではないでしょ うか? 第5回目は6月8日(日) 第6回目は 7月7日(日)を予定しています。

### ~首都圏市民公開講座~ 在宅ケアは家族と地域が主役に

#### 医療・看護・介護と市民の連携

2月9日(土)明薬科大学・剛堂会館にて開催協会会員及び一般の方たちが参加して、基調講演、パネルディスカッションが行われました。



### 耳より情報 埼玉から横浜中華街へ一直線に



#### 東急東横線の渋谷駅が地下 5 階に移動

東急東横線と東京メトロ副都心線の直通運転が3月16日から始まりました。埼玉県西部と 池袋や新宿三丁目、横浜との間を乗り換えなし で結ぶ新たな「大動脈」が誕生しました。

3月16日は東横線が代官山~渋谷間で地上を走る最後の日ということで、その姿を見ようと駅舎以外にも多くの人が集まりました。東横線のホームと並行に設置されている渋谷駅東口の歩道橋は、ホームに入ってくる電車を写真におさめようとする人々で平日の昼間から混雑しました。

また、代官山~渋谷間の車窓からは、線路沿いの歩道橋やビルの非常階段に、カメラを構えた人の姿が数多く見えました。切り替えに伴い廃止される日比谷線直通の車両を捕らえようとして、中目黒、自由が丘など渋谷以外の駅にもカメラを持った人が待機していたそうです。

東横線渋谷駅は横浜方面への始発、終着駅として、1日約42万人もの人々が乗降していました。1928年の開業当初はプラットホームは一つでしたが、64年に現在の4ホームになり、同じころ、かまぼこ形の屋根が連なった今の駅舎も完成しました。

渋谷駅では、鉄道ファンだけでなく、一般の人が携帯などをつかって、電車や駅舎、そして駅舎と共に役目を終える電光掲示板、路線図を写真におさめようとする姿も目に付きました。50年弱の間親しまれたホームだけに、別れを



惜しむ人が大勢いました。

駅の引越しは 16 日 未明、3 時間半ほどの突 貫作業で行われ、利用者 それぞれの思い出のつま った旧駅舎は 2013 年 3月26日から5月6日 まで、イベントスペース



として利用されることになりました。

筆者の実家は東横線の渋谷駅そばで、渋谷川を挟んで東横線を毎日眺めていました。鉄道好きの孫たちは、実家に来ると7階のベランダから東横線の通過を眺めて喜んでいましたが、これからは線路が撤去されるのを見るだけになりました。実家のビルの屋上にはNHKテレビの定点カメラが設置され、16日の東横線渋谷駅最後の一部始終が記録されたそうです。

#### JRと東横・副都心線の競争

利用客の多い池袋・新宿~横浜間を東横・副都心線とJR湘南新宿ラインの競争が激化することになりそうです。運賃では東横・副都心線が、所要時間ではJR湘南新宿ラインに軍配が上がっていますので、朝のラッシュ時には湘南新宿ラインが優位です。

東横・副都心線は相互乗り入れする横浜高速 鉄道みなとみらい線、東武東上線、西武有楽町・ 池袋線の沿線に横浜中華街や川越等の観光名所

を抱えていて観光 客は増え、週末に は埼玉から中華街 に出かける人が増 えそうだと期待さ れています。(S)







### 協会だより < 最近の協会の活動と行事予定 >



#### 第11回「通常総会」開催

平成 25年度の通常総会が、5月 25日(土)明治薬科大学「剛堂会館」で開催されます。理事・監事の改選の年でもあり、新しい理事の誕生を期待します。今後の協会活動の重点目標・予算案の議決があります。総会終了後は午後 1

時より 10 周年記念講演会があります。講師は樋口恵子氏です。一般の参加も可能です。参加希望の方は、事務局にお問い合わせください。



#### 10周年記念「フェスタ」開催

「通常総会」「講演会」終了後、「フェスタ」が 開催されます。フェスタのテーマ「つなげよう! 地域の絆」です。会員の皆さんが参加して交流 を深めます。

#### 第7回「シニアライフコーディネーター養成講 座」の日程が決定

高齢社会の課題を探り、社会が求めている地域で活動できる人の育成を目的に発足したシニアライフコーディネーター養成講座が、今年度で7回目を迎えることになりました。

開催日は9月14日・28日、10月12日・ 26日、11月9日・16日の6日間、毎週土曜 日です。(詳細は次ページをご覧ください)

#### 日野市中央公民館高幡分室より講師依頼

「長寿社会で充実した人生を」をテーマに3回 講座を開催しました。()内は講師名

2月27日: ジェロントロジー基礎講座(佐藤)

3月6日:健康長寿と食生活(山下)

3月13日:健康長寿を保つための運動と社会

参加について(佐藤)

3月30日:老後の備えを万全に~長寿社会と

医療保険について~(栗原)

#### シニアライフアドバイザー研修会開催

4月13日(土)東京都しごとセンター講堂において「SLAを考える」をテーマに研修会が開催され、全国から多くのSLAが参加しました。(財)シニアルネサンス財団会長の田中一昭氏の講演があり、午後からは4つの分科会に分かれ、各テーマに沿って熱心に討議されました。研修会終了後の懇親会にも多くのSLAが参加して交流を深めました。

#### 協会活動に参加してみませんか

事務局・行事の企画運営・講座の企画運営・ 広報誌「ビバシニア」編集・「ひろば」編集に 関心のある方は事務局または各編集委員に、お 気軽にお問い合わせください。

#### <広報誌「ビバシニア」の広告を募集します>

- ・主な配布先:会員、シニア関係団体、首都圏 行政の高齢者支援部署、マスコミ紙生活・家 庭関連部署、ミニコミ誌等
- ・発行部数:4000部
- ・発行:4月、8月、12月(年3回)
- ・広告料

1ページ全枠 100,000円 1/2ページ 50,000円 1/8ページ 10,000円



(ご依頼によりデザイン制作を承ります)

高齢者や福祉関連部署、また公民館等行政からの「セミナー・講座」の企画や講師派遣についてのご相談を受けています。下記事務局までお問い合わせ下さい。

#### <編集後記>

特集した相続の問題は個々の状況により違ってきますが、とりあえず整理してみることが大事です。この機会に財産だけでなく人生の総括をして、残りの人生を充実させたいものです。 編集委員:

山下由喜子、佐藤昌子、中村和宣、古屋嘉祥

「ビバシニア」第23号 発行日/平成25年4月30日 (頒価:100円)

< 発行人>特定非営利活動法人・関東シニアライフアドバイザー協会佐藤 昌子〒153-0063東京都目黒区目黒 2-10-5ライオンズマンション101TEL: 03-3495-4283E-mail: info@kanto-sla.comURL: http://kanto-sla.com/FAX: 03-3495-4342

# 《受講生募集》第7回 シニアライフコーディネーター 『養成講座

シニアライフコーディネーターは登録商標です

# あなたも高齢社会や地域で活動する シニアライフコーディネーター R になりませんか?

高齢社会の課題を探り、地域を支える活動を実践できる人を育てます行政や企業で仕事をする時、シニアの課題や実態を基礎から学べます

#### こんな人に受講をお薦めします

- ◆地域行政や企業でシニアに関わる仕事をしている人
- ◆地域社会ですでに活躍しているボランティア・リーダーの人
- ◆第二の人生で自分のキャリアを、何か社会に役立てたいと燃えている人
- ◆定年退職や子育て後、地域社会で羽ばたきたいと考えている人





柴田 博講師

松本すみ子講師

内容・講師
シニアマーケットとコーディネーターの役割・・・・・・・・有限会社アリア代表取締役 松本すみ子
高齢社会とジェロントロジー・・・・・人間総合科学大学大学院教授 日本応用老年学会理事長 柴田 博
シニア期の人間関係 (グループ討議)・自己紹介・・・・・・・・・進行・協会理事長 佐藤昌子
シニアに優しい共用品・・・・・・・・・・・・・・・・・・・財団法人共用品推進機構 星川安之
シニアの賢い経済・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
傾聴と相談の心得・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
終の住居の探し方
暮らしのセキュリティを考える・・・・・・・・・・・全日本セキュリティサポート協会理事長 西久保博
ひとり暮らしの生き方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
NPO・NGO にみる社会貢献・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
医療保険・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・認定登録医業経営コンサルタント 栗原 誠
サクセスフルエイジングを目指して・・・・・・東京都健康長寿医療センター研究所研究部長 新開省二
在宅医療を考える・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
市民自治を理念とした地域社会の創造・・・・・ 元・我孫子市長 中央学院大学教授 福嶋浩彦
相続・遺言と成年後見制度・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
フォーラム 地域活動の事例・協会活動グループ・会員個人活動・・・・・・・・ 進行・協会理事 柿田 登
シニアライフコーディネーター に期待すること・・・・・・・市民福祉団体全国協議会専務理事 田中尚輝まちづくりコーディネーターの仕事・・・・・・聖徳大学教授・全国生涯学習まちづくり協会理事長 福留 強
*************************************

あなたは今後どんな活動がしたいですか」......・・進行・協会理事 山下由喜‐ テーマ・講師は、都合により変更になることがありますのでご了承ください

日時:平成25年 9月~11月 土曜日の6日間(各日とも9:30~16:30予定) 会場:明治薬科大学 剛堂会館 (JR「四ツ谷」)・東京学院・会議室(JR「水道橋」) 受講料:一般30,000円 後援・協賛団体会員20,000円 協会員10,000円

後援:東京商工会議所、NP0 法人生活・福祉環境づくり21、日本応用老年学会

一般社団法人ユニバーサル志縁社会創造センター、NPO法人全国生涯学習まちづくり協会 NPO法人市民福祉団体全国協議会、NPO法人シニアわーくす Ryuma 21、NPO法人SSSネットワーク

**主催:NPO法人 関東シニアライフアドバイザー協会** 問合せ:TEL 03-3495-4283 FAX 03-3495-4342 http://kanto-sla.com/ info@kanto-sla.com

# 一人で悩まないで!

# 常設電話相談「シニアなんでも相談」

11時~15時 03-3495-4283

月曜日~金曜日 住居問題・家族・人間関係・遺言・相続他どんなことでもご相談下さい。丁寧に対応いたします

面接相談もあります:専門家がご相談を受けます(有料)



NPO 法人 関東シニアライフアドバイザー協会



# 東京晴和法律事務所

TEL:03-6278-7722/FAX:03-6278-7723

・受付時間 9:30AM~5:30PM

E-Mail t-seiwa@t-seiwa.com

·住所 東京都中央区築地 1-12-22

コンワビル13階

・最寄駅 東銀座駅(日比谷線・浅草線)

在籍弁護士 8名

弁護士 伊藤健一郎 弁護士 丸山 一郎

弁護士 榎 園 利 浩 弁護士 山 口 勝 久

弁護士 大 関 大 輔 弁護士 和 田 慎一郎

弁護士 藤 本 正 保 弁護士 十 時 麻衣子

Tokyo Seiwa

law office