

# たまゆら終活応援レポート

第045号 平成29年8月1日

## 平均寿命が更に高くなりましたが…

平均寿命→男性：80.98歳 女性：87.14歳

2017年7月27日に厚生労働省が発表した、2016年分の『簡易生命表』の概況を発表した。

2016年における日本人の平均寿命は、男性が80.98歳、女性が87.14歳となっている。右図はその数値をグラフ化してみましたが、戦後から今日まで下がることなく伸び続け、2013年に男性の平均寿命が初めて80歳を超えてからは4年連続更新しています。

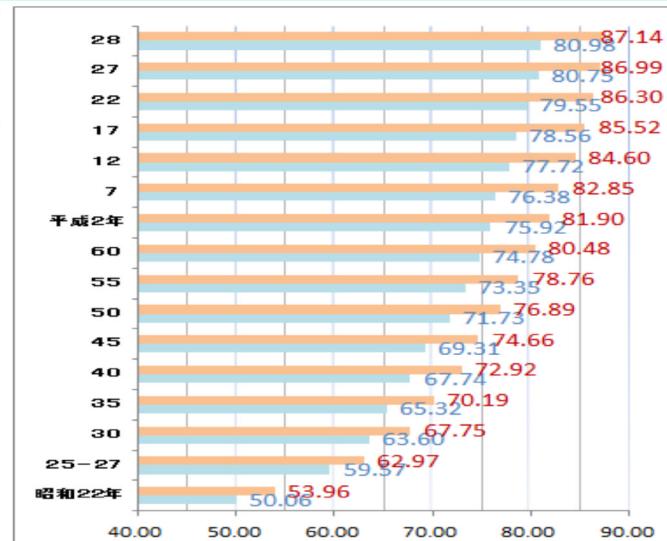
男性より女性の平均寿命が長いのにはいくつかの理由があると云われています。

**【ホルモンの働き】**男性と女性のホルモンの違い……。

悪玉コレステロールの濃度を下げる働きがある「エストロゲン」により女性には心疾患が少ないこと。

**【基礎代謝が少ない】**男性より女性の方が基礎代謝が低く女性の方が少ないエネルギーで生きて行けるのと、環境の変化にも馴染める性質をもっている。また、基礎代謝が少ないので老化を促進させる活性酸素ができにくい。

**【健康チェックをしている】**女性は毎日のように頻繁に鏡を見て顔色などから健康状態のチェックをしているこ



とが多い。また、ちょっとしたことでもクリニックに行って検診を受けるのも女性の方です。何よりも、日頃から食事のバランスに気を配っていることや、おしゃべりに花を咲かせてストレス解消ができるのも女性ならではの歴然とした理由かも知れませんね。

(健康生きがいづくりアドバイザー 細野孟士)

## 29年7月の資産形成塾／終活応援セミナーの活動報告

### ■ たまゆら資産形成塾



◆講師 富永てつ也氏 (富永てつ也税理士事務所 税理士)

◆ 7月14日(金) / 第10回・資産形成塾 in 文京区民センター3階  
元・国税庁特別調査官が見た! 相続の失敗事例と成功事例  
**本当にあったまさかのお話…しくじり相続事例集**  
**へそくりも相続財産ですよ!**

相続が発生した時の相続人によるドラマがある。お父さんが亡くなった一次相続の時には、不動産(自宅)と預貯金など殆どの財産をお母さんが相続すると宣言したが、子供たちから異論もなく相続が済んだ。ところがお母さんが亡くなり二次相続の話し合いとなった時、預貯金の残高が少ないことを指摘した独身の三女は、お母さんが生前6人の孫たちの名義で預金していたことや、押し入れの奥に現金を仕舞い込んでいたことを知っていた。通帳の名前が孫たちの名前になっていてもそれは名義預金といって相続財産として扱われることになります。



社会環境や家庭環境によって経済背景が違う相続人はそれぞれの立場が主張することが異なってくるのは当然のことです。

一次相続が発生したら必ず二次相続が発生するのですから、できるだけ早い時期から資産税に強い税理士に相談し、その家族の歴史とそれまでの財産の流れを説明した上で、税制上有利な施策を用いて混乱がなく相続ができるようにしておかなければ、被相続人として失格です。

二次相続が起きた後に相続人たちが納得できる相続にしたいもの。



二次相続の時は、母のへそくり問題などの遺産分割の赤裸々なドラマがあるという。

# 自分が生きている内に…死亡保険金を利用できるのをご存じですか？

## 『契約内容を知っていれば生命保険を有効活用できるのです』

### ◆特約の内容を知って…自分も家族も安心！

保険金を受け取れるタイミングは、被保険者が亡くなつた時だけではないのをご存じでしょうか？

生命保険金は、被保険者の貴方が、亡くなつていなくてもご自身で保険金を受け取ることが出来て、有効にお使いいただくことが出来るのです。

代表的なものとしては、

- ①『高度障害保険金』
- ②『リビング・ニーズ特約』
- ③『ナーシングニーズ特約』

によって保険金を受け取ることができます。

そして、いずれもの場合も『非課税』で保険金を受け取ることが出来るのです。

### ①高度障害保険金

《高度障害状態》とは下表の内容になります。

もしも、被保険者が《高度障害状態》になつてしまつたら**保険金全額**を受け取ることができます。

当初の死亡保険金の使い途通りにお使いになつても良いですし、より良い治療を受ける為にお使いいただいて良いですし、もちろん、受け取った保険金はどのように使ってもかまいません。

#### 《高度障害状態》

高度障害状態とは、次のいずれかの状態をいいます。

- (1) 両眼の視力を全く永久に失つたもの
- (2) 言語またはそしやくの機能を全く永久に失つたもの
- (3) 中枢神経系・精神または胸腹部臓器に著しい障害を残し終身常に介護を要するもの
- (4) 両上肢とも、手関節以上で失つたかまたはその用を全く永久に失つたもの
- (5) 両下肢とも足関節以上で失つたかまたはその用を全く永久に失つたもの
- (6) 1上肢を手関節以上で失いかつ、1下肢を足関節以上で失つたかまたはその用を全く永久に失つたもの
- (7) 1上肢の用を全く永久に失いかつ、1下肢を足関節以上で失つたもの

例えば、3億円の保険契約をしていた方が咽頭がんで声を失い《高度障害》になつてしまつたような場合でも、3億円の保険金を受け取ることができます。そして、手術後の新しい生活環境を一新させるための費用として自由に使用することができるのです。

### ②リビング・ニーズ特約

被保険者が、医師の診断により余命6ヶ月以内と判断された時、**保険金の全額**、若しくは**一部**（3千万円上限）を受け取ることが出来るのです。

保険金が3千万円以下の方はその全額を…、3千万以上の方は3千万円までとなります。

但し、以下の件がありますので確認して下さい。

- (1) 「指定保険金」に対する6ヶ月分相当の利息と保険料相当額が差し引かれます。
- (2) すでに《保険金貸付》を受けている場合には、その元利合計金額も併せて差し引かれ（精算）ます。

末期がんで余命宣告され《リビングニーズ特約》により保険金を受け取った後に、本人や家族の協力体制により民間療法を取り入れて治療にあたり、周囲からは奇跡の生還と云われて元気になった人も実在します。

一命を取り留めた上に、受け取った保険金で新たな生活を送つていらっしゃる方もいます。

### ③ナーシング・ニーズ特約

保険料を払込み終了した後で、被保険者の年齢が満65歳以上の時に公的介護保険制度の「要介護4」または「要介護5」と認定された場合、リビング・ニーズ特約と同様に**保険金全額**、若しくは**一部**（3千万円上限）を受け取ることが出来ます。

リビング・ニーズ特約は、ほぼ全ての保険会社がサービスとして付加していますが、ナーシング・ニーズ特約はまだ一部の保険会社のみの保険商品です。

特約を付けたからといって保険料が高くなるなどの負担はありません。

### ◆生命保険は被保険者と家族に優しい…

今まで、生命保険商品を買っても「自分が死んだ後の家族のために…」という意識で契約していた方が多かったと思いますが、契約の特約により、万一のアクシデントがあつても、自分が生きている間に保険金を受け取つて家族とともに新たな生活を送つことができるのですから、生命保険は被保険者や家族にとって、優しいものなのだと、改めて見直してしまいます。

（ファイナンシャル・プランナー 細野孟士）

## 認知症予防・新書 No.4 4

特定非営利活動法人 認知症介入指導協会

代表理事 清輔喜美男

<http://www.ninchisho-yobo.jp>

### ～熟年離婚は認知症になる～

疫学的調査でこんな報告があります。

(Neurology 53 : 1953-1958, 1999)

65歳以上の3,675名を5年間追跡調査をした結果、同居者のアルツハイマー病になるリスクを1とすると、独居者のリスクは2.68であったと報告されています。

中年期女性の結婚への満足度は、男性の三分の一で「私は私」と個別化意識が強い。

離婚も勇気・決断・再出発と前向きに考えている。

それでは、男性は熟年離婚に対してほとんど選択権がなく、なすすべがないのか？

「前頭前野」の活性化が認知症予防に効果的だとされて、①目と目を合わせる、②コミュニケーション

ンをとる、③言語化する、④些細なことで怒らない…などが推奨されている。



離婚のほとんどは、夫が妻の話を傾聴し、コミュニケーションを大切にすれば避けられるという。

更に「妻の話をよく聞く」には、前述の①②③が不可欠であり、「いちいち話しなんか聞けるものか」と怒りがちな人は、我慢して聞くことによって④も満たすことができる。

即ち、「妻の話を聞く」ことは熟年離婚の回避だけでなく、認知症も回避できることになるのです。

(認知症予防研究Vol. 10より)

ああ…、いつまでたっても男は辛いですね～。

認知症にならないためにも、配偶者とのコミュニケーションを大切にして、超高齢社会を楽しく生きていきましょう！

『輝きのある終活』を目指して、「認知症回避」の方法を語り合いましょう。

## 看取り士日記より…No.4 1 ～空間は慈愛に満ちて～

あさがおのやさしい青色に幼い日の思い出を重ねる季節。

私が親しくさせていただいている在宅医師、長尾和宏先生のブログの中に下記のような文章があった。

6回目か7回目の呼吸困難でのSOS電話が早朝5時にかかってきた。またいつもと同じ希望だったので、大病院に連絡して救急搬送となつた。

しかし到着寸前に呼吸が停止し、救急救命師や医師たちが心臓マッサージをしたという。あらゆる蘇生処置を施したが、今回ばかりは蘇生できず、亡くなられたとのこと。蘇生処置成功が続いても、当然、いつかは限界があるので。命はどこかで終わるがくる。

そんな文章をため息まじりに読ませていただいた後、お電話をいただき、恵子さん（86歳）のもとにかけつける。ご自宅に訪問し、そのドアを開けた瞬間、透明感の高い空間に驚く。そしてお部屋の中に入ると、その空間はやさしい光に包まれていた。

人は旅立ちの時、25メートルプール529杯分の水を瞬時に沸騰させるほどのエネルギーを出すと言われている。この膨大なエネルギーがお家、全体を清らかさで包んでいた。そこには、ほのかに甘い香りすら漂っていた。空間は愛、それを確信した時



日本看取り士会  
会長  
柴田久美子さん

間だった。

お身体に触れると、言葉を失うほどに穏やかで安らかだった。ご家族にそれをお伝えすると、ご家族の中に温かい空気がさらに広がる。息子さんは「抱きしめるなんて何十年ぶりだろう」と照れながらお母様を抱かれる。

人は、赤ん坊として光の存在そのもので生まれてくる。そしてまた旅立つとき、私たちは光の存在として旅立っていく。私たちは死を見るのではなく、命そのもの、光に寄り添う存在なのだ。

その後、娘さんからこんな言葉をいただいた。

「大役を終えた母は孫たちひとりひとりの到着を待つて皆に触れられながら、やすらかに静かに息を引き取りました。

とても静かで神聖な時間を親族皆で過ごしました。

心豊かで幸せな最高の看取りを経験することができました」空間を光に変えて、愛する人々に抱きしめられて旅立たれた恵子さんに感謝 合掌

### 【お問い合わせ先】

一般社団法人日本看取り士会  
一般社団法人 在宅ホスピス なごみの里  
〒701-1145 岡山市北区横井上1609-2-107  
TEL 086-728-5772 FAX 086-239-3992  
Twitter: @ShibataKumiko  
<http://mitorishi.jp/>  
<http://nagominosato.org/>

No.55

## 『第11回 ホロニックス資産形成塾』

### おもしろ税ミナー

相続・節税の疑問・質問・謎 etc...

みなさまの？(ハテナ)をモニタリング

なるほど納得 質問事例

◆講師：一般社団法人 相続アドバイス倶楽部 主宰  
JICA一般社団法人 相続診断協会パートナー

**富永 機也 氏**

国税庁職員として40年以上勤務し、直近6年間は、特別国税調査官として現場で辣腕を振るわっていました。

相続の現場から見える問題点をわかりやすく解説すると共に、現在は、JICA相続診断協会の相続専門家として資産家を守る「笑顔相続」普及に努められています。



◆日時：平成29年9月22日(金曜日)  
午後14時00分～16時30分  
休憩 15:00～15:10

◆会場：文京区民センター 3階 3D会議室  
(文京区本郷4-15-14)

※今回の会場はシビックセンターではありません。  
お間違えのないよう、お越しください。

- ・都営三田線・大江戸線「春日駅A2出口」徒歩2分
- ・東京メトロ丸の内線「後楽園駅4b出口」
- ・南北線「後楽園駅6番出口」徒歩5分
- ・JR水道橋駅東口徒歩15分

◆会費：無料

◆定員30名 お申込先着順！！

※無料「個別」相談会も開催いたします。  
ご予約は弊社までご連絡ください。

No.56

## 『第12回 ホロニックス資産形成塾』

### おもしろ税ミナー

相続税の申告は必要？相続財産は減らした方がいい???

みなさまの？(ハテナ)をモニタリング

相続の悩み・疑問のポイント

◆講師：一般社団法人 相続アドバイス倶楽部 主宰  
JICA一般社団法人 相続診断協会パートナー

**富永 機也 氏**

国税庁職員として40年以上勤務し、直近6年間は、特別国税調査官として現場で辣腕を振るわっていました。

相続の現場から見える問題点をわかりやすく解説すると共に、現在は、JICA相続診断協会の相続専門家として資産家を守る「笑顔相続」普及に努められています。



◆日時：平成29年10月20日(金曜日)  
午後14時00分～16時30分  
休憩 15:00～15:10

◆会場：文京区民センター 3階 3D会議室  
(文京区本郷4-15-14)

※今回の会場はシビックセンターではありません。  
お間違えのないよう、お越しください。

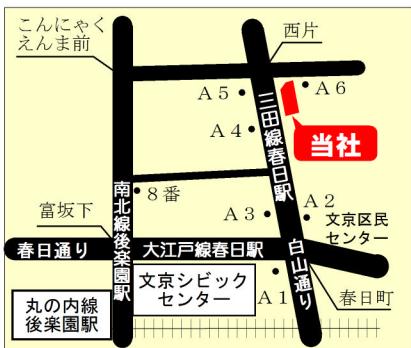
- ・都営三田線・大江戸線「春日駅A2出口」徒歩2分
- ・東京メトロ丸の内線「後楽園駅4b出口」
- ・南北線「後楽園駅6番出口」徒歩5分
- ・JR水道橋駅東口徒歩15分

◆定員30名 お申込先着順！！

※無料「個別」相談会も開催いたします。  
ご予約は弊社までご連絡ください。

平成29年9月7日(大安)に移転します。

カウンセリング・サロン『たまゆら』



専門家の皆さん！  
勉強会・研究会の拠点  
茶話会の会場として  
《ご縁》が広がり  
笑いと笑顔のある  
楽しいお部屋として  
ご利用をください。

移転先：113-0033  
文京区本郷4-25-8 7階  
レッチフィールド本郷4丁目ビル



リラックスしてお話しいただけます