

第5章

親が高齢化、死亡した場合のための備え(生活維持のための自助)

(ファイナンシャルプランナー)

畠中 雅子・浜田 裕也

はじめに

ひきこもりが長期化し、お子さんの年齢が高齢化するほど、親側も希望が見いだしにくくなる。また、お子さんの年齢が高くなるほど、相談する先も減っていく。相談の場が減れば、社会復帰の可能性も低くなってしまおうのが、ひきこもりのお子さんを取り巻く現実である。そのため、「この子がひとり残されたら、どうやって暮らしていくのだろう」と悲嘆にくれる親も多いはずだが、お子さんが残された場合、全てのケースで生活は成り立たないのだろうか。

答えは、ノーである。実際に相談現場で、ひきこもりのお子さんのライフプランを立ててみると、親が持つ資産額、あるいは持ち家の状況によっては、お子さんの生涯の生活設計まで立てられるケースはいくつもあるからだ。そこでこの「章」では、親が持つ資産を活用することで、お子さんが一生食べていけるような「サバイバルライフプラン」を提案していく。

1. まずは「働けない状況が続く前提」でプランを立てる

サバイバルプランの前提となるのは、「お子さんが働かなくても、生きていけるプラン」=「お子さんの一生涯の生活が成り立つプラン」を模索していくものである。いきなり、「一生働けないこと」を前提としたプランを考えると、親側は少なからずショックを受けるが、ショックはできるだけ早い時点で受けてしまったほうがよいと考えている。先送りするほどプランは立てにくくなるからだ。もちろん、途中でお子さんの状態が改善し、収入を得られるようになることは十分に考えられる。

正社員として勤めるのは無理でも、派遣社員やパート、あるいはアルバイトなどで収入を得られる可能性はもちろんある。親側は、「正社員になること」にこだわるケ

ースが多いが、サバイバルプランを立てる際は、アルバイトの収入が継続して発生するだけで、かなりプランは好転する。正社員になるという高いハードルを超えることにこだわらず、アルバイトの収入があるだけで、プランがどのように変化するかを提示することは重要だと考えている。そのため、お子さんが正社員となり、継続した収入を得るようなプラスの材料は、プランを作成し始める時点では考慮しないことにしている。

プラスの材料は、サバイバルプランの「上方修正」に当たるので、できることや選択肢が増えていく。上方修正に当たる好材料は、後回しにしてもよいからである。まずは最悪の状況（＝働けない状況が永久に続く場合）でも、お子さんの生活が成り立つのかどうかを確認していく作業が重要である。

2. 親の資産・負債の洗い出し

（1）親の資産の洗い出し

これから検討するプランは、ひきこもりのお子さんが親の持つ資産、あるいは本人の公的年金などを活用して生活を維持することを目指すプランである。そのため、最初に親の資産・負債を洗い出すことから始めることになる。正確な金額を出すのは難しい面もあるので、大まかな目安を出す、という気持ちで臨むのがよいだろう。

資産はまず、「現金預金などの流動資産」と「不動産」の2つに大別しよう。この2つの資産のバランスによって、プランの立て方が変わってくるからである。後述するが、プランの成立を左右するのは、「お子さんの一生の住まいが確保できるか」であり、現在の住まいが持ち家であれば、そこを起点にお子さんの住まいの確保を考えることになる。しかし、事前に資金が足りなくなることが分かれば、場合によっては不動産を売却し、お子さんの住み替えを検討することになるかもしれない。

まずは、それぞれの資産の把握方法を紹介していこう。

現金預金など

- （ア）普通預金（貯金）、定期預金（貯金）などは通帳を、財形貯蓄をしている場合は、毎年3月末と9月末の残高が記載されて届く、残高通知書を参照する。
- （イ）国債、社債は満期時に返ってくる金額（購入金額と同額）、株式、投資信託は現在の価格（直近の終値）で計算をする。

(ウ) 保険は、保険証書に書いてある保障内容を確認するとともに、解約した場合に受け取れる解約返戻金額を参考にする。保険証券に解約返戻金額が記載されているものもあるが、記載がない場合には、保険会社に電話で聞いておくとよいだろう。養老保険や終身保険、個人年金保険などの貯蓄性のある保険では、解約返戻金も多く発生する。

不動産

マンションや土地の価格は、立地や築年数、経済状況などの個々の条件により大きく変わり、正確にはじき出すことは非常に困難である。とは言え、不動産価格をつかまないと、資産の総額がつかめないのので、ここでは大まかに計算する方法を紹介する。また、一戸建ての家屋は年数とともに価値が減少していき、売却時に加算の対象にならないケースもあるため、ここでは資産に含めないものとする。

(ア) 固定資産税明細書を利用する

持ち家の場合、毎年4月～6月頃に固定資産税納税通知書が送付されているはずである。通知書の中には固定資産税課税明細書が同封されており、この明細書には「価格」という項目がある。この価格を0.7、あるいは0.8で割ると、その不動産の本来の価格が大まかではあるが計算できる。

手元に明細書がない場合、固定資産税評価額を利用するとよい。固定資産税評価額が分からない場合は、住所地の都税事務所又は市役所などの役所で確認するか、自治体の中には、インターネットで調べられるところもあるので、ネット検索をしてみるとよいだろう。この固定資産税評価額を0.7、あるいは0.8で割ると、先ほどと同様に価格が大まかに出せる。

固定資産税の明細書が手元にある場合

価格(円) ÷ 0.7 あるいは 0.8 = 本来の不動産価格(円)

固定資産税の明細書がない場合

住所地の都税事務所又は市役所などの役所で、固定資産税評価額を確認する
固定資産税評価額(円) ÷ 0.7 あるいは 0.8 = 本来の不動産価格(円)

（イ）路線価を利用する（土地のみ）

路線価は、道路に接している土地 1 m²当たりの価格を表している。単位は千円。路線価が200とあった場合、土地 1 m²当たり 200 × 1,000円 = 200,000円 = 20万円となる。路線価は、国税庁のホームページ又は税務署で調べることができる。路線価と土地の面積が分かれば、次の計算をすることにより、大まかな土地の価格が出せる。

$$\text{路線価（千円）} \times \text{土地の面積（m}^2\text{）} \div 0.8 = \text{本来の不動産価格（千円）}$$

土地が複数の道路に囲まれている場合は、一番高い路線価で計算をすればよい。もう少し詳しく計算をしたい方は、国税庁のホームページ <http://www.rosenka.nta.go.jp/> に計算例があるので、それを参照するとよいだろう。また、路線価が定められていない土地を持っている場合は、前述の固定資産税評価額を利用することになる。

（2）負債の洗い出し

住宅ローンやその他のローン、あるいは奨学金の返済などがある場合、それらは負債として計上する。住宅ローンの残高は返済予定表や融資残高明細書で、その他のローンは明細書やインターネットで調べることができる。負債の残高が不明な場合は、借入れ先に電話で問い合わせ、残高を確認しておく必要があるだろう。

（3）活用できる資産の洗い出し

これまで計算してきた資産の総額から、負債の総額を引いたものが、活用できる資産（純資産）となる。この純資産を基にして、サバイバルプランを立てていくことになる。

$$\text{（資産の総額）} - \text{（負債の総額）} = \text{活用できる資産（純資産）}$$

表1 資産と負債の記入例

(単位:万円)

資産		負債	
現金	200	住宅ローン	600
普通預金	400		
定期預金	1,500		
財形貯蓄			
国債・株式・投資信託	800		
保健	300		
その他商品			
A 現金預金など合計	3,200	C 負債合計	600
土地	6,000	活用できる資産(純資産) A+B-C	
マンション			
B 不動産合計	6,000	8,600	
資産合計 A + B	9,200		

3. 親の収入・支出について

資産の洗い出しを終えたら、次は親の収入と支出をチェックする。年間収支の把握ができれば、今後の生活設計が立てやすくなるからである。また、年間収支が黒字であれば、その分だけお子さんに残せる資産は増えていき、赤字ならばその逆となる。お子さんに残せる資産を把握するためにも、収支の把握は必要である。

とは言え、「子どものことで手一杯で、とても家計簿をつけるところまで手が回らない」という親もいるはずである。そのような場合は、家計簿をつけることにこだわる必要はない。以下に一例を挙げるので、それを参考にして月々の収支を記録していこう。もちろん、今まで家計簿をつけていた方はそのまま続けていけばよい。

(1) 収入について

給与収入の場合、給与明細書や源泉徴収票で確認をする。総収入額ではなく、税金や社会保険料を差し引いた、実質の収入を把握しておきたい。

年金をもらっている場合、毎年6月に送付される年金振込通知書に記載されている控除後振込額を確認する。

その他家賃や駐車場などの賃貸収入などがある場合、収入がいくらで、経費がどのくらいかかっているのかを計算する。

上記の収入が金融機関に振り込まれている場合は、通帳に記帳して確認するのが確実である。

（2）支出について

支出のつかみ方は、「ノートや手帳に書き出す」「市販の家計簿を利用する」「パソコンで管理をする」「記帳した通帳を利用する」など、自分に合ったやり方で構わない。なかには、今まで家計簿にチャレンジしたが続かなかったという方もいるだろう。そのような場合は、年の初めと、年末の資産残高を比較して、ざっくりと「年間収支」をつかむ方法から始めてみてはいかがだろうか。

月々の支出は細かくつけている方でも、冠婚葬祭費やレジャー費、固定資産税や自動車税などの特別出費まで、きちんと管理しているケースは多くない。食費や日用品費、通信費、被服費、交際費……などと、費目を細かく分けて一生懸命家計簿をつけても、特別出費の管理がずさんであれば、正確な年間収支はつかめない。月々の細かい出費にこだわるよりも、通帳の残高を比較するだけの簡便な方法のほうが、手間いらずで、お勧めできるケースもある。

支出が収入を大幅に上回っていて、貯蓄が減るペースが速いご家庭は、時間の経過とともに、サバイバルプランの原資が不足する可能性がある。赤字が多いご家庭は、支出に偏ったところはないか、改善できそうなところはないかをチェックし、できれば家計簿をきちんとつけて、出費の無駄を削る努力が必要になる。

4．親の住み替えについて

将来的には、ひきこもっているお子さんと別居する可能性があるかもしれない。こう書くと意外に思われる親が多い。なぜなら、多くの親は子どもと一生同居、子どもの面倒は、死ぬまで自分たちが見てあげなければならないと考えているからだ。

しかし、お子さんがひきこもっていると、親が病気にかかったり、要介護状態になるリスクは、一般のご家庭と同じである。特に介護は、介護度が重くなるほど、介護付き有料老人ホームなどへの住み替えを検討したほうが、資金面で楽になるケースもある。自宅で24時間の介護を受けると、公的介護保険の給付額を超えてしまう

のが一般的。介護度が重くなると、20～30万円くらいの費用を、毎月自己負担しているご家庭も少なくない。

一方、「特定施設入所者生活介護」の指定を持っている高齢者施設であれば、要介護度5であっても、数万円の上乗せ介護費を支払えば、24時間の介護を受けられる。「費用が固定化」するため、親側の年金額で支払えるような施設を探すことによって、貯蓄が減るペースを抑えることが可能になるわけだ。

いずれにしても住み替えには一定の費用が掛かるため、あらかじめ別居の可能性も視野に入れて、親の住み替え費用を検討しておきたい。全く想定していないケースで、介護による住み替えが必要になってしまうと、お子さんのサバイバルプランに多大なる影響を与えてしまうことを認識しておきたい。

住み替え先の候補として、認知症でも要介護度が軽ければグループホーム、要介護度が重ければ、介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）介護付き有料老人ホーム、ケア付き適合高齢者専用賃貸住宅（適合高専賃）などが挙げられる。

以下に情報収集の一例を挙げておく。介護施設は多種多様で、比較検討するには時間が掛かり、情報収集することを面倒に感じる方もいるだろう。しかし、自宅の階段から落ちて介護状態になるなど、突発的なアクシデントから介護状態になってしまうケースも少なくない。突発的な介護の場合、十分な介護を受けられるためにどうしたらよいのかという問題も発生するが、その時点でお子さんのサバイバルプランが根底から崩れてしまう可能性も出てくる。親子別居を想定した「親の住み替えプラン」も、親が健康なうちに検討しておくことが望まれる。

（1）区役所、市役所の介護保険担当、又は地域包括支援センターを利用する

様々なパンフレットが置いてあり、無料相談もできる。介護に関する悩みや気になる点を相談すると、具体的なアドバイスや必要なサービスを教えてくれることもある。

地域包括支援センターは、住んでいる地域によって管轄が決まっているので注意が必要だ。区役所、市役所などの役所で管轄のセンターを問い合わせるとよいだろう。また、インターネットで「地域包括支援センター 一覧 東京都」のように検索して調べることもできる。

（2）介護サービス情報公表支援センターを利用する

「社団法人 シルバーサービス振興会」に設置されている。インターネット上で公開されており、全ての事業所の名称、連絡先、サービスの内容、利用料金などの詳細情報が手に入る。都道府県別になっており、介護サービスの種類で絞り込み検索ができるようになっている。

介護サービス情報公表支援センター

<http://www.espa-shiencenter.org/preflist.html>

（3）市販の雑誌を利用する

最近では、ビジネス誌までが有料老人ホームなどの高齢者施設の特集を頻繁に組むようになっている。記事内容をそのまま鵜呑みにしてよいとは限らないが、全く知識のない方にとっては、雑誌のように読みやすいものから情報収集を始めるのも一法である。高齢者施設の選び方のポイントが解説されているだけではなく、有料老人ホームの都道府県別ランキングが掲載されているものもあり、参考にはなるはずだ。

5．お子さんの収入について

家賃収入があるなどの特殊な場合を除けば、国民年金（老齢基礎年金又は障がい基礎年金）がお子さんの主な収入になると考えられる。そこで注意しておきたいのは、現在お子さんが障がい基礎年金をもらっておらず、かつ、お子さんの国民年金保険料を滞納し続けている場合だ。滞納状態が継続すると、国民年金をもらう権利（受給権）を失ってしまうことがある。

仮に、お子さんが65歳から90歳までの25年間、満額（約79万円）の老齢基礎年金を受給できたとすると、その合計は約2,000万円になる。年金の受給権を失ってしまうと、親の残すべき資産はこの分だけ増加してしまう。逆に、お子さんが老後に国民年金を受給できれば、毎月の生活費の不足分だけを、親の残した資産で取り崩していくプランが検討できる。老齢基礎年金が受給できるかどうかで、お子さんの生活設計が大きく変わってきてしまう。この現実を重視するべきである。

お子さんの保険料を納めたくても、家庭の事情で収入が減少したり、親が年金生活に入るなど、現実には支払うのが難しいご家庭もあるだろう。そのようなケースでは、

保険料の免除制度の利用を検討してみよう。これは親側やお子さんの所得に応じて、保険料の一部を納付するだけで済んだり、全額免除が受けられるという制度である。この制度が利用できれば、滞納扱いにされることはなく、老齢基礎年金を受給できるほか、障がい認定を受けた場合に、障がい年金を受給する権利も得られる。手続や相談は、住所地の区役所、市役所などの役所（国民年金担当窓口）で行うことができる。

このほか、最終的な生活保障のセーフティネットとして生活保護制度（詳細については第6章参照）があるが、本制度を前提としたサバイバルプランを立てるべきでないことは、言うまでもない。

6．お子さんの住まいについて

お子さんの老後の住まいをどうするのか。これはサバイバルプランの根底をなす課題と言える。お子さんが一生住める家を、お子さん自身の力で確保することは難しいため、親が元気なうちに用意をする必要がある。しかも、親が高齢になればなるほど住宅ローンは組みにくくなるし、高齢期にまとまった資金が出ていくことは、積極的にはやりにくだろう。ローンを組む必要のない賃貸住まいにしても、お子さんが自分で賃貸契約や更新契約を行いにくいため、できるだけ親が元気なうちに、お子さんの住まいの確保に動きたい。

お子さんの精神状態によっては、建て替えのための一時的な転居が難しいケースもあるだろう。長年住み慣れた家を離れることに、強い抵抗を見せるケースもあるはずなので、住み替えが難しいケースは、時間を掛けて説得していくしかないと思われる。

（1）小さめの家に建て替える

現在の住まいが古い一戸建ての場合、建て替えることを検討してみよう。古い家に住み続けたお子さんがひとり残された後、自ら家の修繕や建て替えを依頼することは難しい。また、家が大きいままだと光熱費などのランニングコストもかさんでしまう。お子さんの老後の生活費はできるだけ抑えたいので、現在の家が老朽化しており、お子さんが一生住むことができそうもない場合、小さめの家に建て替えて、土地の一部は売却できるようにしておくプランも考えられる。

（2）賃貸併用住宅に建て替える

利便性の良い場所に一戸建てを所有している場合、賃貸併用住宅に建て替えることを検討してみてもいいだろうか。その際、お子さんと親の住まいは別々にしたほうがよい。お子さんの住まいをワンルームにしておけば、お子さんがひとりで生活をする際の生活費が抑えられるからである。また、親の住まいを将来賃貸に出せば、そこからも家賃収入が得られる。家賃収入があれば、その分だけ資産の減少は緩やかになるし、公的年金と家賃収入があれば、サバイバルプランが成り立つ可能性は高くなる。

とはいえ、お子さん自身が家賃の集金や建物の管理をすることは困難なケースも多いはずである。建物の管理・維持も含め、不動産の管理業者に依頼するのが順当だろう。業者は、お子さんの事情をよく理解し、配慮をしてくれるところが望ましいので、担当者が頻繁に変わる可能性のある大手の会社よりも、小規模でも地元で長年営業を続けているような、同時にお子さんの事情を話しやすい不動産屋にお願いできないかを検討してみるとよい。

（3）マンションへの住み替え

資産の大部分を不動産が占めていて、お子さんに残したい現金での生活資金が不足しているような場合、現在の住まいを売却して小さめのマンションに住み替える方法も検討できる。現在の住まいの売却額よりも、住み替え先のほうが廉価であれば、差額分はお子さんの生活費に充当できる。中古マンションであれば、実際に見に行くことができるし、新築マンションや一戸建てに比べ購入費用も抑えられる。庭の手入れなどもしなくてよいので、お子さんがひとり残された後は、家の維持管理がしやすくなるはずだ。マンションの情報は、住宅情報誌やインターネットで調べることができる。

（4）賃貸物件に住む

お子さんの住まいが賃貸になる場合、注意しておきたいことは以下の2点である。

家賃の振り込みについて

お子さんが毎月家賃を振り込むために外出することが難しい場合、銀行や郵便局の自動送金サービス（自動振り込みサービス）を利用するのがよいだろう。た

だしこのサービスを受けるためには、銀行や郵便局の窓口で手続をする必要があり、お子さん自身が立ち会わなければならないケースもある。なかには、親がお子さんの代理人として手続を完了できるケースもある。お子さんの身分証明書や委任状など必要なものは金融機関によって異なるので、事前に電話で確認をしておくといよい。

また、実際の店舗を持たないインターネット専門銀行（インターネットバンキング）ならば、自動振り込みサービスに限らず、その他全ての手続がインターネット上でできる。将来、家賃の変更があったり、更新費用を振り込むことになったりしても、窓口に行かなくて済むので便利である。

更新の手続について

更新の手続は、自宅に郵送される新しい契約書に記名押印したものを返送し、更新費用を振り込むことによって行うことが多い。だが、更新手続は不動産管理会社に出向いて行う、というケースもある。更新時の手続方法については、契約前に不動産管理会社に確認をしておきたい。

(5) リバースモーゲージについて

自宅はあるが、建て替え費用を出すほどの余裕がない。又は手元にあるお金を使ってしまうことに抵抗がある。そのような場合は「リバースモーゲージ」の利用を検討してみてもいいだろうか。

リバースモーゲージとは、自宅を担保にしてお金を借りる制度のことである。リバースには「逆」という意味があり、通常は家を買って住宅ローンを返済していくのに対し、自分の持ち家を担保にしてお金を借りる仕組みだ。しかも契約者が死亡するまでは、そのまま自宅に住み続けることができる。

リバースモーゲージの利用方法はいろいろとある。まずは自宅の建て替え。立地が良ければ、リバースモーゲージで捻出した資金を使って、賃貸併用住宅を建てることも可能だ。賃貸分の家賃収入が入ることによって、建て替え資金を回収できるし、家賃収入でひとり残されたお子さんのための住まいの確保が実現する。

お子さんが親の介護をすることが難しい場合、親が住み替えを検討し、高齢者施設の入居一時金や月々の支払に充ててもよいだろう。ただし、賃貸併用住宅に建て

替えたり、親が住み替えて住民票を移すような仕組みは、金融商品型リバースモーゲージの場合のみ、検討が可能となる。

リバースモーゲージを契約するための条件、お金の借り方、返し方は、実施している機関によって異なっている。そのため、以下ではリバースモーゲージの基本的な仕組みをご紹介します。詳細は各機関に予約を入れてから相談に行き、自分の条件とすり合わせていくのが望ましいだろう。

民間の銀行のリバースモーゲージ

民間銀行のリバースモーゲージは、一部の銀行でのみ取り扱っている。自宅周辺の銀行でリバースモーゲージを取り扱っているかどうか、相談に行く前に必ず確認をしておこう。確認は、銀行のパンフレットをしてみる、直接問い合わせをしてみる、インターネットで「リバースモーゲージ 東京都」のように検索をすればできる。

契約者には年齢、収入、住んでいる地域など幾つかの条件がある。年齢は55歳から80歳まで、60歳から83歳までのように各銀行で異なる。同居する配偶者にも、年齢条件を課すケースがある。収入は、年収120万円以上のように開示されている場合と、開示されていない場合がある。また、住んでいる地域の周辺、あるいは営業店から2～3時間以内で行ける場所に家がないと利用を断られるケースがある。

親が契約者になった場合、配偶者の同居は認められるが、お子さんの同居は難しいとするケースがある。そのようなケースでも、銀行が定める条件（信託契約を結んで、信託報酬を支払うなど）をクリアすることによって、お子さんが同居できることがある。お子さんが同居できるかどうかは、相談するときに優先的に確認したい事項と言える。

担保にできる不動産は自己所有の一戸建て。条件次第ではマンションも可能になることがある。マンションは築年数がかなり経過していると、地域的に問題ない物件でも、断られるケースがあるので、注意が必要だ。リバースモーゲージが利用できるかどうかは、契約前の書類審査によって判断される。

借入れ方法は2つあり、一度にまとまったお金を借りられるものと毎年定額を借りられるものがある。借入金は契約者と、その配偶者のために使うことができ

る。契約者が親の場合、お子さんのためだけに金を使うことはできないので注意が必要だ。

利息の支払方法も2つある。1つは毎月支払う方法。もう1つは契約者の死亡後にまとめて支払う方法。借入れや利息の支払方法は、銀行によってそれぞれ決められている。

借入金、契約者の死亡後に相続人が一括で返済をする。返済方法は2つあり、手元のお金で返済をするか、又は自宅を売却してそのお金で返済をするかを選べる。

条件次第では、契約者の死亡後に配偶者が契約を引き継ぐことが可能だ。つまり配偶者が生きている間は借入金の返済をすることはなく、さらに自宅に住み続けることができる。この場合、借入金の返済は配偶者の死亡後に一括で行う。

親が契約者となり、親の死後に自宅を売却して返済する方法を選択すると、同居しているお子さんは住み替えをしなければならない。ひとり残されたお子さんの住み替えが難しいようならば、手元にあるお金、あるいは契約者の保険金で返済できる程度の金額の借入れにとどめておきたい。

上記以外にも、様々な条件が銀行ごとに定められている。平成23年3月時点で、リバースモーゲージを扱っている銀行は複数行ある。リバースモーゲージの利用を検討したい場合は、銀行の窓口へ相談に行つて欲しい。その際は、事前に電話を入れ、必要な書類を確かめてから出かけることをお勧めしたい。

- 「民間の銀行のリバースモーゲージ」について相談したい、詳しく知りたい場合
- (ア) リバースモーゲージを扱っている銀行の窓口へ行く。
- (イ) インターネットで「リバースモーゲージ 東京都」のように検索をする。

社会福祉協議会のリバースモーゲージ

社会福祉協議会の実施するリバースモーゲージには、「不動産担保型生活資金」と「要保護世帯向け不動産担保型生活資金」の2種類がある。しかし、条件のハードルはとても高く、申し込んだからといっても、必ずしも利用できるとは限らない。また、住民票があることが条件になるのが一般的なもので、生活資金を借りた後、賃貸に出して、賃貸収入を得ることなどは無理である。

条件の例をご紹介します。不動産担保型生活資金の場合、契約者の相続人が連帯保証人になり、さらに他の相続人にも同意を得なければならない。しかも同居

人は契約者の配偶者に限るため、お子さんは同居できない。

要保護世帯向け不動産担保型生活資金の場合、生活保護に該当する世帯でなければならない。また、2つの制度はあくまでも生活資金を必要としている方向けの貸付け制度なので、自宅の建て替えや高齢者施設への入居一時金には使えない。

以上より、今回のサバイバルプランにはなじみにくいため、これ以上の説明は割愛する。詳しく知りたい方は、社会福祉協議会の担当窓口で相談をするか、インターネットでそれぞれのホームページを参照してほしい。

「不動産担保型生活資金」について相談したい、詳しく知りたい場合

(ア) 住所地の市町村社会福祉協議会で相談をする。

(イ) インターネットで「不動産担保型生活資金 東京都」のように検索をする。

「要保護世帯向け不動産担保型生活資金」について相談したい、詳しく知りたい場合

(ア) 住所地の福祉事務所（区役所、市役所などの役所の中にある）で相談をする。

(イ) インターネットで「要保護世帯向け不動産生活資金 東京都」のように検索をする。

7. 相続・お子さんのサポートについて

(1) 任意後見制度の利用について

任意後見制度とは

親の亡き後、誰にお子さんのサポートを頼めばよいのか。頭を悩ませている親も多いはずである。後見人を頼む際、一番望ましいのは、当然兄弟姉妹である。ところが、親の関心やお金がひきこもっているお子さんに集中しがちなため、きょうだい間の仲が悪くなっているケースは珍しくない。きょうだい間の仲が悪い場合、あるいはきょうだい間の交流が途絶えているような場合、快くサポートを引き受けてもらえるとは限らない。

兄弟姉妹に頼めない場合、次に考えられるのは成年後見制度の利用だ。この制度には、「任意後見制度」と「法定後見制度」の2つがある。お子さんに判断能力があるのなら任意後見制度、不十分なら法定後見制度を検討することになる。現状では、お子さんの判断能力に関しては問題がないとされるケースが多いので、ここでは任意後見制度について触れていく。

任意後見制度とは、将来お子さんの判断能力が低下した場合に、任意後見人に資産管理などのサポートをしてもらうというものである。任意後見人、サポート内容、任意後見人に支払う報酬額はあらかじめ話し合いで決め、公正証書で契約書をつくる必要がある。

任意後見制度を利用するためには、まず親の持つ資産を洗い出し、将来の収支をシミュレーションした上で、任意後見人に掛かる費用を賄えるのかどうかを確認しておく必要がある。

任意後見制度の利用法

任意後見人は自分たちで選ぶことができ、法定後見人は家庭裁判所が決める。そのため、任意後見人にはお子さんのことをよく理解してくれる人を選ぶことも可能だ。そういう意味では、親族が任意後見人になれるのが理想である。サポートしてくれる人が事前に分かっていたら、お子さんも親も安心できるだろう。

主なサポート内容は、財産を管理すること、お子さんの代わりに契約を締結することの2つ。具体的には、年金や預貯金の管理、生活費の送金や物品の購入、入院や介護サービスの手続及びその支払、税金や公共料金の支払、不動産の管理などがある。

気を付けたいのは、サポート内容にお子さんの身の回りの世話は含まれていないということである。つまり、お子さんの食事をつくったり、掃除、洗濯、介護をすることは任意後見人の仕事ではない。もし将来これらの在宅サービスを望むのであれば、任意後見人に在宅サービス提供者と契約をしてもらうことになる。

任意後見制度に掛かる費用

誰に、何を、幾らで頼むのかを話し合いで決めたら、その内容をもとに契約書の原案をつくる。契約書の原案作成を法律の専門家に依頼する場合、その費用は10万円前後掛かるのが一般的である。

依頼内容が決まったら公証役場に行き、原案を公正証書にする。お子さん本人が公証役場まで出向けない場合は、親が代わりに出向くか、又は公証人に自宅まで来てもらう方法もある。公正証書作成のために必要なものは、それぞれのケースで異なるので、原案をつくってもらうときに確認しておくのが望ましい。間に

弁護士などの専門家が入る場合はその人に、専門家を介在させない場合は、公証役場に問い合わせて確認をしておくようにしよう。

公正証書の作成に掛かる費用は、2万円から3万円ほど。公証人に自宅まで来てもらう場合は、手数料が1.5倍に割り増しになり、さらに日当と交通費が加算される。

任意後見人によるサポートは、いつから始まるのかも押さえておこう。勘違いしやすいが、将来お子さんの判断能力が低下したときに、自動的にサポートが始まるわけではない。任意後見人にサポートを開始してもらうためには、家庭裁判所に申立てをしなければならない。申立てができるのは、お子さん本人、その配偶者、四親等内の親族、任意後見人である。申立てに必要な書類は各家庭裁判所で異なるので、こちらも原案つくってもらうときに聞いておくか、住所地の家庭裁判所に確認をしておくといだろう。

将来お子さんや親族が申立てをするのは難しいと感じるならば、任意後見人に申立てもしてもらえような契約を結んでおくことも可能。申立てに掛かる費用は、書類代を含めて2万円ほど。任意後見人に申立てを依頼するなら、任意後見人の報酬も必要である。任意後見人が申し立てる際の報酬額は、契約書の原案をつくる時の話合いで、あらかじめ決めておくことになる。

申立て後、必要に応じて家庭裁判所の裁判官や書記官とお子さんが面談をしたり、家庭裁判所調査官が事情を尋ねたりする。さらにその後、家庭裁判所が任意後見監督人を決め、ようやくそこから任意後見人のサポートが開始される。申立てをしてからサポート開始まで3か月から4か月かかるので、お子さんの判断能力が低下してきたと思ったら、早目に申立てを行わないと、後見制度がスタートするまでの間の、お子さんの生活が成り立たない可能性がある。

任意後見監督人は、任意後見人の仕事をチェックするのが役目である。また、緊急時には任意後見人の仕事を代行することもある。ここで注意しておきたいのは、任意後見監督人にも報酬を支払う必要があるということだ。その報酬額は家庭裁判所が決めることになっており、月々5,000円から1万円くらいのケースが多くなっている。

任意後見人にサポートしてもらう準備だけでも、手間と費用が掛かる。そして任意後見人のサポート開始後は、月々の報酬も発生する。任意後見人に支払う報

報酬は話し合いで決まるため一概には言えないが、月々3万円から5万円くらいになるケースが多いようだ。

任意後見制度と助成金

最後に、助成金制度にも触れておく。とは言え、任意後見制度で利用できる公的制度は、ほとんどないのが現状である。その中でも、可能性があるものに「公益信託 成年後見助成金」がある。

助成金は月々1万円から2万円で、最長5年間利用できる。利用条件としては、次のようなものがある。親族以外の人が任意後見人であること。年齢が原則として75歳以上であること、または知的障がい者・精神障がい者であること。家族の年収の合計が260万円以下であり、かつ現金化できる資産がないこと。

今回のサバイバルプランは、親側がある程度の資産を持っていることが前提なので、この助成金を利用できる対象者は少ないかもしれない。しかし、お子さんが高齢化したとき、制度の対象者にならないとも限らない。これからも新しい制度ができる可能性があるため、情報収集を続ける努力が望まれる。

任意後見人について相談がしたい、探したい場合

- (ア) 区役所、市役所などの役所（成年後見担当）
- (イ) 住所地の社会福祉協議会
- (ウ) 社団法人成年後見センター・リーガルサポート
(似たような名前の団体に注意すること) <http://www.legal-support.or.jp/>

任意後見人について詳しく知りたい場合

- (ア) 法務省 <http://www.moj.go.jp/MINJI/minji17.html>
- (イ) 日本公証人連合会 <http://www.koshonin.gr.jp/index2.html>
- (ウ) 社団法人成年後見センター・リーガルサポート
<http://www.legal-support.or.jp/support/>

社会福祉協議会、公証役場、家庭裁判所の探し方

- (ア) 役所等で相談をしたときついでに聞いておく。
- (イ) インターネットを利用する。

社会福祉協議会 『社会福祉協議会 東京都 区』のように検索をする。
公証役場 『公証役場 所在地一覧』で検索をする。
家庭裁判所 『家庭裁判所 管轄区域』で検索をする。

任意後見人とのコミュニケーション問題

兄弟姉妹に後見人を頼めない場合、任意後見人に依頼しないと、お子さんの生活が成り立たないケースは多いはずだが、現実的には手続費用や任意後見人等への報酬が発生し、費用面から断念してしまうご家庭も出てくるのが予想される。また、費用面はクリアできても、お子さんと後見人との定期的な面談が必要となり、お子さんが面談を拒むことで任意後見制度の利用を断念せざるを得ないケースも出てくるだろう。任意後見制度を利用したい場合は、資金面だけではなく、後見人とのコミュニケーションの取り方も親側が、あるいは親子で検討しておくのが望まれる。

任意後見人について相談したいときは、住所地の区役所、市役所などの役所（成年後見人担当）や弁護士会などの専門機関であることができる。また、任意後見人の業務には、お子さんの介護など身の回りの世話をすることは含まれていない。もし在宅生活支援を希望するのなら、市区町村にある社会福祉協議会で相談することになる。

(2) ひきこもりのお子さんに資産を残すために

ひきこもりのお子さんに兄弟姉妹がいる場合、資産の多寡にかかわらず、相続対策をしておく必要がある。なぜなら、「今まであの子にばかりお金をかけていたのだから、せめて相続くらいは平等にして欲しい」と要求されることも珍しくないからだ。

また、「うちの子どもたち（兄弟姉妹）は仲が良いから、相続ではもめないはずだ」と思われている親もいるかもしれない。しかし、兄弟姉妹の中に配偶者がいたり、親の面倒を見ていた者がいたりすれば、もめる可能性は十分にある。そうなると、ひきこもりのお子さんに必要な資産がスムーズに渡らず、サバイバルプランが成り立ちにくくなってしまう。そのため、ひきこもりのお子さんに確実に資産を残したい場合、生命保険を活用する方法も検討できる。

生命保険は受取人固有の資産となるため、たとえ相続でもめても、遺産分割されることはない。親の中には、「高齢のため、今さら生命保険には入れないのではないか」と思われている方が多いが、保険料を一時払い（一括で支払うこと）にすれば、85歳くらいまでなら加入ができ、さらに保険会社によっては、病歴、持病な

どの健康面の条件が緩和されることもある。

(3) 兄弟姉妹への配慮について

相続対策で忘れてはならないのは、兄弟姉妹への配慮である。前述したように、兄弟姉妹が相続方法に納得できない場合は少なくない。そのため親の口からはっきりと、「おまえたちには本当に申し訳ないが、あの子にこの家とその後の生活費を譲りたいと思う。もちろん、腑に落ちない点があるのはよく分かっている。しかし、あの子も決して楽をして生きてきたわけではなく、本人も十分につらい思いをしてきた。どうか、相続でもめずに、きょうだい仲良く元気に暮らして行ってほしい。そしてできれば、私たちが死んだあと、あの子の助けになってやってほしい」などの気持ちを伝えておく必要がある。兄弟姉妹の納得は得られないまでも、理解してもらおう努力は重要である。

また、口頭で伝えるだけでは不十分なので、遺言書は作成しておいたほうがよいだろう。遺言書がないと、相続が発生した際、相続人で遺産分割の話し合いをすることになる。その結果、ひきこもりのお子さんへ十分な財産が渡らなくなることもあり、その後の生活に大きな影響を与えかねないからだ。遺言書の最後に、兄弟姉妹への思いを書くことも忘れないようにしたい。

ただし、遺言書があるだけで、相続がスムーズにいくとは限らない。お子さんたちには、法律で守られている「遺留分」(法定相続分の半分は必ずもらえる権利)があるため、兄弟姉妹に何も渡さないわけにはいかないことも考えられるからである。もめごとが想定される場合は、弁護士等の専門家に、ひきこもりのお子さんのことを十分に説明した上で、遺留分も考えた遺言書の作成も検討しておきたい。

(4) 生命保険信託の活用法

生命保険信託とは、死亡保険金の支払を信託銀行に依頼し、契約者(保険の対象となる被保険者でもあることが多い)が指定した金額を、受取人に分割して支払える仕組みである。平成23年に外資系の生命保険会社が導入し、23年春にもう1社が追随した。

最初に導入した保険会社の例では、死亡保険金3,000万円以上の保険契約があれば、誰でも生命保険信託の利用が可能となっている。参考までに、3,000万円

の保険金を受け取るために必要な金額は、75歳の男性の場合、2,561万3,250円。2,500万円を超える保険料を支払わなければならないため、資産に余裕のあるご家庭向けの仕組みではあるが、確実にお子さんに、しかも分割して生活費を渡せるという意味では、活用する場面は出てくるだろう。

一括で支払うのが難しい場合、同じく75歳の男性では毎年1回、202万2,960円の年払い保険料を支払うことでも、3,000万円の死亡保障を確保できる。75歳の男性の場合、87歳より若い年齢で亡くなった場合は年払いのほうが、88歳よりも長生きした場合は一時払いで保険料を支払ったほうが有利になる。

3,000万円の死亡保険金を得られれば、年間の生活費を100万円と仮定した場合、お子さんの30年分の生活費が確保できることになる。また、保険料が高いと言っても、「2,561万円支払えば3,000万円がもらえる」という点では、資産を増やす効果もある。導入されたばかりの仕組みではあるが、保険料の負担能力があるご家庭には、検討してみる価値があると考えている。

8. お子さんの老後について

お子さんが自身の高齢期を暮らしていく上で、知っておいたほうがよいことに触れていく。なかには、お子さんの生活に大きな影響を与えるものもあるので、親が存命中にできる範囲で準備をしておきたい。

(1) 口座引き落としについて

お子さんが生活をしていく上で必要不可欠なものに、住まいのほか、電気やガス、水道などのライフライン、そしてインターネットの環境などがある。滞納により使用ができなくなってしまうように、お子さん名義の口座から引き落としがされるように手続をしておくといい。

同様に、国民健康保険料や公的介護保険料、固定資産税も滞納によってお子さんが不利益を被らないように、引き落としの手続をしておくとう安心である。

引き落としの手続は、以下の方法で行うことができる。

- 口座振替依頼書を郵送する
- 金融機関の窓口へ行く
- インターネットで申し込む

親が人生の終わりを感ずるようになったら、子が90歳になるまでに必要な金額を入金し、滞納を防ぐようにしたい。ただし、まとまった金額を一気に振り込むと、贈与税が課せられる可能性もある。そこで、贈与税の基礎控除に当たる「年間110万円」を、毎年お子さんの口座に振り込んでいく方法も検討してみるとよいだろう。

(2) お子さんを銀行や役所に連れて行く

人は体験したことがないものに対して、不安や恐怖を感じやすい。特にひきこもりのお子さんは、社会との接点が極端に少なくなっているため、対人関係においてこの傾向が強いはずだ。

そのため、お子さんがひとり残された後で困った事態に陥った場合、相談先を見つけにくかったり、「相談しても、きちんと話を聞いてもらえないのではないだろうか」と不安になるケースは多いだろう。行動に移せないまま、困り果てることも十分に考えられる。これではお子さんに一生住める家があったとしても、電気やガス、水道などのライフラインが止まってしまう、通常の暮らしができない可能性も出てきてしまう。住まいがあっても、外に助けを求められず、社会から孤立化してしまうのを避けるために、親が元気なうちにお子さんを銀行や役所などに連れて行き、様々な手続について説明したり、体験させておくことが望ましいと言える。

ATMでの現金引き出し

例えば銀行では、ATMの使い方を教えてみよう。「困ったことがあれば、ATMの近くに立っている銀行員に聞けば、手伝ってくれる」と教えてあげるのがよいだろう。実際に親が銀行員とあいさつをしたり、話をしたりする姿を見せ、話し掛けても怒られることはないイメージを持たせると、お子さんは安心できるはずである。ATMはコンビニにもあるので、お子さんが知らない場合は教えておこう。夜に行動することの多いお子さんの場合、銀行ATMよりも、コンビニATMのほうが使いやすいはずなので、その使い方を教えておくことも必要である。

役所での各種手続

役所は担当窓口が多く、また独特の雰囲気があるので、ぜひともお子さんを連れて行ってほしい。役所の入り口付近には、手続場所の案内をしてくれる職員が

いるのが一般的。まずは受付の人に、どのような用事を済ませたいのか伝えるのがお勧め。目的を伝えれば、担当窓口を教えてもらえる。これも実際に、親がやって見せるとよいだろう。

（4）で説明するが、年金の裁定請求にはお子さんの住民票コードが必要になる。年金の裁定請求の際は、お子さんを役所に誘ってみよう。お子さんと一緒に役所へ行き、困ったことを伝える（今回の場合は、お子さんの住民票コードの記載がある住民票が欲しい）、担当窓口を聞く、請求書を書いて提出してみるなどの一連の作業を、お子さんに見せてはいかがだろうか。可能であればその一部でも、お子さんにやらせてみるのもお勧めだ。初回は無理でも、何度か連れていくことで、お子さんが手続きに関わり始めてくれることも考えられる。

とは言え、お子さんが昼間の外出を嫌がるケースも少なくないだろう。何度か断られる可能性も高いはずが、「今から役所に出かけたいんだけど、お前も一緒に行ってみないか」と根気よく誘ってみるしかない。誘わずに諦めるのではなく、お子さんが根負けするのを待つくらいの気持ちが必要。いずれにしても、経験が「一度でもある」と「全くない」のでは、将来、お子さんができることに差が出るはずだ。少しずつでもお子さんの気持ちを揺らし続けて、「仕方ないなあ。今日は役所に行ってみよう」と思わせる根気強さが望まれる。

お子さんと役所に行くことを誘い続けると同時に、将来どんな困ったことが出てくるかを、お子さんに語りかけ、イメージを持たせることも重要である。例えば、「住民票や戸籍謄本が必要になった」とか、「貯金が少なくなり生活が苦しくなってきたけど、どこに相談すればいいのだろう」、「物忘れが多くなってきたので、誰かに資産の管理を頼みたい」など、幾つかのシーンを思い浮かべ、「このようなケースでは、〇〇課に相談してみると話を聞いてくれるはずだ」など、解決方法の手掛かりになりそうな話を伝えておこう。

（3）食事について

ひとり残されたお子さんの食事はどうすればよいのか。親として、最も気掛かりなことと言えるかもしれない。極端な例だが、全く自炊をせず、毎食出前やお弁当などに頼ると、食費は外食並みに高くなってしまふ。ゴミの量も増えるし、出前の食器をきちんと返すのも難しいケースが多いはず。そのため、きちんとした自炊が

できなくても、せめてご飯は自分で炊けるように訓練しておきたい。無洗米を利用すれば、料理の苦手なお子さんでも手軽にできる。さらにご飯を小分けにして冷凍しておけば、毎食、ご飯を炊かなくて済む。

外出することのできないお子さんは、ネットスーパーで食材を調達するとよい。ネットスーパーには、無洗米などのお米はもちろん、パン、野菜、惣菜、乾麺など色々な商品がある。なかには、冷凍の半調理品（チルド惣菜）を扱っている店もある。電子レンジで温めるだけで食べられるものは、どこで、どのようなものを扱っているのか、一覧表をつくってみてはいかがだろうか。また、それぞれの参考価格についても、親が調べて記入しておく、極端に高い店舗で買い物をしてしまうのを防ぐ効果もあるはずだ。

いずれにしても自炊すれば、栄養のバランスが取りやすくなるだけでなく、食費も抑えやすくなる。お子さんの能力に合わせて無理のない範囲でできるようにさせておきたい。なお、ネットスーパーには洗剤やトイレトペーパーなどの日用品や下着などの衣類も扱っている店がある。商品の受取り方や配達地域、送料、会費などは各社で異なっているので、お子さんに合ったものを選ぶとよい。

（４）年金の裁定請求について

年金は自動的に支給が始まるわけではなく、年金をもらうための手続（裁定請求）をしなければならぬ。この手続が行われないと、年金保険料を払っていても、年金の支給が開始されない。

障がい年金をもらっていない場合、お子さんの65歳の誕生日の3か月前に、老齢基礎年金の請求書が送られてくる。裁定請求する際に必要なものとして、年金手帳、住民票コード、お子さん名義の預金（貯金）通帳がある。住民票コードが分からない場合は、区役所又は市役所などで、住民票コードの記載がある住民票の写しを請求すればよい。また、任意後見人などの代理人に裁定請求を頼むのならば、お子さんの委任状が必要になる。

公的年金は、お子さんの生活にとってなくてはならないものである。スムーズに手続ができるように、請求に必要なものはまとめて分かりやすい場所に保管しておくことが望ましい。年金についての相談や詳細が知りたいときは、下記に問い合わせるとよいだろう。

ねんきんダイヤル 0570 - 05 - 1165
日本年金機構 <http://www.nenkin.go.jp/>

（５）国民健康保険料及び公的介護保険料の減額措置について

親亡き後は、お子さん自身が国民健康保険と公的介護保険の保険料を納めることになる。一般的にはお子さんがひとりになってからは収入が少なくなるため、保険料の減額措置が受けられる可能性が高い。住民税の申告をしておけば、役所のほうで所得のチェックができるので、所得が少なければ減額措置の対象になる。

住民税の課税、あるいは非課税を証明するためには、毎年、所得税の確定申告を行うのがよいだろう。確定申告については、「電子申告のシステム（最初に読取り用の機器の購入が必要）」があるため、税務署に出向かなくてもできる。申告書については、居住地の税務署に依頼すれば郵送してもらうこともできるし、国税庁のホームページからダウンロードして手に入れることも可能だ。

所得税の確定申告書の２枚目は、住民税の申告用紙になっているため、所得税の確定申告を行うことで、住民税の申告も完了する。年金から所得税が源泉徴収されている場合などは、確定申告によって還付を受けることも可能。確定申告の仕組みは複雑なので、親がお子さんに説明しておくことが望まれる。

9 . ひきこもり相談事例

【ケース１・ご相談者Aさん】

長男40代前半。大学卒業後、アメリカの大学院に留学。30代前半で博士号を取得したものの、現地で就職できずに、40歳を目前に無念の帰国をした。留学に送り出したときは、夫婦共働きだったので、年収は1,200万円ほどあったが、長男が帰国した時点で、親は既に年金生活に入っていた。共働きだったため、年金は夫婦合わせて400万円台ほどあり、一般的な家庭に比べると恵まれてはいるが、長男の留学と生活費の仕送りで、貯蓄（退職金を含む）は、目指していた8,000万円にはほど遠く、現時点では3,000万円台になっている。夫婦どちらかが亡くなった場合は、年金額もかなり減るため、長男を扶養し続けなければならない場合、年間収支は赤字になる見通し。既に40代に入っている長男が、正社員として働いてくれることは諦めているが、せめてアルバイトでもして、自分の食費くらいは稼いで欲し

いと願っている。

【アドバイス】

2人分の年金が受給できている間は、できるだけ貯蓄を増やす

夫婦共働きで、現役時代の収入が多かったご家庭は、支出も多くなっているのが一般的。年金生活が始まってからの数年間は、400万円台の年金をもらっていても、貯蓄が減ってしまうケースがよく見られる。相談者のAさんも、共働きで収入が多かったときに長男を留学に送り出しており、年間で300万円程度必要になっていた仕送りについても、それほどきつくは感じていなかった。ところが結果的には、仕送りを15年くらい続けたことで、自分たちの老後資金設計が大きく狂ってしまったことになる。

このようなケースに限らないが、働いていないお子さんの生活設計を考えるときは、お子さんが暮らしていけるのかを考える前に、親の生活設計を立てることが先決である。自分たちの生活コストを下げて、赤字を減らしておかないと、夫婦のどちらかが亡くなった時点で、生活費の赤字額が膨らみ、働いていないお子さんにまとまった貯蓄を残しにくくなるからだ。

Aさんのお子さんは、障がい年金を受け取れる可能性は高くないため、お子さんの平均余命である約40年分の生活費を年間100万円と見積もるだけで、4,000万円程度の生活費が必要となる。現時点で既に、4,000万円の資金確保は難しい。とは言え、数年で両親とも亡くなるわけではないため、両親が存命中の生活費は年間300万円強に抑えて、年金生活の中でも、年間で70~80万円程度の貯蓄ができるように家計支出の見直しをアドバイスした。

「正社員として働かなくても仕方ない」ことを親子で許容する

支出内容を見直すと同時に、長男にも「せめて食費くらいは、アルバイトで稼いで欲しい」と、アルバイトを促してもらう必要性を強調。実際、「ひと月2万~3万円くらいでもいいから、自分で収入を得て欲しい」と、伝えてもらった。その際は、「正社員として働けなくても仕方ない」ことを、先に親が受け入れること。そして、お子さんにも「いつまでも面倒は見られないので、このくらいの収入を得てもらわないと、親子共倒れになってしまうかもしれない」という先々の見通しに

ついて、勇気を持って伝えてもらうように促した。

親がアルバイトを促しても働くことは難しい場合、次の作戦として父親、母親とも、終身保険に加入する方法を提案した。終身保険に加入すれば、例えば700万円などの保険料を支払って、1,000万円の死亡保障が得られる。持っている資産を、保険の力を活用することで、増やすことができるからである。ご両親とも亡くなったときに、2,000万円の保険金そのまま残され、さらに預貯金が1,000万円から2,000万円程度残っていれば、Aさんのお子さんのサバイバルプランは成り立つ計算となる。

ちなみに、Aさんのお子さんはひとりっ子であるため、他の兄弟姉妹へ、資産を残す必要はない。生命保険の活用はAさん自身の収入が得られそうにない場合の次の一手と考えたが、兄弟姉妹がいて、他のお子さんにも資産を残さなければならない場合は、働けないお子さんを受取人にして、生命保険に入る方法は、ぜひとも検討しておいて欲しい。

【ケース2・ご相談者Bさん】

離婚後、女手ひとりで、2人の子どもを育てた。現在30代半ばの長女は、結婚して2児をもうけ、幸せに暮らしている。現在30代前半の長男は、大学進学までは、手の掛からない孝行息子だったが、就職活動に失敗。大学に在学させたままの状態、就職活動をさせてあげたかったが、家計に余裕がなかったため、卒業して就職活動を継続することになった。

ところが、就職浪人1年目も就職先は見つからず、長男は徐々に気力を失っていった。次第に、パソコンの前にボーッと座っている時間が長くなっていき、現在は就職活動は全く行っていない。就職活動はしていないながらも、自分の小遣いくらいは、不定期のアルバイトで賄っていたが、最近はアルバイトにも行きたがらず、家に居て、自室でテレビを見たり、パソコンに向かう時間が長くなってきた。

相談者Bさん自身も、あと数年で60歳を迎え、現在勤めている会社は退職しなければならない。離婚後の暮らしの中では、マイホームを購入できなかったため、Bさん自身、60歳以降も働かなければ、家賃を払うこともままならない。どうしたら、長男と自分の生活が成り立つだろうか、不安に暮れる日々を送っている。

【アドバイス】

生活設計表をつくり、将来の赤字額を親子で認識する

現状のままでは、ご長男どころか、Bさん自身の老後の生活設計が成り立たない可能性もある。まずは、60歳以降も収入を得る道を模索するとともに、現時点での収支や貯蓄をもとにした、生活設計表を作成することにした。Bさん自身の将来のこと、そしてご長男のこれからの生活を考えるにしても、現在置かれている状況を、数字で認識することは欠かせないからである。

生活設計表を作成するときに重要なのは、Bさんにご長男の年齢を書き込んだ上で、これから先の家計収支を年間単位で把握すること。どのくらいの収入が得られないと、貯蓄が減っていつてしまうのか、年金ではどのくらいの赤字が出るのかなどを、年間単位でつかんでおきたいからである。Bさんの年金だけでは、ご長男と2人分の生活費を捻出するのは難しいことも、生活設計表に書き込む作業によって認識できた。その認識を、ご長男にも持ってもらうことは重要である。

ご長男自身も、「今のままではまずい」ことは十分に理解しているはずだが、「親がどのくらいの貯蓄を持っているのか」、「今のままの生活だと、いつの時点で、生活が成り立たなくなるのか」などは、具体的に把握しているとは思えない。とはいえ、親子間の会話だけで現状を理解させるのは不可能なケースがほとんど。そのため、作成した生活設計表をコピーしてご長男に渡し、「気が向いたときに、目を通しておいて欲しいんだけど」などと言いながら、手渡すようにアドバイスをした。

もし仮に、Bさんが社会保険に加入させてくれる会社で60歳以降も働ければ、Bさん自身の老後の年金額を増やせる。就職活動が大変なのは承知の上だが、退職を迎えてからではなく、今のうちから知人などに、仕事先の紹介を頼み込んでみることもお勧めした。

高齢者施設への住み替えで、お子さんの住まいも確保する方法もある

生活設計表を見て、ご長男に働く気持ちが生じればありがたいが、働いていない時間が長くなるほど腰が重くなり、気持ちが焦るばかりで、現実にはうまくいかないことが多い。また生活設計表を作成して現状を認識してみると、今のまま賃貸暮らしを続けた場合、いつかは貯金が底をついてしまいそうなことが判明するケースもある。そのようなケースでは、思い切って発想を変えてもらい、分譲型の高齢者

施設への住み替えを勧めるケースもある。住み替えによって、生活コストを下げるといった荒業である。

例えば、熱海にある分譲型の高齢者施設の中には、100～300万円で所有権を購入できる物件もある。100～300万円程度の費用を払えば、家賃は不要になる。さらに、この高齢者施設での月々の生活費は、3食込みで1人暮らしだと約11万円。2人暮らしでも、3食込み17万円程度ですむ。このほかに必要なのは、小遣いや新聞代、日用品費くらい。

食事は原則としてレストランでとるが、レストランで食べるのが嫌な場合は、「自分専用の岡持ち」を用意すれば、自室で食事を済ませることも可能。母子が自室で一緒に食事をとれるわけだ。これはとても珍しいシステムであり、また自室内に風呂があるので、息子さんは共同の風呂に入らなくても暮らせる。

部屋が約45m²と狭いのがネックになるが、施設内にレクリエーションの設備がたくさんあるので、Bさんはできるだけ部屋の外に出て、お金を掛けずに趣味を楽しみ、お子さんと離れた時間をつくりだすことも可能である。

ここで例に挙げた分譲型の高齢者施設に居住できる年齢条件は、原則として55歳以上になるので、今すぐ、お子さんを連れた住み替えは難しいが、Bさん親子も年をとる。年金のみの生活に入ったとき、Bさんが死ぬまで家賃を払い続けるよりも、生活コストを下げられる可能性が高く、さらにご長男に物件を相続させられるので、将来のどこかの時点での実行を検討してみたいプランだと考えている。

賃貸暮らしの場合は、親子で住まいコストの削減を目指す

賃貸暮らしのまま高齢期に入ったご家庭は、働いていないお子さんの「一生の住まい」を確保するのはかなりハードルが高くなる。例に挙げた高齢者施設のように、母親亡き後にご長男が住み続けられる施設は少ないが、探せば幾つかあるので、まずは見学に行くことをお勧めしている。住居費負担がなくなれば、国民年金では不足するご長男の老後の生活費を残してあげることで、Bさん亡き後にご長男が、暮らしていける見通しも立てられそうである。

Bさんが60歳以降も身体が許す限り働き、ご長男もアルバイト収入を得られるようになるのが理想であるが、理想と現実にはギャップが生じることも多くなる。働いて、収入を得るのは大前提になるものの、いずれにしても賃貸暮らしは親子と

も生活コストが高くなりがち。賃貸のままの暮らしを継続するよりも、どこかの時点で思い切った住み替えをして、生活コストを下げる方法も検討してもらいたいと考えている。親側の貯蓄が底をついてしまえば、お子さんのサバイバルプランも成り立たなくなるからである。

もちろん高齢者施設ばかりが住み替えの候補先ではなく、市営住宅などへの住み替えを目指す方法もある。いずれにしても「コストの低い住まい」については、常に情報収集のアンテナを張っておく必要があるだろう。

10. サバイバルプランの作成・分析

これまでの話を踏まえた上で、現在からひきこもりのお子さんが亡くなるまでの年間収支と貯蓄残高のシミュレーションをしていく。シミュレーションをすることによって、お子さんが亡くなるまでの間に資産が底をついてしまうのかどうか、底をつくとしたら今から何年後になりそうかという将来の見通しが立てられる。これにより、「将来何となく不安」から数字で示された根拠のある「はっきりとした不安」にすることができる。もちろんつらい現実をつきつけられてしまうこともあるだろう。しかし、前述したがショックはできるだけ早く受けてしまったほうがよい。そこを乗り越えなければ先には進めない。将来起こるであろう問題に対して、今からどんな対策が立てられるのかに知恵を絞ろう。対策が立てられれば、おのずと今からすべき行動も見えてくる。

シミュレーションをするためには次の表が必要になる。「家族のバランスシート」「家族のキャッシュフロー表」「お子さんのバランスシート」「お子さんのキャッシュフロー表」の4つだ。バランスシートとは資産、負債、純資産の一覧表のこと。キャッシュフロー表とは1年単位の家計簿のことである。表の作成や分析には時間も手間もかかるので、お子さんの事情をよく理解してくれる以下のような専門家に相談することも検討しておきたい。

高齢期のお金を考える会

<http://homepage3.nifty.com/senior-money/index.html>

全ての表をつくってから内容の分析をしていくので、まずは以下でつくり方を説明する。巻末にある見本のバランスシート、キャッシュフロー表と照らし合わせながら

読み進めていくとイメージがしやすいだろう。

（1）家族のバランスシートのつくり方

家族のバランスシートのつくり方は、前述した「2．親の資産、負債の洗い出し」にあるのでそれを参考にさせていただきたい。次につくる家族のキャッシュフロー表は、このバランスシートをもとにするので分かる範囲で記入しておこう（表2）。

表2 家族のバランスシート／障がい年金なし

A. 現金預金など

商品名	金融機関名	金額	名義	相続人	備考
現金		100	母	長男	
普通預金	A 銀行	200	母	長男	
スーパー定期	A 銀行	700	父	母	2015年6月満期・金利0.48%
投資信託	C 証券	100	父	次男	外国債券（毎月分配型）・85万口
個人向け国債	郵便局	150	母	父	2013年10月満期・固定金利0.99%
定期付き終身保険	D 生命	350	父	母	2012年9月払込み満了・死亡保障400万円
合計		1,600			

（単位：万円）

資産		負債	
現金	100	住宅ローン	540
普通預金	200		
定期預金	700		
国債・株式・投資信託	250		
保険	350		
A 現金預金など合計	1,600	C 負債合計	540
土地	3,000	活用できる （純資産） A+B-C 4,060	
B 不動産合計	3,000		
資産合計 A+B	4,600		

B. 不動産

内容	金額	名義	相続人	備考
自宅と土地	3,000	父	母	
合計	3,000			

C. 負債（ローン）

内容	金融機関名	残高	名義	備考
住宅ローン	A 銀行	540	父	2016年4月完済予定・毎月11.6万円返済
合計		540		

（参考資料）

総務省 家計調査報告（貯蓄・負債編）平成21年平均

(2) 家族のキャッシュフロー表の作り方

キャッシュフロー表は1年単位の家計簿である。中には資料をそろえたり計算をしたりするところが出てくるが、大まかな目安を出すという気持ちで臨んでほしい。

家族のキャッシュフロー表では、現在から両親が平均余命まで生きたと仮定したところまでをつくる。親の平均余命は現在の年齢によって異なるが、父82歳、母88歳にしてしまっても構わない。詳しく知りたい場合は、厚生労働省のホームページを参考にするとよい(表3)。

厚生労働省 平成21年簡易生命表

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life09/01.html>

ライフイベントとは、これから起こるであろう出来事のこと。例えば父の退職や再雇用、車の買い替え、家の建て替え、相続などである。ライフイベントは収支に影響を与えるものなので、分かる範囲で記入しよう。

手取り収入とは、総収入から税金と社会保険料を引いたものである。前述した「2. 親の収入・支出について (1) 収入について」を参考にしたい。

退職金や企業年金の金額は、勤務先の就業規則を調べて分かる範囲で記入する。

退職後も働く予定ならばその見込み額を記入する。もし再雇用で働いたときの手取り額が分からない場合は、現在の手取り額の70%にしておけばよい。

将来もらえる年金の見込み額は以下の方法で知ることができる。

現在50歳以上の人の場合

(ア) ねんきん定期便に記載されている「将来の年金見込み額」を見る。

(イ) 住所地の年金事務所で計算をしてもらう。

年金事務所の場所は、役所に問い合わせるかインターネットで調べることができる。

日本年金機構 年金事務所 所在地のご案内

<http://www.nenkin.go.jp/office/map4.html>

計算をしてもらうには年金手帳、身分証明証などが必要なので事前に確認をすること

現在50歳未満の人の場合

日本年金機構のホームページにある「自分でできる年金額簡易試算」を利用する。

日本年金機構「自分でできる年金額簡易試算」

<http://www.nenkin.go.jp/soudan/nenkin/simulate/top.htm>

表3 家族のキャッシュフロー表／障がい年金なし

(単位：万円)

経過年数	今年	1年後	2年後	3年後	4年後	5年後	6年後	7年後	8年後	9年後	10年後	11年後	12年後	13年後	14年後	15年後	
西 暦	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	
家族 (年齢)	父	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73
	母	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
	長男	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
	次男	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
ライフ イベント			父退職 住宅ローン 一括返済	父再雇用				父退職 父公的 年金受給		母公的 年金受給							
収 入	夫の手取り収入	433	433	1916	316	316	316	316	257	202	162	162	162	162	162	162	
	妻の手取り収入	90	90	90	90	90					61	61	61	61	61	61	
	子の手取り収入																
	合計	523	523	2006	406	406	316	316	257	202	223	223	223	223	223	223	
支 出	基本生活費	332	332	332	332	332	332	332	332	332	332	332	332	289	289	289	
	ローン	140	140	340													
	一時的な支出																
	合計	472	472	672	332	332	332	332	332	332	332	332	332	289	289	289	
年間収支	51	51	1334	74	74	16	16	75	130	109	109	109	66	66	66	66	
貯蓄残高・現金預金など	1,651	1,702	3,036	3,110	3,184	3,168	3,152	3,077	2,947	2,838	2,729	2,620	2,554	2,488	2,422	2,356	

経過年数	16年後	17年後	18年後	19年後	20年後	21年後	22年後	23年後	24年後	25年後	26年後	27年後	28年後	29年後	30年後	31年後
西 暦	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042
家族 (年齢)	父	74	75	76	77	78	79	80	81	82						
	母	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87
	長男	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
	次男	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63
ライフ イベント									父死亡 次男 1,000万円 相続						長男公的 年金受給	母 死亡
収 入	夫の手取り収入	162	162	162	162	162	162	162								
	妻の手取り収入	61	61	61	61	61	61	61	553	153	153	153	153	153	153	
	子の手取り収入															79
	合計	223	223	223	223	223	223	223	223	553	153	153	153	153	153	232
支 出	基本生活費	289	289	289	289	289	289	289	289	230	230	230	230	230	230	132
	ローン															
	一時的な支出								1,000							
	合計	289	289	289	289	289	289	289	289	1,230	230	230	230	230	230	132
年間収支	66	66	66	66	66	66	66	66	677	77	77	77	77	77	2	
貯蓄残高・現金預金など	2,290	2,224	2,158	2,092	2,026	1,960	1,894	1,828	1,151	1,074	997	920	843	766	768	

(参考資料)

厚生労働省・平成21年簡易生命表、厚生労働省・平成21年賃金構造基本統計調査、厚生労働省・平成20年
就労条件総合調査

総務省・家計調査報告(家計収支編)平成21年平均

現在の基本生活費は、前述した「2. 親の収入・支出について (2) 支出について」を参考に年間支出額を記入する。では、将来収入が減少した場合の基本生活費はどのように計算すればよいのだろうか。

収入が減少すればそれに伴い支出も見直す必要が出てくる。まずは先ほど記入した将来の収入金額を確認しよう。次に現在の支出の内訳リストをつくる。費目は余り細かくせず大まかに分ければよい。リストを見ながら、被服費や冠婚葬祭費はもう少し削れそう、食費だけはもうこれ以上削れなさそうなど、譲れるところ譲れないところを将来の収入に見合った支出になるように1つひとつ検討していく。将来の支出の見直しは家族の協力が必要なので、ひとりで抱え込まないようにしたい。

ローンは完済予定までの金額を、一時的な支出は車の買い替え、家の建て替え、相続など将来予定しているものを分かる範囲で記入する。

年間収支はその年の収入合計から支出合計を引いて出す。

貯蓄残高は現金預金などすぐに使えるお金の金額のみを記入していく。不動産はお金に換えるまで時間が掛かるので、ここには含めないものとする。

貯蓄残高の計算は次のようにする。今年の貯蓄残高は、先ほど作成した家族のバランスシートの現金預金などの金額と家族のキャッシュフロー表の今年の年間収支をたす。見本では、家族のバランスシートより現金預金などは1,600万円、家族のキャッシュフロー表より今年の年間収支は51万円なので今年の貯蓄残高は1,651万円となっている。

1年後の貯蓄残高は、今年の貯蓄残高と1年後の年間収支をたす。見本では、今年の貯蓄残高1,651万円に1年後の年間収支51万円をたして1,702万円となっている。

2年後の貯蓄残高は、1年後の貯蓄残高と2年後の年間収支をたす。見本では、1年後の貯蓄残高1,702万円に2年後の年間収支1,334万円をたして3,036万円となっている。

以下同様に前年の貯蓄残高とその年の年間収支をたして、両親が亡くなると仮定した年まで計算をしていく(表4)。

(3) お子さんのバランスシートのつくり方

両親が亡くなったと仮定した時点での貯蓄残高をもとにお子さんのバランスシートを作成する(表5)。

表4 家族の貯蓄残高推移（万円）／障がい年金なし

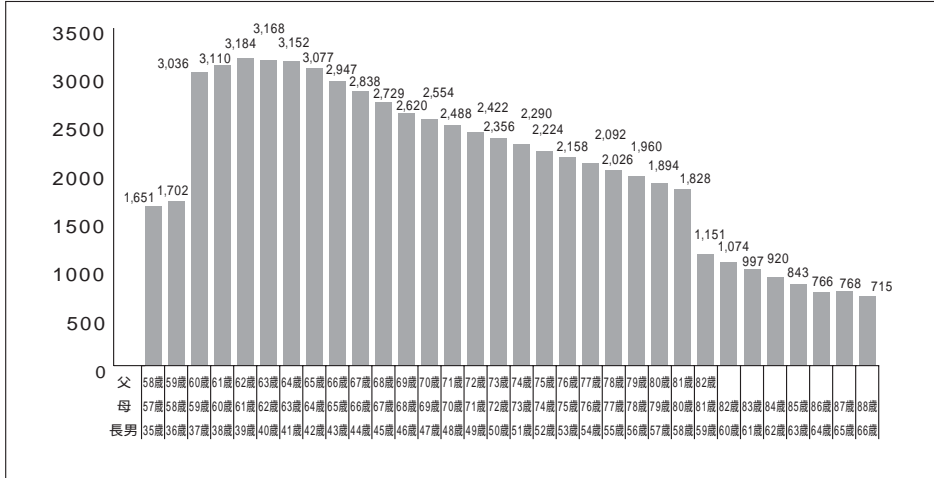


表5 お子さんのバランスシート／障がい年金なし

A. 現金預金など

商品名	金融機関名	金額	名義	備考
現金		268	長男	
普通預金	A 銀行	500	長男	
合計		768		

(単位：万円)

資産		負債	
現金	268		0
普通預金	500		
A 現預金など合計	768	C 負債合計	0
土地	3,000	活用できる (純資産)	
B 不動産合計	3,000	A+B-C	
資産合計 A+B	3,768	3,768	

B. 不動産

内容	金額	名義	備考
自宅土地	3,000	長男	
合計	3,000		

C. 負債（ローン）

内容	金融機関名	残高	名義	備考
なし				
合計				

見本の家族のキャッシュフロー表では、今から31年後に母が亡くなると仮定している。よってお子さんのひとり暮らしが始まる前年（30年後）の貯蓄残高768万円をもとにバランスシートを作成している。

お子さんのバランスシートでは、現金預金などと不動産の金額が大まかに把握できればよい。

（4）お子さんのキャッシュフロー表のつくり方

お子さんのキャッシュフロー表は、お子さんが平均余命まで生きたと仮定したところまでをつくる（表6）。平均余命は作成時点での年齢によって異なるが、85歳までとしてしまって構わない。

お子さんの年金見込み額の調べ方は、前述した親の場合と同じであるのでそちらを参考にさせていただきたい。見本では、国民年金の老齢基礎年金を65歳から満額（年約79万円）受け取れるようにしてある。

その他の手取り収入は、家賃収入など年金以外の収入の予定があれば記入する。

基本生活費はお子さんによって異なるが、ほとんど外出をしないのならば月10万円としておこう。

お子さんの住まいの確保は必須なので、あえて固定資産税又は家賃は別項目にしておく。固定資産税は現在納めている金額を目安に、家賃は近隣の相場を参考にしておいて記入する。

年間収支・貯蓄残高の計算方法は、家族のキャッシュフロー表と同じであるのでそちらを参考にさせていただきたい（表7）。

以上の方法で4つの表を作成したら、次にその内容を分析し対策を考えていく。

（5）バランスシート・キャッシュフロー表を分析し、対策を考える

ここでもう一度サバイバルプランとは何かをおさらいしておこう。サバイバルプランとは「お子さんが一生働けないこと」を前提として「お子さんの一生の生活が成り立つプラン」を模索していくものである。

プランが成り立っているのかどうかは、先ほど作成したお子さんのキャッシュフロー表を見れば分かる。具体的には、お子さんが亡くなったと仮定した時点での貯蓄残高がプラスなのかマイナスなのかで判断をする。

表6 お子さんのキャッシュフロー表 / 障がい年金なし

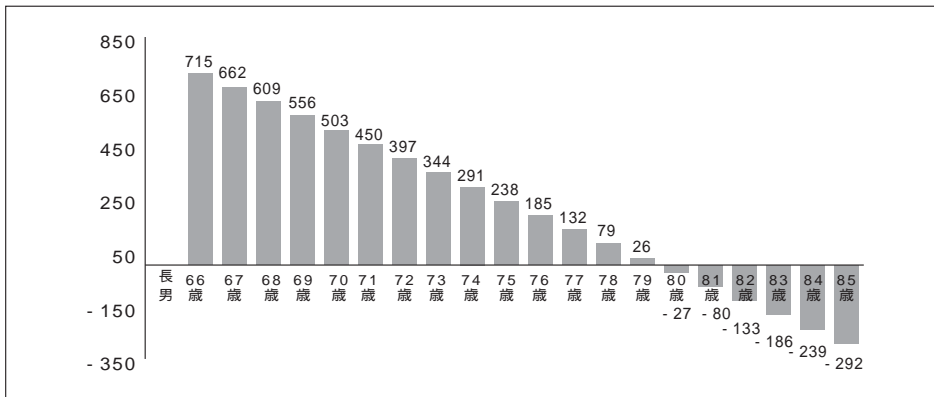
(単位：万円)

経過年数		31年後	32年後	33年後	34年後	35年後	36年後	37年後	38年後	39年後	40年後	41年後	42年後	43年後	44年後
西 暦		2042	2043	2044	2045	2046	2047	2048	2049	2050	2051	2052	2053	2054	2055
年齢	長男	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79
収 入	年金手取り収入	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79
	その他手取り収入														
	合計	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79	79
支 出	基本生活費	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120
	固定資産税又は家賃	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
	合計	132	132	132	132	132	132	132	132	132	132	132	132	132	132
年間収支		53	53	53	53	53	53	53	53	53	53	53	53	53	53
貯蓄残高(現金預金など)		715	662	609	556	503	450	397	344	291	238	185	132	79	26

経過年数		45年後	46年後	47年後	48年後	49年後	50年後
西 暦		2056	2057	2058	2059	2060	2061
年齢	長男	80	81	82	83	84	85
収 入	年金手取り収入	79	79	79	79	79	79
	その他手取り収入						
	合計	79	79	79	79	79	79
支 出	基本生活費	120	120	120	120	120	120
	固定資産税又は家賃	12	12	12	12	12	12
	合計	132	132	132	132	132	132
年間収支		53	53	53	53	53	53
貯蓄残高(現金預金など)		27	80	133	186	239	292

(参考資料)
厚生労働省・平成21年簡易生命表

表7 お子さんの貯蓄残高推移(万円) / 障がい年金なし



サバイバルプランは親の資産でお子さんの老後も支えていくため、途中で貯蓄残高がマイナスになってしまうことがしばしばある。ただし、この貯蓄残高はあくまでも現在の予測にしか過ぎない。貯蓄残高がマイナスになってしまったからといって、いつまでも落ち込んではいられない。この予測結果をもとにどのような対策を立て、今からどう行動すべきかが重要なのである。

見本のお子さんのキャッシュフロー表でも、お子さんが亡くなったと仮定した時点での貯蓄残高は292万円のマイナスになっている。まずはこの292万円の改善を目標とする対策を考えていく。

最初は支出の見直しだ。見本の家族のキャッシュフロー表では、現在からお子さんのひとり暮らしが始まるまで31年間ある。親がこの31年間で月8,000円の支出を削減し続けたとすると $8,000円 \times 12カ月 \times 31年間 = 2,976,000円 = 約298万円$ の改善が見られる。しかしせっかく支出を見直しても、いつの間にかそのお金を使ってしまうこともあるだろう。そのようなときは簡単には使えない工夫をすればよい。先にまとめてお金を確保したいのであれば、一時払いの終身保険に加入したり定期預金を利用したりすることが考えられる。コツコツ貯めたいのであれば、積立定期を利用し毎月一定額を積み立てていけばよい。

不動産があるのなら、リバースモーゲージを利用した場合どのように改善できるのかも確認しておこう。実際には金融機関に相談をして確認をすることになる。必ず以下のような金額になるわけではないので、あくまでも参考としてイメージをつかんでほしい。

見本のお子さんのバランスシートでは、不動産の評価額は3,000万円になっている。リバースモーゲージで評価額の40%までお金が借りられたとすると1,200万円になる。ただし、この1,200万円を全て使うことができるわけではないので注意が必要だ。なぜならリバースモーゲージには初回事務手数料や毎年払う担保管理料、利息の支払などのコストが発生するからだ。このコストを差し引いてどのように改善できるのかを計算してみる。

見本のお子さんのキャッシュフロー表では、年間収支は毎年53万円の赤字になっている。この53万円をリバースモーゲージで借りた1,200万円で穴うめしていくとする。計算上では $1,200万円 \div 53万円 = 約22年間$ の穴うめができそうだが、実際には16年間になる（初年度の事務手数料及び2年度目以降の担保管理料15年分

が約30万円。利息の金利を年3.5%、使った分だけ利息を支払うタイプで16年間の合計が約320万円。合計約350万円がコストとして発生したとする。よってリバースモーゲージを利用することによって53万円×16年＝約850万円の改善につながる。

このようにリバースモーゲージの利用にはコストが掛かるが、今ある家に住み続けられるメリットは非常に大きい。

最後にお子さんについて考えていこう。ひきこもりのお子さんの中には精神症状を伴っている方が少なからずいる。ひきこもりが長期化しそのような状態が続いているのなら、障がい年金の申請も検討する必要があるが出てくる。

障がい年金を受給するとお子さんの社会復帰の道が閉ざされてしまうのではないかと、と思われる方もいるかもしれない。しかし、受給することでお子さんの社会復帰の道が必ずしも閉ざされてしまうことはない。むしろ親やお子さんが現実を受け入れることによって、新たな支援の道を模索していくことも可能になる。

もちろんすぐには受け入れられない話ではあると思うが、もし障がい年金を受給できたとしたらどのようなになるのか、見本のキャッシュフロー表を用いて試算してみよう。

見本の家族のキャッシュフロー表から、お子さんのひとり暮らしが始まるまでに31年間あることが分かる。この期間に障がい年金を年約79万円受給できたとすると79万円×31年＝約2,450万円になる。また見本のお子さんのキャッシュフロー表から、お子さんが亡くなるまでの年間収支の赤字総額は53万円×20年間＝1,060万円と計算できる。お子さんが障がい年金を受給できれば1,060万円の赤字分はカバーできてしまうことになる。

もちろん、全ての働けないお子さんが障がい年金を受給できるわけではない。お子さんの精神症状は素人では判断がつかないので、早目に精神科医に相談をすることも対策の1つと言えるだろう。

では、お子さんが精神症状を伴っておらず、親の資産が途中で底をついてしまうことが明らかなきときはどうすればよいのだろうか。そのような場合は、親がいつまでなら支援することができるかをはっきりとさせ、その旨をお子さんに伝えることが必要になる。ただし、伝え方には少し工夫がいる。

親はお子さんに何とか社会復帰して欲しいがために「うちにはお金がないから、

もうこれ以上面倒は見られません」や「私たちが死んだらあなたはどうするつもりなの」と言ってしまうことがある。しかしこれでは逆効果だ。そんなことはお子さんが一番よく分かっている。親がお子さんのことを心配して言っているのだということも伝わりづらい。どうせ伝えるなら数字ではっきりと伝えるべきである。作成した表を見せ「あと10年は面倒を見ることができる」や「あと1,000万円までは支援することができる」のように期限付きの支援はできると宣言をしよう。これなら親は支援するつもりはあるということと、お金がないのでその先は支援したくてもできないということが数字ではっきりと示される。お金の話はお子さんにとっても死活問題なので真剣に聴いてくれるはずだ。しかし、その先には大きな壁が立ちほだかる。「働く」ということだ。

「働く」=「正規雇用」というイメージがどうしてもあり、フルタイムで働く自信がないお子さんにとっては一歩踏み出せないままている。また親やお子さんの中には、正規雇用でなければこの先生きていくことができないのではないかと、という考えに強く縛られているケースも見受けられる。しかし、親の資産では足りない部分をお子さんが補えばよいと考えれば、必ずしも「働く」=「正規雇用」を意味しない。見本のお子さんのキャッシュフロー表であれば、まずは292万円の赤字を何とかすればよいのである。これならば、お子さんがアルバイトで稼いだお金のうち月2万5,000円を貯蓄していけば約10年でカバーできる。親と同居しているのであれば不可能な額ではない。正規雇用でなくとも契約社員やパート、アルバイトでもプランは十分に成り立つ可能性があるのだ。

支援の期限や貯蓄の目標金額が具体的な数字で示されれば、お子さんもイメージがしやすくなるだろう。目標がはっきりすればお子さんも何かしらの行動を起こすきっかけがつかめるかもしれない。

ただし、上記の提案はお子さんによっては逆効果になる恐れもある。お子さんの事情をよく理解してくれている精神科医に相談した上で、実行に移してみるのがよいだろう。