

大人の情報紙シニアズ特別号

想活

2022

シニア世代に送る
自分や周りの人を想い
行動することの大切さ

情報紙シニアズは、
家族や自分に関わる周りの人が
よりよくあるために、
家族や自分に関わる周りの人のことを
考える機会ができればとの想いより、
「想活」という言葉を考えました。
「想活」はシニア世代がこれからの
人生を想い考えるための活動です。

～そうかつ～

その笑顔のために

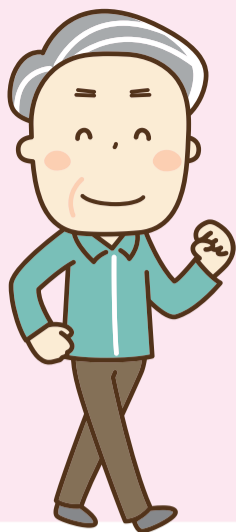
大人のための情報紙 シニアズ
Senior's
無料配布

2021.12月【特別増刊号】

UD Font シニアズは本文組にUD(ユニバーサルデザイン)フォントを使用しています。

目次		
2P 巻頭「フレイル予防で健康寿命を延ばそう」	4P 盛岡地方法務局	6P 三陸パーツセンター
3P 北日本銀行	5P ケア・ルーツ	7P ワンストップ
3P あっとホーム	5P リスハウスプラン	7P ケアベッツ盛岡
3P マルシン	5P アート不動産	8P 岩手都市開発
4P 岩手銀行	6P 岩手総合法律事務所	8P ユニバーサルライフ
4P 住宅金融支援機構	6P 吉昭石材工業	
	6P 東北労働金庫	

近年、「終活」と呼ばれる言葉を聞く機会が増えましたが、「終活」は高齢者自身が人生のエンディングに向けて準備を行うことを指すことが多いかと思えます。「終活」をしようしようと先延ばしにしていたら、突然の病や認知症で「終活」を行うことができなくなってしまう。やり方がわからないし、まだいいかな。という人もいるかと思えます。そのなかで、現在必要とされているのは、エンディングを迎えるためだけでなく、現在から未来へ向けて、自分や家族の生活をよりよいものにしていくために行う準備なのかもしれません。「想活」は、これからの人生を前向きに考え、自分や家族、自分に関わっている周りの人たちがよりよくあるためにどうしたらいいかを想う活動です。家族への想い、健康でいることへの想い、最後を迎えるための心の整理など、いまの気持ちにひとつずつ向き合っていくのが「想活」なのです。



「フレイル予防」で健康寿命を延ばそう



「最期まで元気でいたい」、「寝たきりになって家族に迷惑をかけたくない」とは、誰もが考えていることだと思います。健康寿命を延ばすこと、そのためには「フレイル予防」が重要なキーワードになります。家族や周りの人たちの負担を減らし、自分自身の人生を最後まで楽しむためにもフレイルについて理解することが大切です。

①フレイルとは？

ひと言でいえば、「加齢によって心身が衰え、家に閉じこもりがちになる状態」です。身体的衰えだけでなく、気分や認知機能の低下、独居や貧困など社会的問題も含み、これらが相互に影響し合っただけでなく、フレイルの状態に陥ります。65歳以上高齢者の10人に1人以上がフレイル、3人に1人程度がフレイル予備軍と考えられています。フレイルは早期に適切な対応により要介護状態に進まず、むしろ健康状態に戻るものなので、ここが寝たきりか健康寿命延伸かの分かれ道になります。



②フレイルになるとどうなる？

フレイルでは身体能力が低下し、転倒して骨折したり、歩けなくなったりします。病気にかかりやすく、入院がきっかけで寝たきりになる可能性もあります。また、認知機能の低下や感情が不安定になることもあります。これら心身の衰えと社会・環境的要因の悪化が重なりあうことで、フレイル高齢者は死亡率が高いことも知られています。



③簡単にできる、フレイルチェックをしてみよう！



①半年で2kg以上の体重減少



②筋力低下
握力で見ると
男性26kg未満
女性18kg未満



③わけもなく疲れる



④5m歩くのに5秒以上かかる



⑤軽い運動や定期的な運動をしていない

当てはまる項目が1~2個でフレイルの前段階、3個以上でフレイルに!

市町村でもチェック項目を用いてフレイル予防事業や医療機関へつなげることも行っております。

④フレイルの予防のためには？

フレイル予防のためには「栄養」、「運動」、「社会参加」の3つが重要な要素です。

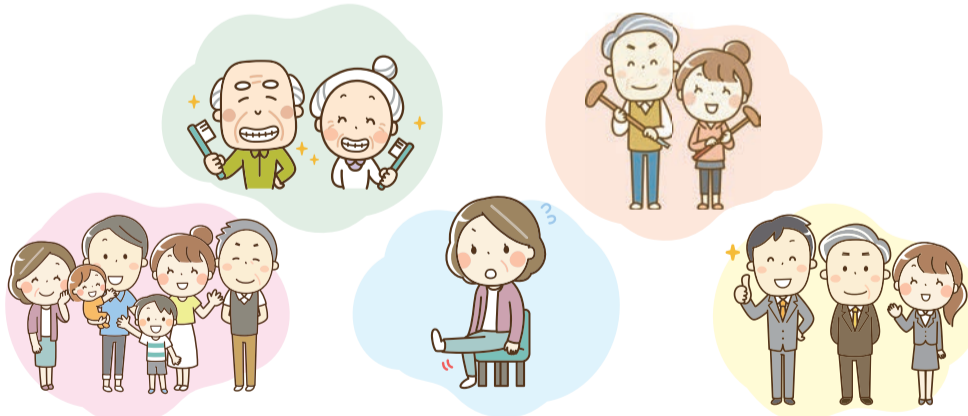
まずは体の筋肉や骨を維持するために十分なエネルギー、タンパク質、カルシウム、ビタミンなどを取る必要があります。なかでもタンパク質は重要で、肉、魚、大豆、卵、乳製品などを意識的に食べる、あるいはこれらの食品を普段の食事にプラス一品として加えるのも良いと思います。また、しっかり食べるためにもお口の健康も重要です。噛む、話す、飲み込むなどの機能低下から栄養状態の悪化、さらに心身の機能低下まで連鎖する状態を「オーラルフレイル」と呼んでいます。口に関する衰えも放置しないで、ぜひ歯科の先生にご相談してみましょう。

2つ目が運動習慣です。運動不足により筋力が低下し、バランス感覚が鈍ることで転倒リスクが高まります。また心肺機能や骨密度の

低下にもつながります。無理のない範囲で、習慣的に体を動かすことが大切です。最も手軽な運動はウォーキングですが、普段より少し早足で腕を振って歩くのが効果的です。また、椅子から立ち上がる運動や膝を伸ばす運動、片脚立ち、かかと挙げなどは下肢の筋力維持・増強に役立ちます。もちろん普段からやっているスポーツを続けることでも良いですね。

3つ目は社会とのつながりを持つことです。高齢になり社会的つながりが薄くなることで身体的フレイルが始まるのがわかっています。最近の研究から、文化活動や地域活動に取り組むことが、フレイル予防の特効薬となり得ることがわかってきました。ウィズコロナ時代、感染予防はあたりまえのこととしながら、お仲間との交流や地域の活動にも積極的に参加することが、心と体の健康維持のためにとても大切です。

（この部分は上記の3つ目の文脈で読み直すべきです。内容は「社会的つながり」に関するものです。）



⑤思いやりとしての人生会議

最後になりましたが、今回は「人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）」についてひと言。誰にでも訪れるお別れの時、残される家族や大切な人に不安や後悔を感じさせたくないものです。そのための準備が人生会議です。

自分の意思を伝えられなくなったときに備え、あなたが大切にしている価値観や希望するケア

などをご家族やかかりつけ医などと普段から話し合い、共有しておくことが大切です。「人生会議」は将来の自分と残される人たちの不安や後悔を減らすための思いやりの活動でもあります。

ときには「人生会議をしようか」と持ちかけながらも、しっかりと「フレイル予防」に取り組むことが、なによりの「想活」ではないでしょうか。

内丸メディカルセンターから

高度外来機能病院として役割を担います

内丸MCでは、大学附属施設としての高度専門外来機能に加え、患者さんを総合的に診るプライマリ・ケアの充実を目指す、新しい地域医療のスタイルを構築し、特定機能病院である附属病院（本院）との密接な連携のもと、利便性の高い地域医療の拠点施設となることを目指しています。また歯科医療センターでは、高度な診断、治療提供体制を備えながら地域に密着した歯科医療を提供しています。医大移転後の内丸MCについてご存じない方も多いようですが、盛岡市内中心部で以前とほぼ同様の外来診療を行い紹介状の有無に関わらず受診が可能です。



〒020-8505 岩手県盛岡市内丸19番1号 Tel. 019-613-6111(代表)

記事監修

岩手医科大学 救急・災害・総合医学講座総合診療医学分野 教授
内丸メディカルセンター センター長

下沖 収 先生

- 1988年6月 岩手県立中央病院 研修医
- 1990年4月 岩手県立釜石病院 外科
- 1992年4月 岩手県立住田病院 外科
- 1994年4月 陸前高田市国保広田診療所 所長
- 1997年4月 岩手医科大学 第一外科・細菌学 研究生
- 1999年4月 岩手県立久慈病院 外科 外科長・副院長
- 2015年4月 岩手県立千厩病院 外科・病院長
- 2017年4月 岩手医科大学 救急・災害・総合医学講座 総合診療医学分野 教授
- 2019年9月 岩手医科大学附属内丸メディカルセンター長



融資—本人から家族

シニア思いの住宅ローン

若い頃に建てた住まいも、変化などにより新築や便利建築数十年前も建てば修繕が必要箇所が出てきます。また、年齢を重ねることでバリアフリー住宅へのリフォームが必要になった、あるいはライフスタイルや家族数の

変化などにより新築や便利場所への住み替えを検討しなればならないということになるかもしれません。ところが、いざリフォームや新築を...と思っても、収入が年金中心のシニア世代になると、住宅ローンや返済負担も少なく、元金返済に困ることもありません。また、(悠活)は、50歳以上のシニア世代に向けた住宅ローンで、毎月の支払いは利息のみで返済負担も少なく、元金返済に困ることもありません。また、(悠活)は、50歳以上のシニア世代に向けた住宅ローンで、毎月の支払いは利息のみで返済負担も少なく、元金返済に困ることもありません。



〈悠活〉に関するお問い合わせ・ご相談は、お近くの〈いわぎん〉窓口または盛岡ローンプラザへ

シニア世代の住宅ローンに関するお問い合わせ・ご相談は、お近くの〈いわぎん〉窓口または盛岡ローンプラザへ

シニア世代の住宅ローンに関するお問い合わせ・ご相談は、お近くの〈いわぎん〉窓口または盛岡ローンプラザへ



また、(悠活)はノンリコース型(相続人が返済義務を負うことはない)のため、担保物件の売却代金で返済した後に借入金が残った場合でも相続人による返済は不要ですが、もし相続人が担保物件の相続を希望する場合は、相続人による一括返済も可能です。

融資—本人から家族

シニアの住まいを思い描く

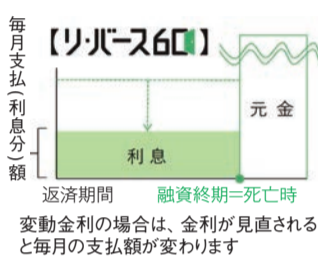
60歳といえば定年退職を迎え、新たな仕事や趣味を始めたり、将来どうしようかと考える方も多いため、第二の人生を考えるタイミングでこれから過ごしていく住まいのことも一緒に考えてみる。



60歳からの住宅ローン【リ・バース60】

満50歳以上満60歳未満の方が利用できる【リ・バース60】もあります。この場合はご融資の限度額が異なります

60歳からの住宅ローン【リ・バース60】



お借りに当たっての注意

- 生活資金にはご利用いただけません。
- 投資用物件の取得資金にはご利用いただけません。
- 借入申込先は【リ・バース60】取扱金融機関になります。
- 商品内容は金融機関ごとに異なります。
- 【リ・バース60】のお借入れには、金融機関および住宅金融支援機構の審査があります。審査結果によっては、お客さまのご希望に沿えない場合があります。
- 連帯債務でお借入れをされた場合の融資の終期は、主債務者および連帯債務者が共に亡くなったときです。

独立行政法人
住宅金融支援機構
(旧「住宅金融公庫」)

営業時間/9:00~17:00
定休日/土・日、祝日及び年末年始
連絡先/【リ・バース60】ダイヤル
☎0120-9572-60(通話無料)

リバース60

ご融資期間は終身なので、ご自宅に住みながら一生ご利用できます

ご融資期間は終身なので、ご自宅に住みながら一生ご利用できます

岩手銀行
【盛岡ローンプラザ】
住所/盛岡市本宮5丁目13-8(岩手銀行本宮支店)内
営業時間/平日10:00~18:00
土・日・祝10:00~17:00
※5/3~5/5および12/31~1/3は休業
連絡先/☎0120-436-020

岩手銀行 悠活

自分の思いを残そう エンディングキット特集

近頃の終活には欠かせないエンディングノートや遺言書作成キット。家族が困らないように自分の情報や介護や葬儀の希望を残すものですが、最近は家族への思いを残せるものもあつたりと、さまざまな特徴のものがあります。そんなエンディングキットの特徴をまとめてみました。

- ~エンディングキット選びのポイント~
- ① 残したい内容で選ぶ (記入する項目や量に違いがあります)
 - ② 記入欄・項目の量で選ぶ (記入欄が小さかったり項目が多いと筆が進まなくなることも)
 - ③ +αの機能で選ぶ (収納ケースやノートカバーなどが付いているものもあります)

銀行口座や重要な連絡先など **必要な情報をまとめた**

通帳や印鑑、年金手帳など **貴重品をまとめた**



エンディングノート(もしもの時に役立つノート)

自分に関する情報をまとめられるノート。医療、介護、お墓などの希望から銀行口座や保険、クレジットカード情報、重要な連絡先なども残せるので日常でも役立ちます。大切なデータディスクや写真を収納できるケース付き。

■KOKUYO ■LES-E101 ■1,793円(税込)



自分まとめファイル

もしもの時に必要な通帳や印鑑、年金手帳や大切な手紙などが一目でわかるようにまとめられ、さまざまなサイズの書類を収納できるポケットファイルボックスと小物を入れられるフリーボックスのセット。

■キングジム ■AM2525 ■5,280円(税込)

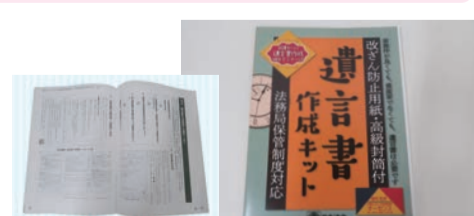
家族や大切な人を相続トラブルから守るため **自分の意思をきちんと残したい**



遺言書キット※法務局「遺言書保管制度」対応

わかりやすい解説の「虎の巻」ブックが付いているので初めてでも簡単に遺言書が作成できます。下書き用紙と本紙があり横書きで書きやすく、一度開封すると印が残る特殊な保管用封筒もあるので安心。

■KOKUYO ■LES-W101N ■2,893円(税込)



遺言書作成キット※法務局「遺言書保管制度」対応

遺言書作成の手引きから改ざん防止の複写式の遺言書専用紙が入っており、法務局で使える遺言書保管申請書も付いているので法務局へ預けようと考えている方は使いやすいセットです。

■日本法令 ■相続13 ■1,870円(税込)

遺言書—本人から家族

あなたの最後の手紙を守ります

自分が亡くなった後、相続できる誰かに伝えてい続て家族や親族が争うことのないよう、遺言書を作成する方が増えています。自

自分が亡くなった後、相続できる誰かに伝えてい続て家族や親族が争うことのないよう、遺言書を作成する方が増えています。自

預けて安心! **自筆証書遺言書 保管制度**

あなたの大切な遺言書を守ります

全国の法務局でご利用いただけます。

遺言書の保管の申請には **3,900円**が かかります。

手続には予約が必要です

法務省民事局

相続開始後、遺言書が法務局に保管されていることを相続人などに通知を出してくれるので、残された家族も安心できます

相続開始後、遺言書が法務局に保管されていることを相続人などに通知を出してくれるので、残された家族も安心できます

遺言書は 残された家族へ意思を託す 最後の手紙

盛岡地方法務局 供託課

住所/盛岡市盛岡駅西通1丁目9番15号 盛岡第2合同庁舎
営業時間/8:30~17:15
定休日/土・日・祝日
連絡先/019-624-9857(直) 担当:櫻井
その他/花巻支局・二戸支局・宮古支局・水沢支局

自筆証書遺言書保管制度

見守りサービス—本人と家族

頼れる遠隔見守りサービス

離れて二人で暮らす高齢の親の心配や、就職や学業などで上京した子どもの身を案じるなど身近な人の安心を見守りたい気持ちはいつどの時代も同じものです。特に最近は、感染症や地震や洪水、豪雪など自然災害のリスクが高まり、どこに居てもどんな時も危険と隣り合わせ。そんな離れた人の心配を遠くから見守れる安心を備えたアプリがますます注目を集めています。小さい子やお年寄りにも使いやすい「Hachi」アプリをインストールしてiPhoneや、外出・帰宅をメールで通知する「おでかけ通知機能」など、安心プラス使い勝手の良さが魅力です。



アプリ導入済のiPhoneとアップルウォッチのデモ機も貸し出し可能。お気軽にお問い合わせください

「Hachi」アプリをインストールしてiPhoneや、外出・帰宅をメールで通知する「おでかけ通知機能」など、安心プラス使い勝手の良さが魅力です。高年齢の両親や一人暮らしの子どもなど離れた暮らしの家族の見守りのほか、持病を持つ家族、アスリートなどの健康管理など幅広く活用されている「Hachi」。現在は、常勤医師が不在の八幡平市「ケア・ルーツ」にご相談を。



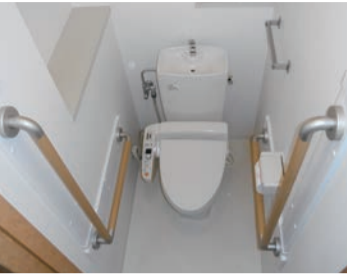
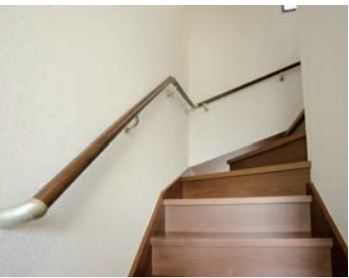
みまもりサービス「Hachi」公式販売代理店
ケア・ルーツ株式会社
住所/盛岡市中太田新田25-583
連絡先/019-613-8423

ケアルーツ hachi

リフォーム—本人から家族

介護保険で安心リフォーム

階段やトイレに手すりを付けたら、部屋と廊下の段差をなくしたり。今お住まいの住宅に少し手を加えるだけで、日々の暮らしがより快適に安全に進化します。特に、運動機能の低下が心配な高齢者の住まいには、日常の動作を優しくサポートする工夫が必要です。



「リスハウスプラン」では、住み慣れた住宅でいつまでも安心して暮らせるよう、介護リフォームのお手伝いをしています。玄関や廊下への手すりの取り付け、床の段差の解消、居室や浴室の床材を滑りにくい素材に変えるなど、自宅での転倒事故を防ぎ、車イスや歩行器でも移動しやすい安全な住環境を提案します。また、出入りしやすい扉に変えたり、トイレを和式から洋式にするなど、暮らしのニーズに寄り添いきめ細やかなプランニング・施工を行います。



条件を満たせば、費用の自己負担を軽減する支援サービスが利用できます。要介護認定の方は「居宅介護住宅改修費」、要支援認定の方は「介護予防住宅改修費」の支給対象となり、介護保険から上限18万円の給付が受けられます。介護する側もされる側も、できる限り負担を減らすことで気持ちに余裕ができ、住まいがより快適になると考えています。



「ご縁」をいただいたお客様に全力を注ぎます。
自分の子どもに誇れる仕事がしたいです!

リスハウスプラン

住所/滝沢市大釜風林391-2
営業時間/8:00 ~ 17:00
定休日/日曜日
連絡先/090-4310-6608

リスハウスプラン 滝沢



八幡平市メディテックバレープロジェクトとは、過疎地域特有の地域課題解決のために八幡平市主催で立ち上げられた産官学プロジェクト

令和時代の生前整理

『デジタル遺品』による契約トラブルに注意

コロナ禍の影響でインターネットサービスを利用するためスマートフォンやパソコンを手にするようになったシニア世代は多いのではないのでしょうか。亡くなったあとデジタル端末に残っている情報に家族が気づかずにいると困った事態を招いてしまう可能性があります。



デジタル遺品とは

スマートフォンやパソコンなどに保存されている写真やファイル、SNSやネット銀行の情報などデジタル端末を介さない内容がわからない遺品のことで、他者が容易に見えないという性質があります。

サブスクリプション契約

サブスクリプション(利用料定額支払い)を利用していただけ、サービス提供元は契約者の死亡を把握できません。契約者のID・パスワードから解約手続きをするのが一番ですがIDなどが分からない場合は、自動引き落とし先のクレジットカードなどを停止すれば一旦請求が止まります。しかし、注意しなくてはならない点もあります。

注意① クラウドサービスを利用していた場合

インターネット上にデータが保管できる「クラウドサービス」を定額料金で利用していた場合、支払いを停止してしまうと保管しているデータも消失してしまいます。

注意② 解約になっていないケースも

クレジットカードを停止しても契約が継続しており、滞納となる場合があります。可能であれば事業者へ契約状況を確認しましょう。

デジタル端末のロック解除

セキュリティのため、スマートフォンやパソコンにロックをかけていると思いますが、このロックが解除できないというケースが非常に多くなっています。通信キャリア会社や端末メーカーがロック解除に応じることは原則ありませんので、使っているスマートフォンなどの端末の特徴とパスワードを控えておけるよう対策をとることをおすすめします。

電子決済サービスやSNS

電子決済サービスは気づけずにいると数十万円の残高をそのまま放置してしまう可能性があります。SNSもアカウントを閉鎖するために海外の運営元に問い合わせるスムーズに進まず、うやむやになってしまうことがあります。デジタル関連サービスは普及して日が浅く契約者が亡くなった際のノウハウが十分になくトラブルに発展するケースもあるようです。

ID・パスワードを見つけてもらえるように

解約や停止が必要なサービスと各ID・パスワードを見つけてもらえるよう整理しておくのが一番です。スマートフォンなどの履歴などから利用していた金融機関やサービスが特定できる場合もあるので、スマートフォンやパソコンの特徴とパスワードだけでも控え、預金通帳や年金手帳など貴重品と保管するなど家族に見つけてもらえる工夫をしましょう。

消費者ホットライン
188 (いやや)
ご家族が亡くなった後、契約関連でお困りの際は消費生活センターへご相談ください。

相続—本人から家族・近隣の方

家族に託して備えること

不動産相続について気になるけれど、「何から始めていいのかわからない」とお困りの方は多いと思います。相続に関する最初の窓口として気軽に相談しやすいのが、アート不動産が運営する「盛岡アート相続サポートセンター」です。基礎知識を初めての方でもわかりやすく説明してくれるので安心。相談によっては手続の判断能力がなくなると契約の締結、不動産の売却ができなくなってしまうので、そのリスクの備えとして今注目をされているのが「家族信託」です。自身が元気なうちに信用できる家族に不動産を託すことで、後に認知症になっても家族で管理や売却がスムーズに取り行えることができます。売却できることが重要です。健康である今こそ、自分から行動することで家族の心配事や互いの不安もなくなり、まずは相談し足を運んでみては。



盛岡アート相続サポートセンターが開催している定期セミナーでは、相続の基礎知識について学びます

紹介もしてもらえ、幅広いサポート体制が魅力です。特に多いお悩みは「親が高齢で財産管理が心配」という受け継ぐ家族側からの相談。何かあったら対応するのでは、何



(株)アート不動産

住所/盛岡市本宮3-11-11
営業時間/9:00 ~ 17:30
定休日/水曜日(繁忙期除く)
連絡先/019-634-0440

アート不動産

相続対策セミナー開催中

相続する方・される方に役立つ内容で、初心者でもわかりやすいと大好評。4回シリーズで相続の基礎知識が学べます。ご興味のあるテーマのみのご参加も大歓迎。まずはお問い合わせください。

法律・税務一本から家族

早めの相談・対策で思いやり

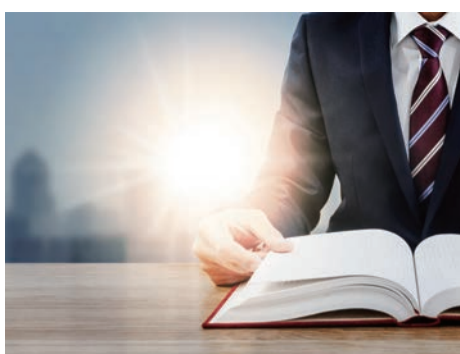
何かしら家庭内外で問題が変わり相続税・贈与税の適用範囲が拡大になったこと、またどこに相談したら良いかと思つたことなどはありませんでしたか。

例えば、数年前から制度



が変わり相続税・贈与税の適用範囲が拡大になったこと、またどこに相談したら良いかと思つたことなどはありませんでしたか。

例えば、数年前から制度



親身になって法律と税務の両面からの確かなアドバイスをくれるので、どんな不安も相談できます

選択肢も見落としてしまひます。この分野の法律は戦後久方ぶりの大改正がありました。予め関心を持って自分で法律の勉強や税務の本を読み始めても、新旧の情報

自由が利かなくなつてからでは相談できる選択肢も狭まっています。そうなる前に、公が認めた間違った相手が、少ならず安心につながります。岩手総合法律事務所では法律全般を取り扱う法律事務所、税務や企業財政のサポートを行う税理士事務所があり、複数の弁護士と税理士が強力なタッグを組んで依頼者をサポート。士業

岩手総合法律事務所 八木橋伸泰 税理士事務所

住所/盛岡市神明町10番15号
連絡先/法律事務所 019-653-5679
税理士事務所 019-613-2115

岩手総合法律事務所

検索



法律と税務の両面からサポート

相続の不安に寄り添います

相続一本から家族

家、土地、預貯金、有価証券。自分が亡くなった後、誰に何をどれくらい遺すのか、相続について考えたことはありますか。もし遺言書がなければ、財産の分配について相

家、土地、預貯金、有価証券。自分が亡くなった後、誰に何をどれくらい遺すのか、相続について考えたことはありますか。もし遺言書がなければ、財産の分配について相



「遺言信託業務」は、遺言書で指定された信託会社が行う安心のサービスです。大切な財産を確実に遺すために、心身ともに健康な今のうちから相続の準備を始めませんか。

「遺言信託業務」は、遺言書で指定された信託会社が行う安心のサービスです。大切な財産を確実に遺すために、心身ともに健康な今のうちから相続の準備を始めませんか。



東北労働金庫

営業時間/9:00~17:00
定休日/土・日・祝日・年末年始
連絡先/0120-1919-62

東北ろうきん

検索

相続関連業務 取次の主なイメージ

- ① 相談のご希望
- ② サービスのご紹介
- ④ ご面談
- ⑤ 相続に伴うさまざまな問題や相続手続きでのお困りごとへのトータルなサポート(ご提案・アドバイス等)
- ⑥ ご契約

お客様

山田エスクロー信託

家族の絆を形に残して

墓石一本から家族

年に何度か訪れるお墓参り。静かに手を合わせながら、「こんなことがあったよ」「子どもはこんなに大きくなったよ」とご先祖さまに伝えることで、安らぎを感じる方も多

年に何度か訪れるお墓参り。静かに手を合わせながら、「こんなことがあったよ」「子どもはこんなに大きくなったよ」とご先祖さまに伝えることで、安らぎを感じる方も多



養鶏場を営んでいた方のデザイン墓石

身近に感じているようです。合葬墓や墓じまいについて知りたいという方は、代行業者とのトラブルも耳にしますの

身近に感じているようです。合葬墓や墓じまいについて知りたいという方は、代行業者とのトラブルも耳にしますの

(有)吉昭石材工業

【西バイパス店】住所/盛岡市向中野2-58-18
連絡先/019-681-7969
【新庄店】住所/盛岡市東新庄2-26-31
連絡先/019-625-1759
営業時間/10:00~18:00

吉昭石材工業

検索

先を考えた車の選択を

車の相談一本から家族

「乗らずに放置していたら動かなくなっていた」「畑で倉庫として使っていた車を撤去しなければいけない」など、先の考えなしに車を放置している場合があります。その車の所有者が亡くな

「乗らずに放置していたら動かなくなっていた」「畑で倉庫として使っていた車を撤去しなければいけない」など、先の考えなしに車を放置している場合があります。その車の所有者が亡くな



乗らずに放置している車は価値がどんどん下がっていきます。早めに相談しましょう

三陸パーツセンター

盛岡支店
営業時間/9:00~18:00
住所/紫波郡矢巾町大字高田第11地割24-1
定休日/第2土曜・日曜・祝日
連絡先/019-681-4377

三陸パーツセンター

検索

「吉昭石材工業」ではご希望に応じて複数あるお墓を力所にまとめたり、姓が違

「吉昭石材工業」ではご希望に応じて複数あるお墓を力所にまとめたり、姓が違



心も石でも 吉昭石材工業

嵐でも供養できる墓石「嵐くん」。灯が消えないよう石で囲われているので、天候の悪い時でも安心して拝める

嵐でも供養できる墓石「嵐くん」。灯が消えないよう石で囲われているので、天候の悪い時でも安心して拝める

この先、家族みんなで拝みに来てもらえるよう、お墓をきれいに整えてみませんか。

この先、家族みんなで拝みに来てもらえるよう、お墓をきれいに整えてみませんか。

ペットのご供養なら盛岡動物霊園へ

盛岡動物霊園では、亡くなったペットのご供養をしています。安らかに永遠の眠りにつけるよう、飼い主様をお手伝いいたします。もしもの時は、お気軽にお電話ください。

【火葬場】住所/盛岡市向中野6-1-1の1
【霊園】住所/岩山 盛岡カントリークラブ手前
連絡先/0120-594200
※携帯電話・県外のお客様は、019-635-5942



廃車になった車は解体されてパーツ別に再利用されます

「乗らずに放置していたら動かなくなっていた」「畑で倉庫として使っていた車を撤去しなければいけない」など、先の考えなしに車を放置している場合があります。その車の所有者が亡くな

「乗らずに放置していたら動かなくなっていた」「畑で倉庫として使っていた車を撤去しなければいけない」など、先の考えなしに車を放置している場合があります。その車の所有者が亡くな

廃車にする際の手続き

当社では岩手県全域の廃車、中古車の無料査定&買取、面倒な廃車手続等を行っております。



家族の幸せを繋ぐ相続を

「相続相談 一人から家族」

昨今では、高齢者人口の増加とともに、亡くなる人も毎年増加が続いています。同時に増え続けているのが相続についてのトラブルで、年間15000件以上のトラブルが発生している

調査によると、約8割の人が自分には関係ないという誤解や、どこに相談したらいいかわからないという結果が出ており、相続に対する意識の低さが問題となっています。資産を引き継ぐ相続となると、自宅や貸地、賃貸マンション、農地など不動産資産をどうするか、という問題は避けては通れない道です。



「勤務目的ではなく、相続のトラブルをなくしたいという一心で相談を受けています」とワンストップ菊池直樹さん

近年、日本人の相続対象となる資産の内訳調査で、金融資産が2割に満たないのに対して、住宅・不動産資産はおよそ7割という結果が出ています。資産を引き継ぐ相続となると、自宅や貸地、賃貸マンション、農地など不動産資産をどうするか、という問題は避けては通れない道です。

ワンストップには、相続の専門知識を持つ相続診断士がいるので、トラブルなく円滑に手続きができるようサポートしてくれまます。「幸せをつなぐこと、めめない相続を実現すること」をモットーとして、親身になって対応しています。

は有効的だといえます。



て相談のつてくれます。今持っている不動産がどれくらい価値があるのか、相続をするとしたらどのような評価されるのか、アドバイスも行うことが大切です。

遺族の争いに発展することも多い相続問題。「相続」が「争族」ともなれば家族の絆は失われ、今後自分の子どもや孫世代にまで影響が出てしまいます。そういったトラブルを防ぐためにも今から整理をし、安心して後世につないでいきましよう。まずはお気軽に無料査定から始めてみませんか。

nestop-inc

(社) 岩手県宅地建物取引業協会会員
(社) 不動産終活支援機構会員

(株)ワンストップ

住所/盛岡市飯岡新田6地割14-4-2F
営業時間/9:00~17:45
定休日/火曜日、祝祭日
連絡先/019-613-4181

ワンストップ 盛岡

検索

飼い主とペットの幸せをつなぐ

ペット介護・サービス 一人から家族・ペット



「ペットは飼えないけど、ペットを見て癒されたいなあ」というときも気軽に遊びに来てください

ペットも人と同じように年をとって病気や認知症で介護が必要になることがあります。大切なペットが介護を必要としたとき、飼い主も高齢化して自分の暮らして精一杯だしたら...そんな飼

い主とペットの幸せを思い、さまざまなサービスを提供しているのがケアペット盛岡です。対象は、犬・猫に限らず、小動物、爬虫類、昆虫などすべてのペット。病気が寝たままのペットのお世話を代行して、急な用事で預けたいという時には、「デイトタイム利用(2時預かり)」や「ペットホテル」で安心して預けられるので大助かり。専用部屋は犬34室、猫12室あり、長期預かりも可能です。ホテル滞在中は希望すればドッグラン利用もOK。約70平米もの広いドッグランは小型犬・大型犬で時間を分けているので、飼い主さんも安心して愛犬を遊ばせることができます。ドッグランだけ気軽に利用で

◆デイトタイム/1時間800円~・1日(9時間)5,760円~
◆ペットホテル/小型犬2,400円~・猫2,000円~
大型犬5,400円~
◆ドッグラン/1日フリータイム500円、1カ月1,500円
◆ねこカフェ/40分 大人500円・子ども(小学生以上200円、幼児無料)

急な時も電話1本で即対応



ケアペット盛岡

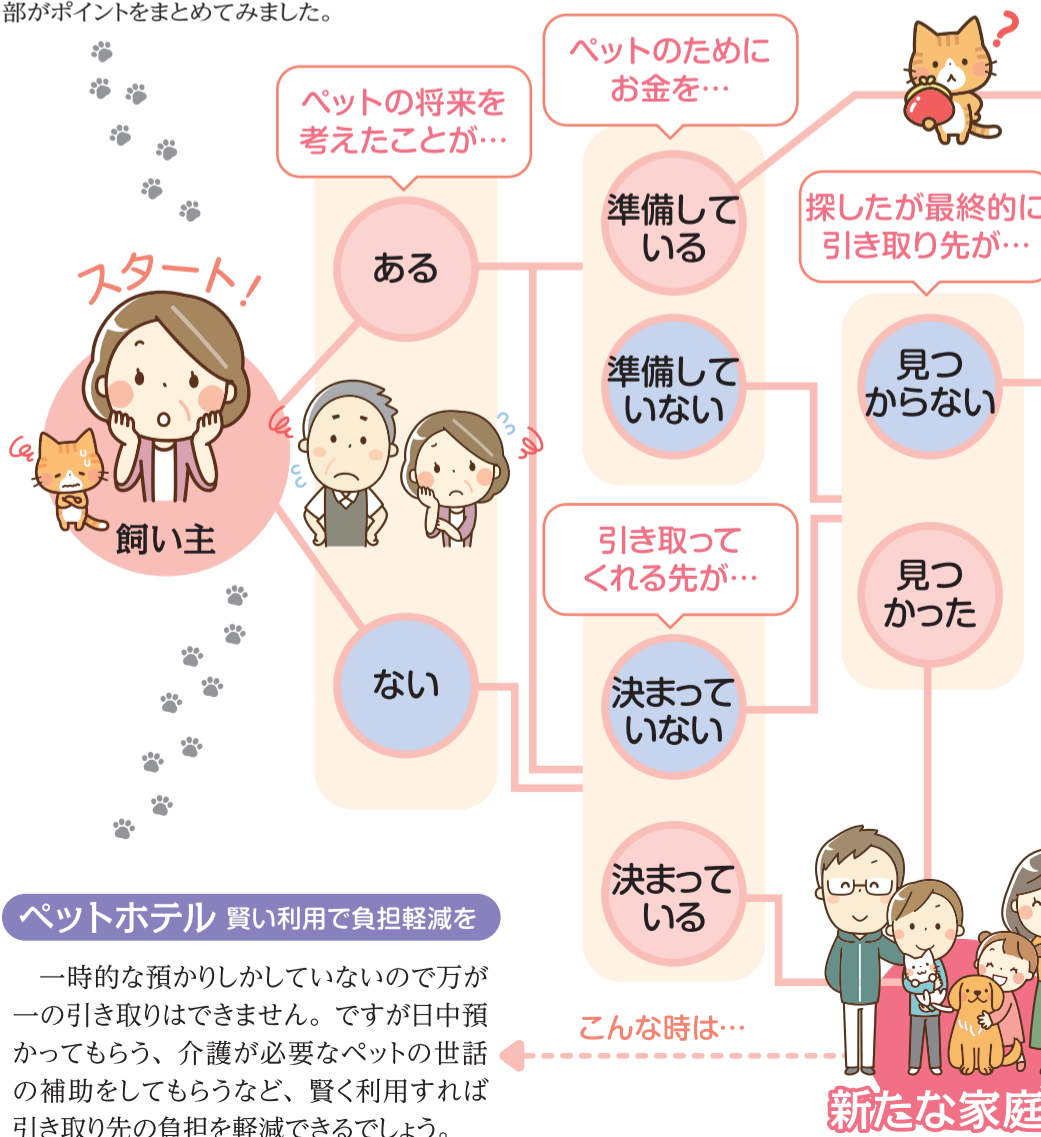
住所/盛岡市稲荷町14-27
営業時間/8:00~20:00
※時間外受付電話は019-645-4111まで
連絡先/019-645-5800

ケアペット盛岡

検索

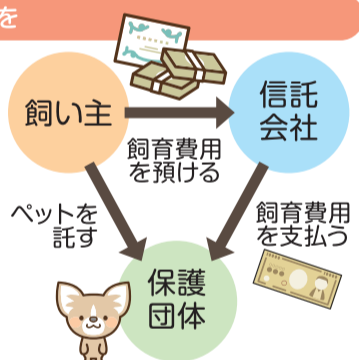
ご自身にもしものことがあった時 残されたペットはどうなる?

ペットの飼育数が増えている現在、ペットを飼っている方も多くでしょう。しかしシニア世代は、ペットを飼い続けられなくなる事態も予想されます。家族や友人に飼育を引き継いでもらうのが理想ですが、どんな選択肢があるのか各所からお聞きした内容をもとにシニアズ編集部がポイントをまとめてみました。



ペット信託 万が一の時の備えで安心を

信託会社と契約を結び、ペットの飼育費用や医療費を信託財産として残しておく仕組みです。飼い主が亡くなったのち、国の認定を受けた保護団体が費用を受け取り飼育を引き継いでくれます。費用の支払いは一括と、月々の保険料を支払う方法があります。飼い主の健康状態に不安がある場合は加入できない場合もあります。



老犬・老猫ホーム ペットのための老人ホーム

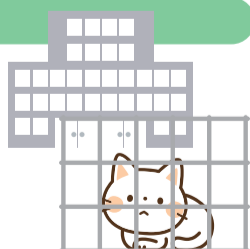
年離れたペットを有償で引き取ってくれるのが老犬・老猫ホームです。費用はかかりますが、高齢・要介護のペットを引き取って終生飼育してくれます。県内では数が少ないのが現状です。

愛護団体 事前の相談で心強い味方に

譲渡会やマッチングサイトなど里親を探すノウハウがあります。しかしボランティアによる運営も多く、受け入れに余裕がないため急な引き取りは難しいことも。将来的に飼育が難しくなるような場合は、力になってもらえるか早いうちに相談してみましょう。

保健所 行き場のないペットの最後のとりで

どうしても引取り先が見つからない場合は、保健所に相談を。ただし条件によっては引き取りできない場合もあります。県内の保健所では極力殺処分をしない取り組みがされていますが、ペットの状態によっては譲渡が難しく、殺処分となることもあり得ます。



ペットのためにも早めの準備を!

いずれも共通するのは「早めの準備が必要」ということ。もしもを考えて家族や友人と話し合っておきましょう。元気なうちに引き取り先を決めるのが理想的。吠え癖がある・攻撃的なペットや、飼い主にべつたりの甘えん坊は、新たな引き取り先がなかなか見つからず、普段からのしつけが大切です。大切なペットに大好きな飼い主のそばで安らかな一生を終えてもらうためにも、この機会にペットの将来を考えてみませんか。

新たな家庭へ

ペットホテル 賢い利用で負担軽減を

一時的な預かりしかしていないので万が一の引き取りはできません。ですが日中預かってもらう、介護が必要なペットの世話の補助をしてもらうなど、賢く利用すれば引き取り先の負担を軽減できるでしょう。

こんな時は...

土地・相続 | 本人から家族

空き家の問題を共に解決

年々、社会問題として深刻化していく「空き家問題」。子世代もそれぞれ家や土地を持ち、親の家や土地のある場所に戻ってくるということもだいぶ少なくなっています。空き家になってしまうきっかけの多くが相続。所有者が亡くなると、不動産は子どもが相続するというのが一般的ですが、手続きが面倒という理由で空き家化してしまう場合も多くみられます。相続をした子世代も、幼少期を過ごして愛着がある家や土地で思いもたかさんある、大切にしていきたい(ほしい)というでしょうが、現実問題空き家の管理を怠り、放置してしまうとさまざまな問題に直面してしまいます。

平成27年5月に施行された「空家等対策の推進に関する特別措置法」では、空き家の所有者には適切な管理をする責務があると定められています。そのままにすればいずれ屋根や外壁が剥がれたり窓ガラスが割れたりなど劣化が進みます。もし家が倒壊し、隣接する家屋に被害が出たり通行人に怪我をさせた場合、空き家の所有者の責任となり損害賠償を請求される可能性があります。想定される損害額は数千万円から数億円。もし放置した空き家のせいで誰かの命を奪ってしまったら…。取り返しの付かなくなる前に適切な管理の仕方を考えなくてはなりません。

創業40余年の「岩手都市開発」は、確かな経験と



実績で土地・建物の査定・買取りをはじめ、建物の解体や管理に関する相談にも応じています。相談・調査・査定は無料、秘密厳守で行ってくれるので安心です。

隣接地所有者の立会や測量不要で、建物解体工事・家財道具の処分も不要。庭木庭石撤去や整地も必要ないので、そのままの状態でも引き渡せます。さらに相続登記されていない不動産や、差し押さえ・債務が残っている不動産でも対応した実績があるので、買取りに不安要素がある物件でも相談に乗ってくれます(不動産によっては買取りできない場合もあります)。また賃貸として再利用を希望する場合は賃貸契約の承継など責任をもって対応し

てくれて、手間のかかる手続きのフォローもしてもらえます。

空き家を現状のままでも買取ってもらった方々からは、「思っていたより手間が掛からなかった」「思っていたより早い対応してもらえた」「思っていたより買取価格が良かった」そんな声も多く頂いているそうです。

また、空き家を売却した後は、物件の売却時期、売却方法、売却価格などによって、税金の特例、控除及び軽減などが該当する制度もあるそうです。

家族、地域、社会、そして自分のために、思い入れのある不動産をトラブルのもとにしないよう、元気な今のうちから想活による備えが大切です。

空家等対策の推進に関する特別措置法には…

空家等は、個人の資産です。管理者、または所有者には、空家等を適切に管理する「責務」があると定められています。屋根や外壁が落下、崩れるなどして他人が怪我をした場合、空き家の所有者の責任となり損害賠償を問われる可能性があります。

例えばこんなことが起こる可能性が…(想定事故例)

空き家倒壊 約2億1千万円の損害額!

壁材等落下 約5千600万円の損害額!

建物が倒壊し隣接の家屋が全壊。夫婦、女児が死亡

傷んだ壁材等の落下により男児が死亡

買取価格をご提案します!!

現状の状態でも買取ります!!

価格査定無料 **ズバリ価格**

- 解体工事・家財道具処分不要!!
- 隣地立会測量不要!!
- 屋外庭木・庭石撤去不要!!
- 秘密厳守!!

※物件の条件等により買取りできない場合がございます

(株)岩手都市開発

住所/盛岡市山岸4-9-1
営業時間/平日9:00~17:00
土曜9:00~12:00
定休日/土曜午後・日曜・祝日
連絡先/019-662-7771

岩手都市開発

空き家を放置することで窓ガラスが割れたり建物の傷みから倒壊の危険性も。被害が出る前に、今から対策をしていくことが大事です

生命保険 | 本人から家族

自宅でがん検査 最新の保険で備える

日本人のがん患者は増加を続け男性は3人に2人、女性は2人に1人はがんになると言われています。完治が難しく転移の可能性もあり不治の病と思われていますが、早期発見できれば治療法の幅も広く、生存率も高まります。もし自分が「がん」と診断されたら、思い浮ぶのは家族など身近な人たちではないでしょうか。そんなかけがえのない人たちに経済的・精神的に安心してもらうため、最新の保険で備えませんか。

最近注目の、優れた嗅覚を持つ線虫によるがん検査「N-NOSE®」。がん患者の尿に含まれる特有の匂いに反応する性質を利用し、尿一滴で15種類のがんがステージ0、1から判定でき、86%という精度でがんのリスクがわかるスクリーニング検査です。検査費用14,700円(回収料込み)と安価で申込み、数日でキットが届きます。採尿し専門業者に回収してもらえば約6週間で結果表が郵送されるので体に負担をかけず検査できるのもメリットです。この高精度な検査の相談、そこからの最適な保険選びをしてくれるのがユニバーサルライフ株式会社です。「滝沢の滝野さん」でお馴染みのユニバーサルライフ(株)では24社の生命保険会社の商品を取り扱い、相談者の家庭状況や将来のライフスタイルも視野に入れた



ベストな保険の提案・アドバイスをしてくれます N-NOSE®でがんのリスクが判明しても保険に加入したいという相談も受けているのでぜひ来て欲しいと支社長の滝野さん。特にがん保険や医療保険は2、3年で内容が変わるので定期的に保険内容を見直したほうが良いそう。シニア世代は昔入った保険で保障内容は足りている、ずっと保険料を払い続けたのに今から変えられないなど見直す機会が少ないかもしれませんが、過去に加入した保険のまま有

効活用できる方法もあり、また今の保険はほとんどが85歳まで入れるので、加入時とライフスタイルが変化したタイミングで最適な保険に選び直すのは得策です。

「100%保障できる保険はないから、必ずメリットとデメリットを伝え、望む条件に合う保険選びをサポートしています」と滝野さん。病気後の生活や自分や家族のことも含めてアドバイスをくれるので安心して相談できます。治療費や収入、今後の不安を保険で安心に変えていきませんか。



自宅でのがん検査を可能にした「N-NOSE®」(写真左)。凍らせた尿を専門業者に回収してもらって約6週間で結果が届く。がんのリスクや持病があっても加入できる保険があるのでぜひ相談してほしいと支社長と副社長の滝野さん親子(写真中央)



ユニバーサルライフ株式会社 岩手支社

住所/滝沢市鶴飼八人打2番地8
営業時間/10:00~18:00
連絡先/019-658-9316

ユニバーサルライフ 岩手