

関西単身けん 11 月例会(公開講座)

おひとり様の老後対策

～終活／安心して終末期を迎えるための備え方～

吉田清彦 (シニアライフ・プランナー、関西単身けん世話人)

2022 年 11 月 12 日 (土)

於：ドーンセンター

※ 樋口恵子 「ヨタヘロ期」をどう生きる？

※ 「おひとりさまの老後や死後に起こりうるリスクやそのための準備」(「いきわく」)

※ 「老活」

「単身けんニュース」 vol. 186 (2022 年 9 月 30 日号 (石川由紀))

- ・「老活」前にやること
- ・「老活」のいろいろ

■ [認知症]

- ・認知症かもしれないと思ったら
- ・認知症になったら
- ・認知症予防

■ [成年後見制度]

- ・成年後見制度とは
- ・成年後見制度の仕組み
- ・手続き

■ [介護保険サービス]

- ・介護保険サービスを利用するための手続き

■ [在宅医療]

- ・在宅診療・在宅看護
- ・「かかりつけ医」とは
- ・費用はどれくらいかかるか？

■ [在宅死]

※ 終末期医療の意思決定

※ 「在宅みとり」にかかる費用

■ [エンディングノート]

- ・「エンディングノート」とは
- ・いつ書くか
- ・どのようなことを書くのか
- ・書いたあと、どこに置いておけばいいのか (保管方法)、だれに知らせておくのか

■ [遺産相続]

・法定相続分は、相続人が妻と子の場合は、妻は2分の1、子は2分の1

※ 「第二親等」はどこまで

■ [遺言]

・遺言書の書き方

「自筆証言遺言」：遺言者が遺言の全文、氏名、日付をすべて手書きで作成・捺印。

財産目録はパソコンで作成したものでも可。

※ 前書き（思いを書いたもの）があるほうがよい

※ いつでも書き換えられる。

「公正証書遺言」：公証役場にて2名以上の証人の立会いのもと、遺言者が公証人に遺言内容を口述する。公証人は遺言の内容を筆記し、遺言者、証人、公証人が署名・捺印。

※ 記載した金額に応じて作成手数料がかかる。(遺言11,000円＋相続金額の1,000分の1)

・いつ書くのか

・書いたあと、どこに置いておけばいいのか（保管方法）、だれに知らせておくのか

■ [死について]

※ 近藤誠さん、73歳で死亡（死因は虚血性心不全）

近藤誠『医者が教える「がん」にならない30の習慣』（宝島社新書）より

※ 「老いや死に関する名言・卓説」（吉田が今年読んだ本や新聞記事などから）

※ お寺の掲示板の「名言」2例紹介

※ 石蔵文信『逝きかた上手 全身がんの医者が始めた「死ぬ準備」』（幻冬舎）

・「死」の備え

・孤独死

・在宅死・

※ 「死後手続き」への備え

・死亡診断書

・「死亡届」と「火葬許可申請書」の提出

・「火葬許可証」の交付

・葬儀

・各種手続き（年金受給の停止手続き、健康保険・介護保険の資格喪失届の提出）

・相続の手続き

■ [おまけ]

コロナ下を乗り切るための、「免疫力」を上げるヒント」