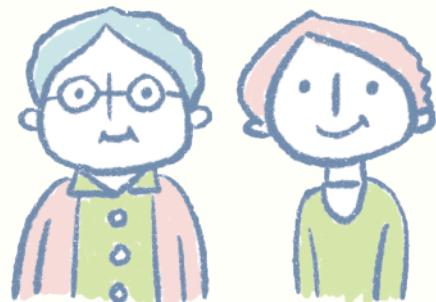




これからどんな暮らし方を していきたいですか？

愛着のある自宅に
住み続けたい

でも…



今のままだと古くて住みづらい



自宅をリフォームして
住み続けよう

4 ページへ

自身の暮らしにあった家に
住み替えたい

でも…



今の住まいは子どものために
資産として残したい



自宅を賃貸しよう

8 ページへ

でも…



今の住まいは使う予定がないため、
維持や税金が負担



自宅を売却しよう

12 ページへ

どこに住み替えたらいいか
わからない…



住み替え先を考えよう

15 ページへ

リフォームや住み替え先の
費用の確保が不安…



高齢者も借りられるローンや
市の助成金を活用しよう

16 ページへ



自宅をリフォームして住み続けよう



今の家に住み続けたいけれど、
設備が古くなっていたり、家の
中に段差があったりして、暮らし
づらいところもあります

こんな人には

リフォームがおすすめ！

CHECK!

- ☒ 愛着のある自宅に住み続けたい
- ☒ これからもご近所さんと助け合って暮らしたい
- ☒ 生活環境は充実しており、不便さはそれほど感じていない

自宅をリフォームするメリット

高齢期でも安心して暮らす
ことができます。

古い住宅の多くが、高齢期の安心
で安全な暮らしを支えるための十分
な性能を持っていません。リフォーム
をすることで安全・安心・快適に暮ら
すことができます。

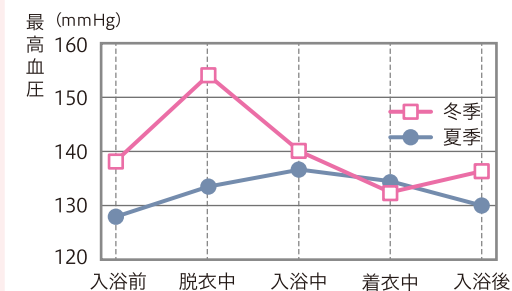


リフォームを行う時に 考えておきたいポイント

1 断熱改修で快適・健康に

断熱性の低い住まいは体調不良や
事故の原因となる可能性があります

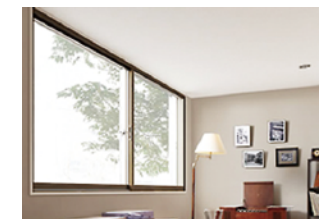
暖かい室内から寒い脱衣所への
移動や寒い浴室で熱い浴槽につか
ることなどにより、血圧が急激に変
化し、脳出血・溺死などの事故につ
ながる恐れがあります。



出典：(一財)建築環境・省エネルギー機構 編著「健康維持増進住宅のすすめ」

断熱改修の例

内窓の設置や壁・床への断熱材の
設置で断熱性能を高めたり、浴室暖
房などを設置することで、温度変化
を小さくすることができます。



左／内窓の設置
下／床下の断熱改修



2 バリアフリー改修で安心



高齢になると住まいのちょっとした
ところがハードルになります

年齢と共に、身体の機能は確実に
低下します。思わぬところが原因で、
事故が起こる可能性があります。

将来に備えて、必要なバリアフリー
改修をしましょう。

バリアフリー改修の例

手すりの設置や段差の解消などに
より、つまずきなどの事故を防ぎます。



左／階段への
手すりの設置
下／段差の縮小



高齢者向けの住宅改修に関する助成金等
に関する情報は19ページをご覧ください。

3 耐震改修で安全に

耐震基準を満たしていない住まいがあります

古い住宅*には今の基準を満たしていないものがあります。

高齢になると、逃げ遅れたり自力での脱出が難しくなります。

*昭和56年5月31日以前に着工した住宅

耐震改修の例

筋交いの設置などのほか、減築も効果があります。断熱改修とあわせて実施すると効率的です。まずは建築士に相談しましょう。



上/筋交いの補強 下/ホールダウン金物

<耐震改修の流れ>

耐震診断

耐震設計

耐震改修

住宅の耐震化に関する助成金等については18ページをご覧ください。

4 間取りの変更や設備交換で快適に

高齢期を快適に過ごすために住まいに手を入れましょう

今後も自宅に長く住み続けるために、雨漏りなどの住まいの不具合を直すことが必要です。あわせて間取りの変更やキッチン・トイレなどの設備を交換すれば、高齢期になっても快適に過ごすことができます。

歳をとると新しい設備になれるのが大変です。リフォームは「慣れる力」があるうちに検討しましょう。



「自宅をリフォームした場合」のライフプランのシミュレーション(例)



CASE 60代夫婦が自宅をリフォームして住み続ける場合

暮らしの変化



愛着のある自宅をきれいにして、これからも住み続けたいです。

60歳



元気のあるうちに自宅をリフォーム

65歳で退職

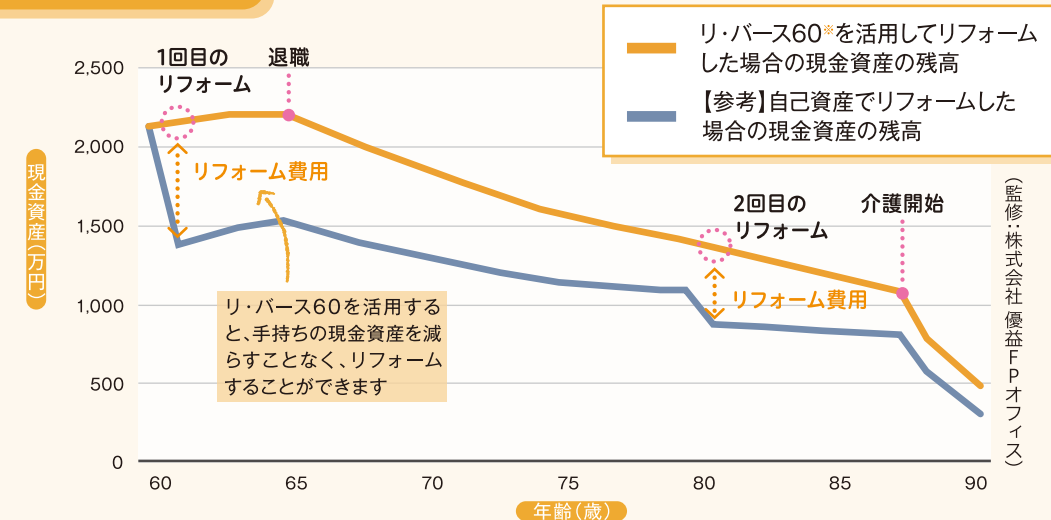
80歳



体の状態に応じてバリアフリー改修

88歳～介護開始

現金資産の推移



試算にあたっての設定

建物について	住宅の種類・所有	戸建持家・土地所有
	住宅の構造	木造・2階建て
	建てた時期	昭和46年
	建物の延べ床面積	120平米
	敷地の面積	180平米
生活について	60歳時点での現金資産	約2,100万円
	定期的な収入	給与など:約32万円/月(～64歳) 年金など:約22万円/月(65歳～)
	定期的な支出	生活費:約27万円/月(～64歳) 約22万円/月(65歳～) 介護費用:約15万円/月(88歳～) 固定資産税(自宅):約11万円/年
	一時的な支出	リフォーム費用:約1,000万円※ 介護に必要な一時的な費用:約140万円

※リフォーム内容

- 1回目(800万)
 - ・断熱改修
 - ・耐震(屋根葺き替え・筋交いの補強)
 - ・水回り設備の改修
- 2回目(200万)
 - ・バリアフリー改修(段差解消)



自宅を賃貸しよう



夫婦二人では家が広すぎて
掃除も大変。
住み替えたいけど、子ども
に家は残してあげたい。

こんな人は

自宅を賃貸することがおすすめ！

CHECK!

- ☒ 家が広すぎて維持が大変なので住み替えたい
- ☒ 将来、子どもに家を譲りたい
- ☒ 空き家を活用して収入を得たい

賃貸住宅として活用するメリット

定期的な収入が得られて、
老後の生活資金になります

定期的な収入が得られるため、生活資金や自宅の維持費などに充てることができます。

また、税の軽減が得られる場合があります。

住まいの劣化を防ぐことが
期待できます

住まいは使わないと劣化します。賃貸として活用することで住まいの劣化を防ぐことが期待できます。



賃貸を検討する際に 考えておきたいポイント

まずは不動産屋さんに相談
してみよう

借り手がつきやすいかどうかや、家賃相場、経費など、不動産屋さんなどの専門業者に相談してみましょう。

解約時期が決められる定期
借家契約がおすすめです

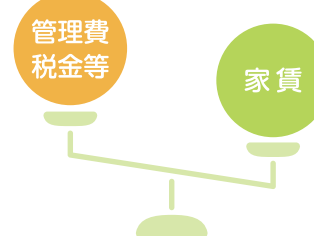
将来再び自宅を利用したり、子どもに相続することを考えている場合には、一定期間で退去することが確実な定期借家契約を利用しましょう。

経営が成り立つか「収支」を
考えよう

自宅を貸すことを検討する際には、家賃の目安を立てましょう。

住まいを貸すためには、改修が必要だったり、税金や管理費などの支出も定期的に発生します。収入と支出のバランスを考えましょう。

また、入居者が退去して収入がなくなるリスクも考えましょう。



賃貸経営が不安な方は「サブリース」の利用も考えよう

サブリースとは事業者が自宅等を一括で借上げ、入居者に転貸する契約のことです。入居者に直接賃貸するより家賃収入は低くなりますが、

入居手続きや入居者の管理なども事業者任せにできることから、手間がかかりません。

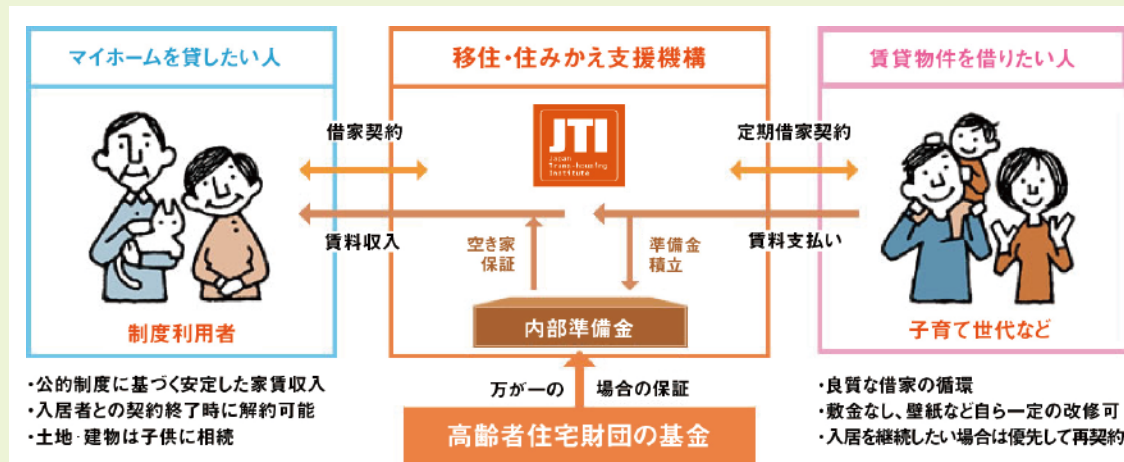
<サブリース契約の仕組み>



注意：事業者から条件やリスクについて詳細な説明を受けましょう。賃料の変更や契約期間中の解約など、後でトラブルとなることがあります。

JTIのマイホーム借上げ制度を活用しよう

「マイホーム借上げ制度」は、一般社団法人移住・住みかえ支援機構(JTI)が制度利用者の自宅を借上げて転貸するものです。



マイホーム借上げ制度の特徴

- ・借り手が見つからない時も*賃料を保証。安定した賃料収入が見込めます
*1人目の入居者が決定以降
- ・入居者とは定期借家契約だから再び家に戻ることもできます
- ・JTIが制度利用者に代わって責任をもって転貸します

※マイホーム借上げ制度の利用にあたっては、50歳以上であることや、住まいが耐震基準を満たしていることなどの条件があります。詳しくはホームページ等でご確認ください。

「一般社団法人移住・住みかえ支援機構」ホームページ



コラム 空き家(自宅)を地域のために活用しませんか

空き家を単に放置するのではなく、地域の皆さんに活用してもらうことも考えられます。

麻生区王禅寺西の「王禅寺みどり町会」には集会所がありませんでした。そこで、

空き家の所有者に働きかけ、町内会で活用させてもらえることになりました。町内会では多世代交の場として、茶話会やレクリエーションなどをひらいています。

清掃・草刈りなどの維持管理は町内会で実施しています。



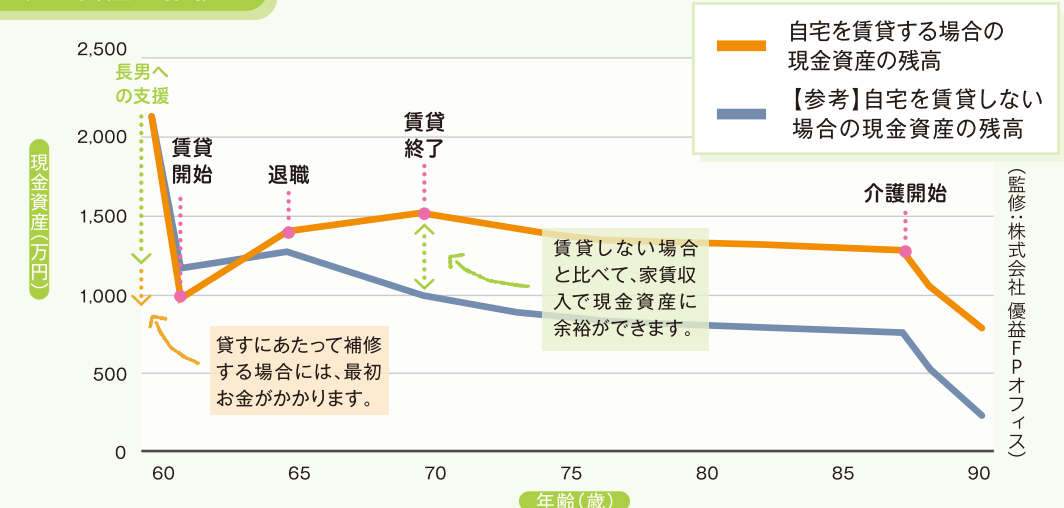
「自宅を賃貸した場合」の ライフプランのシミュレーション(例)



CASE 60代夫婦が長男夫婦の建てた二世帯住宅に住み替えた後、空いた自宅に次男夫婦が戻ってくるまでの間賃貸する場合



現金資産の推移



試算にあたっての設定

建物について	住宅の種類・所有	戸建持家・土地所有
	住宅の構造	木造・2階建て
	建てた時期	昭和56年
	建物の延べ床面積	140平米
	敷地の面積	200平米
生活について	60歳時点での現金資産	約2,100万円
	定期的な収入	給与など: 約32万円/月(～64歳) 年金など: 約22万円/月(65歳～)
	一時的な収入	家賃収入: 約9万円/月(60歳～69歳)
	定期的な支出	生活費: 約27万円/月(～64歳) 約22万円/月(65歳～) 介護費用: 約15万円/月(88歳～) 固定資産税(自宅): 約15万円/年
	一時的な支出	賃貸にあたっての補修費: 約300万円 賃貸にあたっての管理費: 約16万円/年(60歳～69歳) 長男への補助: 約1,000万円 介護に必要な一時的な費用: 約140万円