

2025年9月号

<https://dappe.com>

[mail:dappec@gmail.com](mailto:dappec@gmail.com)



担当部署：JA水郷つくば営農部
営農企画課
土浦市田中1-1-4
電話 029-823-7001

みなさん、こんにちは。

いつも会の運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

今後ともよろしく願いいたします。

今月号は認知症についての特集記事です。

特集 「認知症」を防ぐ&備えるには

身の回りやおカネのことなど認知症への不安はさまざまです。

突然認知症になると銀行口座が凍結され、家族でも預金引出不可となり、又成年後見制度により裁判所が決めた後見人が指定されるケースが発生します。・・・「備えあれば憂いなし」

【 いったいどんな準備をすればいいのか 】

1. ボケる前にやるべきこと

1). 銀行関連

- ・ 預金通帳を集め、名義名などの情報確認。
- ・ タンス預金を預金口座に移す。
- ・ 使用していない預金口座の解約。

2). 保険

- ・ 加入している保険の額、受取人等確認。

3). 証券

- ・ 金融資産を現金化し、相続時のリスクを減らす。
- ・ 証券取引報告書から銘柄、株数等の確認。

4). 不動産

- ・ 不動産登記権利情報と固定資産税納税通知書の保管(評価額記載)。その他に共有名義資産などの確認も忘れずに。

5). その他

- ・ クレカの番号、年会費等情報の整理。
- ・ PC、スマホなどのセキュリティ管理。
- ・ 贈与、相続の任意後見制度等の活用。
- ・ 友人や親戚など連絡先など関係を残す。

- ・ 万一に備え終末期医療も希望を伝える。
- ・ 今迄の葬儀・お墓の伝承と今後の対応。

2. ボケる前の資産管理

項目	事務手続	売却	買付
1). 家族サポート証券口座	◎	○	○
2). 家族信託	○	○	○
3). 成年後見制度	△	○	×

上記のポイント

- 1). 家族に証券取引を任せる制度で手続簡単で家族への移行がスムーズに出来る。
- 2). 本人の資産管理を家族などに託す仕組み。手続複雑、手数料高く信頼出来る相手に。
- 3). 判断能力低下してしまうと裁判所が指定した後見人(弁護士等)の資産管理になる。

2.-1 新制度「家族サポート証券口座」の活用

- 1). 万が一認知症になってしまった場合、銀行口座とともに証券口座も凍結されてしまい、家族であっても引き出せなくなる。
- 2). 今年2月創設の「家族サポート証券口座」は、健康なうちは本人が取引をしますが認知機能が衰え、取引が難しくなった場合代理人が取引開始を証券会社に届け出て本人に代わり、口座を管理可能になる。
- 3). 手続きは、本人が元気なうちに子供など代理人を決め公正証書で委任契約を結ぶ。

2.-2 家族信託

- 1). 財産を持つ人が信頼できる家族にその管理、運用、処分を託す制度で、認知症などの判断能力の低下に備えて円滑に財産承継に「信託契約公正証書」を取交わします。
- 2). 資産を所有する権利はそのままに、管理する権利だけを家族に移しておくことで

信託専用として口座開設し、預貯金の凍結を防ぐことができます。

又、住まなくなった空家の売却等も可能。

2.-3 成年後見制度

認知症、知的障害、精神障害などによつて判断能力が不十分な人の財産管理や身上監護を支援し、権利を保護すること。

1). 法定後見制度

- ・判断能力が衰え家庭裁判所が成年後見人等を選任し、本人の判断能力に応じて財産管理や身上監護を行う制度。
- ・後見人は、弁護士、司法書士が多く、お金の使途はその都度相談要。報酬は毎年24万~72万円も発生する。

2). 任意後見制度

- ・本人が元気のうちに信頼できる親族(子など)又は専門家と「任意後見契約」を結び認知症発症に備える制度。
- ・任意後見契約書は、公正証役場にて公正証書を作成。任意後見人等に報酬発生。

3. 相続について

- 1). 生前対策は公正証書遺言書作成のすすめ。
- 2). 相続人は、不動産(土地、建物)相続で取得したを知った日から3年以内に相続登記が令和6年4月1日から義務化される。

4. 認知症のリスク因子と予防効果

1). 14のリスク因子

順位	リスク因子	改善%
①	難聴/ LDLコレステロール	7%
②	教育歴の短さ/ 社会的孤立	5%
③	うつ病/外傷性の脳損傷/ 大気汚染	3%
4	運動不足/糖尿病/喫煙/ 高血圧/視力低下	2%
5	肥満/ アルコールの過剰摂取	1%

➡すべて改善すれば認知症リスク45%減

※「Lancet」誌に掲載されたもとに作成

- ・①. アルツハイマー型認知症など
 - ②. 積極的にコミュニケーションを
 - ③. アロマセラピーを実施し記憶力も改善
 - 4. ウォーキング7000歩超は、アミノ酸を減らす働きが強まる。
 - 5. 肥満は糖尿病を併発するケースもある。
- ### 2). 「認知症予防」の最新研究
- 山田悠史(米国老年医学専門医)氏
- ・高齢者はスマホを使うことで認知症予防になると判明。(覚えて使う能動的活動)

5. 難聴から補聴器等の選択

《難聴は認知症リスクが最も高い因子》

- 1). 聴覚が衰えると言葉の入口が遮断され大脳に入る刺激も弱まってしまい結果的に難聴が認知症を招くと考えられています。一般的に静かな生活音(40dB)聞えないと既に軽症の難聴の可能性があり、加齢性難聴の治療法はなく、認知症発症前に補聴器対応で軽減する手段です。
- 2). その対応方法として、医療機関を受診し現在の難聴状況を把握し自分の聞き取りに合った補聴器を見つけて認知症防止。
- 3). 補聴器について
 - ・種類・・・耳穴型、耳かけ型、充電式電池式
 - ・高性能な海外製、充実サポートの国産製。
 - ・高価格帯もあるが、自分にあったものを。
 - ・補聴器には最大出力の制限機能があって適切に調整すれば難聴は悪化しない。
 - ・それよりも脳の神経回路を使わないことで音を聞き取る能力が劣化していくことが怖い。補聴器で音を届けてそれを予防できるメリットがあるようです。
- 5). 補聴器以外の選択肢
 - ・米アップル社はイヤホン「AirPods Pro 2」聴覚サポート付を4万円で販売中。(医療用補聴器との違いを臨床研究中)

最後に高齢化から認知症は当たり前、でも家族に迷惑をかけないためにも今から準備を。

特集担当は飯野さんでした。

QRコードは2025年4月からの年間予定です

9月

9/02 WEB

9/09 定例会 写真講座

9/16,23 WEB

9/30 定例会、PCフォーラム発行など

10月

10/07 WEB

10/14 研修会・・・撮影会

10/21 WEB

10/28 定例会、PCフォーラム発行

