

認知症に
なると困る
お金の扱い方



将来を相談
できる相手は
どこにいるのか



つい思ってしまう
「私は大丈夫」



いつか起こるかもしれない
認知機能低下に備えた

自分の意思で将来を選択していくために



60歳からの チーム作り

長い人生、いつかは自分で決めることが難しくなる時がきます。
 とくにお金に関わることは、誰にでも頼めることではありません。
 身近で支えてくれる「あなたのチーム」を作っておくことが大事です。

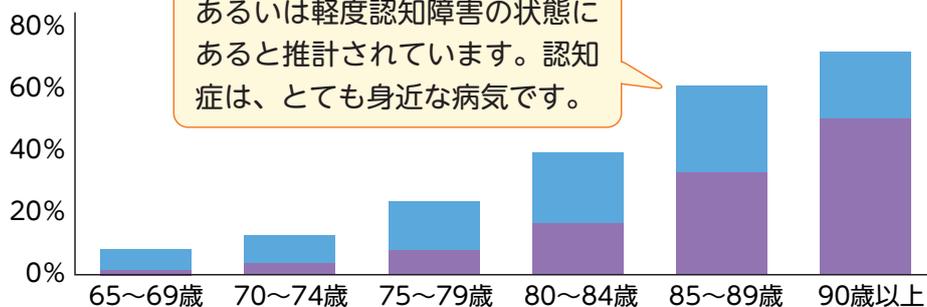


あなたの代わりに〇〇をお願いできる人はいますか？

- | | | |
|-----------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 住まいの管理・家賃の支払い | <input type="checkbox"/> いる | <input type="checkbox"/> いない |
| 日常生活に関わるお金の支払いや管理 | <input type="checkbox"/> いる | <input type="checkbox"/> いない |
| 誤って購入した商品や定期購買品の返品 | <input type="checkbox"/> いる | <input type="checkbox"/> いない |
| スマートフォンやインターネットの契約や解約 | <input type="checkbox"/> いる | <input type="checkbox"/> いない |
| 銀行口座の解約や金融取引を停止する | <input type="checkbox"/> いる | <input type="checkbox"/> いない |

80歳代の4割以上が認知症や軽度認知障害になる可能性

認知症、軽度認知障害の年齢別有病率



80歳代後半の6割が、認知症あるいは軽度認知障害の状態にあると推計されています。認知症は、とても身近な病気です。

平均寿命

男性：81.09歳
 女性：87.14歳

- 軽度認知障害
- 認知症

出典：令和5年度老人保健事業推進費等補助金（老人保健健康増進等事業分）「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究」（代表：二宮利治九州大学教授）を参考に筆者作成

認知機能低下の症状は物忘れだけではありません

記憶障害

- 覚えられない
- 思い出せない

見当識障害

- 日付や場所が分からない
- 家族のことが分からない

実行機能障害

- 状況に合わせて行動できない
- 計画が立てられない

理解・判断力の障害

- 抽象的な言葉を理解できない
- 複雑な情報を把握できない

詳しくは動画で解説



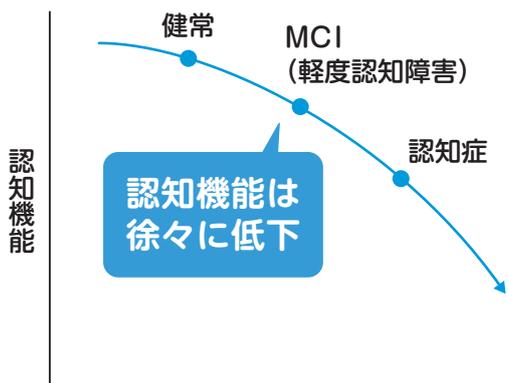
認知機能の低下にともない、お金を扱うことが難しくなります

買い物や銀行での手続き、その他様々な契約において、適切な判断が難しくなります。

日常	買い物	●おつりの計算ができない	●同じ物や不要な物を買ってしまう
	支払い	●請求書の扱い方が分からない	●支払いが滞る
	手続き	●ATMの操作ができない ●通帳や印鑑、キャッシュカードを紛失する	●お金を引き出したことを忘れる ●必要書類を準備できない

日常以外	契約	例：金融商品（株・保険等） 経験頻度の低いサービス（リフォーム・施設入居等） など	
		●契約したことを覚えていない	●契約のリスクを理解できない
		●適切な契約の範囲を判断できない	
		●解約時期を見極められない	●トラブルに自ら気づいて対処できない

認知機能が低下しても「私は大丈夫」と思う傾向があります



「軽度認知障害」では、記憶力の低下はあっても、生活は支障なく送れることが多いです。そのため、「歳のせい」と見過ごされがちです。しかし軽度認知障害は「認知症の一步手前」ともいわれており、同じものや不必要なものを買ってしまうような失敗が起こりうるということが指摘されています¹⁾。高齢期には、人生の中で最も大きな資産を持つ可能性があり、適切な使い方ができなければ、生活に支障が出ます。

出典：1) 樋山・江口・松田・成本 (2021). 高齢者の購買行動と認知機能の関連. 国民生活研究, 61 (1), 27-39. DP2018-018.pdf

MCI（軽度認知障害）の人は、お金を扱う能力について、自分では **それほど低下していない**と感じていますが、

家族（パートナー）は低下していると感じています。

とくに、以下の能力については、**家族との認識の差が大きい**です。

金融に関する知識と判断力



詐欺の判断



全般的な金銭管理



MCIの段階から、自分の能力の **低下に気づかなくなる**可能性があるのです。

Gerstenecker et al. (2019). Anosognosia of financial ability in mild cognitive impairment. を参考に作成

認知症になると、「何をすべきか」を考える力が低下し、自分で決めること（自己決定）が苦手になります。

とりわけ、**お金に関わること（金銭・資産管理）**は内容が複雑で、自分も周りも判断に困る場合が多いです。
今のあなたの意思を書き留めている、特定の人に伝えている、というだけでは安心できません。

もっと早くに相談しておけばよかったと後悔する人も少なくないのです。

大事なのは、あなたの認知機能が低下しても、お金の管理について**「あなたの自己決定を支え続けるチーム」をつくる**という視点です。
必ずしも、ひとりで決める必要はないのです。

あなたの判断能力に応じて、チーム・メンバーも変化していきます。
認知症になった後も、あなたの希望に沿った形でお金を使えるよう、今のうちから、あなただけの信頼できる「チーム」をつくっていきましょう！

最初にあなたのチーム名をつけてみましょう！

チーム名>

チーム作りのステップを、確認しましょう

- ① 何を** 自分に起こりそうな「お金の管理の問題」を洗い出す
- ② 誰に** 「家族」や「親しい人」にお願いしたいことと、「専門家」などにお願いしたいことを整理する
- ③ 関係性** お願いできるような「関係性」をつくる
- ④ お願い** 具体的にお願ひして、そのことをチームの他のメンバーにも知らせる

「あなたのチーム」をつくるために、表に書き出してみましょう

「家族」、「親しい人」や「専門家」など、お願いする相手との関係性なども整理してみましょう

① 何を？

「何を」お願いしたいですか？
 (たとえば、銀行口座の管理、クレジットカードの解約、自動引き落とし(お稽古ごとやサブスクリプションなどの)解約、日用品の買い物、通院の付き添い・支払い、確定申告手続きなど)

② 誰に？

家族は万能ではありません。
 「誰に」お願いしますか？

③ 関係性は？

これまでのつながりがなければ、お願いもできません。
 お願いできるような「関係性」はありますか？

④ これからのアクションは？

関係性を築くために、どのような「アクション」をおこないますか？
 また「あなたのお願いしたいこと」を他のチームメンバーと共有するために、どのような「アクション」をおこないますか？

(お正月やお盆の集まりで触れてみるなど)

お金の管理が難しくなったとき「何を」お願いしたい？	「誰に」お願いしたい？	お願いできる「関係性」はある？	これからの「アクション」は？
		ある・ない	

事前に、福祉機関や金融機関にもお願いできる支援や費用を確認

- ▶ ケアマネジャーなどには、お金の管理の支援をお願いできません。
- ▶ 利用できるサービスや詳細は、福祉機関や金融機関などで異なります。
- ▶ 最寄りの福祉機関や契約している金融機関などに確認しましょう。

〈お金の管理を支援するサービスの例〉

● 日常生活自立支援事業 (社会福祉協議会)

公共料金の支払いや福祉手続きなどの支援を契約。

● 代理人の事前指定 (金融機関)

本人の代わりに取り引きや手続きできる人を、事前に届出。

● 家族信託 (専門家や銀行など)

司法書士や銀行などで手続きをして、信頼できる親族に財産管理を託す。

● 成年後見制度 (弁護士や、社会福祉協議会、親族など)

裁判所に申請して、後見人などを選任。

支援サービスの申込前に、家族などへ相談するなどして確認

- 家族間のもめごとや不適切な取引や手続きを避けるため、申し込みの内容や代理人が行った取引等を確認する方法を、事前に相談しましょう。
- 単身の高齢者などへの身元保証、死後事務、日常生活支援等、終身サポート事業を利用する際、契約後にもめごとが起きる場合があります。利用にあたり政府のガイドライン (https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/caution/caution_037) などを確認しましょう。▶
- 契約でおかしいと思ったら消費生活センター (電話番号 188) に相談しましょう。



あなたのチームに伝えたい情報を考えておきましょう

動画で解説



【記入・更新 年 月 日】

■ 基本情報

氏名	
生年月日	血液型
住所	
連絡先	

■ 倒れたときの緊急連絡先

元気なうちに共有

氏名	関係 〔続柄（次男、長女等）／友人・職場・近所の人等〕	連絡先

LINE アプリ
など便利

■ 通院

病院名	科	担当医	連絡先など

■ アレルギーについて

--

■ 既往歴

病名・症状・手術内容	かかった時期	経過
例：肺炎 風邪が悪化し入院	2017.12	現在は問題なし
例：緑内障 自覚症状なし	2021.6	定期的に入院

■ お薬手帳の保管場所

--

飲んでいるお薬
も書く

■ 好きなこと／苦手なこと（食べもの・飲みもの・香り・音楽・色・こだわり）など

好きなこと	苦手なこと
-------	-------

- 遺言書 ある・ない 保管場所【 】
- 家族へのメッセージ ある・ない 保管場所【 】

お金だけでなく貴重なもの
の保管場所も書く

■ その他 伝えておきたいこと

- いざという時、家族などが中を見られるよう、スマホ・パソコンのロック解除方法を書いて伝えておく
- アカウントは最低限、お金がかかわるものだけ一覧表にまとめておく
- スマホの解約は、代理人による手続きができますが、手続きには本人確認書類はもちろん、代理人自身の本人確認書や契約者の署名がある委任状など必要になります。

■ 戸籍情報 (戸籍謄本に記載されているもの)

本籍地
(現在)
(過去)
本籍地が全国各地にある場合でも、最寄りの1つの役所で取得できます。 コンビニ交付を導入している市区町村であれば、コンビニでも発行できる。

■ 金融機関 (銀行・証券) 口座 (2～3行に絞っておく)

届出印が分かるように

金融機関	支店	口座番号など

カード類を並べてコピー・保管しても便利!

■ クレジットカード

(2～3枚にしておけばベスト)

カード会社名	引き落とし先の銀行	用途

■ 不動産の情報

不動産の種類	所在地・用途・連絡先	契約書等の保管場所

■ 保険の情報

保険会社名・種類	保険証券番号	契約者・被保険者	加入目的・内容など

パソコンやスマホで記入したい場合、このリンクから一覧表をダウンロードできます。
あとで家族などがアクセスできるよう、保存先のリンク情報を教えておくことも一案です。



■ 相続人情報

配偶者	第一順位 (子)
第二順位 (父・母)	第三順位 (きょうだい)

■ 公共料金支払いや定期購入サービスの利用状況 (健康食品、スポーツジム、おけいこ、ネットなど) (自動引き落としされているものを明記する)

サービス	アカウント ID	引き落とし先の銀行・クレジットカード

■ 株式・債券・外貨預金・投資信託・暗号通貨などの情報

金融機関など	口座番号・アカウントIDなど	内容

記入した冊子には個人情報がたくさん盛り込まれています。
チーム内の誰に冊子を見せるのか、誰に保管場所を教えるのかについては慎重になりましょう。



よりよい人生のため チームは定期的に 見直していきましょう



本パンフレットの作成には、内閣府戦略的イノベーション創造プログラム(SIP)「包摂的コミュニティプラットフォームの構築」JPJ012248の研究開発資金を一部充当し、作成・配布を推進しています。

作成委員会

井戸 美枝(ファイナンシャルプランナー)
井上 雄介(慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科特任講師)
駒村 康平(慶應義塾大学 経済学部附属 経済研究所 ファイナンシャル・ジェロントロジー研究センター長)
澤岡 詩野(東海大学健康学部健康マネジメント学科准教授)
中嶋 邦夫(ニッセイ基礎研究所 主席研究員)
樋山 雅美(一般社団法人日本意思決定支援推進機構リサーチフェロー/京都府立医科大学)
山田 篤裕(慶應義塾大学経済学部教授) ※作成委員会座長 (50音順)

協力

一般社団法人日本金融ジェロントロジー協会
公益財団法人年金シニアプラン総合研究機構 ※作成受託機関

オブザーバー

厚生労働省