



1. 注目の家族信託
2. 契約書のルールについて
3. 質の良い睡眠のとり方
4. 無料セミナー・相談のご案内

## 注目の家族信託

高齢者社会の急速な進展に伴い、近年、個人の財産管理や財産承継を目的とする「家族信託」への関心が高まっています。

「私の親が認知症になってしまったのですが、今からできる相続対策はありますか？」このような相談を受けることがあります。

「残念ながら、相続対策はほとんどありません」

これが答えとなります。

相続対策だけではありません。本人の判断能力が低下してしまうと、非常に多くの問題が発生します。例えば、①自分自身で介護施設への入居の手続きができな

くなったり、②必要なお金を用意するために銀行預金から振込みをしたり、③預金から現金を引き出すことができなくなってしまうのです。

そうなる前の対策の一つとして、「家族信託」があります。

ご自分の将来を考え、保有する不動産や預貯金などを信頼できる家族に託し、管理・処分を任せるといったものです。信託する資産は、全部でも一部でも構いません。老後や介護等に必要な資金を家族に託すことで、生涯安心できる生活が確保できるのです。

家族信託の仕組みを表すと下の図のようになります。

○**委託者** 家族信託では、財産を持っている人（委託者）が「契約」によって、受託者（家族など）に財産（不動産・預貯金など）を移転します。

○**受託者** 家族などの信頼できる人を受託者とし、受託者は託された財産を管理・運用・処分できる権利をもちます。契約内容に沿って、その財産の中から、または発生した利益（家賃など）から必要な金額を受益者に渡します。

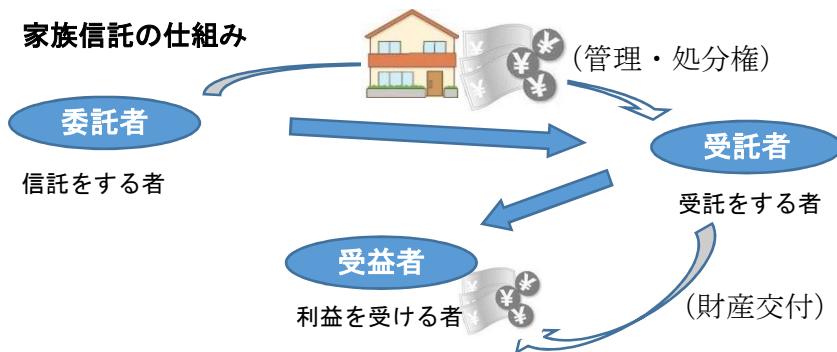
○**受益者** 受託者の管理・運用する財産の中から特定利益を受けの人が受益者です。

## 家族信託の具体的な活用方法

実際、委託者＝受益者 とするケースも多く見受けられます。

自分の財産の全部または一部を家族に信託し、財産の管理・運用を任せ、自分は生活に必要な資金を受託者からもらう仕組みです。自分の生活のために、家族に受託者になってもらう形です。

### 家族信託の仕組み



## 遺言書としての家族信託

上記の例ですと、生涯安心して暮らしていくことが目的ですが、さらに自分が亡くなった時に、遺言書として自分の資産配分についても指定することができます。

## 成年後見制度との比較

成年後見制度は、認知症などにより判断能力が欠けている状態

にある方を保護・支援するための制度です。本人を代理して契約をしたり、不利益な契約を後から取り消したりすることができます。

後見人に専門家になった場合には、相応のコストがかかりますし、注意しなければいけないことは、その人の判断能力が完全に回復するか、その人が亡くなるまで、後見制度を続けなければなりません。

その点、後見制度に比べれば、家族信託にかかる費用は一回きりのものです。被相続人が家族や親族に遺産の管理を託すため、高額な報酬は発生しないのが特徴で、資産家の方のみを対象にしたものではなく、多くの方が比較的に利用しやすい仕組みといっても良いでしょう。

## 契約書のルールについて

ビジネスや生活の中で契約書に関わる場面が多くあります。契約は、口約束でもできないことはありませんが、文書にする、つまり明文化することで、お互いの権利と義務を明らかにして約束の内容を確かなものにします。

また、記録として残すことで、後々のトラブルを回避することにもつながります。

また、契約書は「こんなはずではなかった…」という思い違いを防ぐためにも有効です。たとえば、自分（自社）にとって有利な状況を予測していたとしても、実際には具体的にその数字や方法が契約書に記されていないければ、相手が実行することはありません。

ん。甘い期待や予測ではなく、約束した内容を具体的に記した契約書が有用なのです。

よく言われるように、契約自体は契約書がなくても、例えば口頭だけでも成立します。しかし、簡単な内容の契約や期間の短い契約では口頭だけでも問題ないでしょうが、長期間にわたる契約や複雑な内容の場合は、きちんと文書化した方が良いでしょう。

契約書は、契約当事者の自由な意思で決定されるものなので、形式についても法律が特に要求している場合を除いて自由です。縦書きでも横書きでも、手書きでもワープロ書きでも構いません。（鉛筆書きは不可です）

通常、契約書に必要な事項とし



ては、①前文 ②表題 ③契約当事者の表示 ④目的条項 ⑤契約の内容 ⑥作成年月日 ⑦署名（記名）押印 ⑧目録 ⑨収入印紙の貼付などがあります。

この他、当事者が取得し負担する権利義務の内容、後で争いになって困るような事柄については、明確に記載しておくことが必要です。

（参考）捨印について

契約書の余白に押す捨印には訂正印の意味合いがありますので、必要がないのに押印するのは危険ですから、気を付けましょう。

## 豆知識

### 質の良い睡眠のとり方

長時間労働など、睡眠時間を適切にとることを阻害する要因が多い現代において、いかに質の良い睡眠をとることができるかが課題となっています。

近頃、睡眠不足が借金のように積み重なってしまうことを意味する「睡眠負債」という言葉を聞くことがあります。日本人の睡眠時間は年々少しずつ短くなり、1日の平均睡眠時間が6時間未満の人はこの7年間で28.4%から39.5%と10%以上も増加しています。



よく、「夜の10時から翌2時までの間に成長ホルモンが分泌される」と言われていますが、成長ホルモンの分泌は時間帯に左右されるわけではなく、入眠から約90分間のノンレム睡眠の間に成長ホルモンが多く分泌されることが分かっています。質の良い睡眠をとるために重要なのは、「何時に寝るか」ではなく、最初の約90分間で深い眠りに

つくことができるかがポイントになってきます。

また、良質な睡眠をとるためには、脳などの深部体温を上げてから下げることでも必要です。

睡眠はこの深部体温が少し下がったときから始まります。寝る90分前に入浴を済ませておけば、深部体温が上がったあと入浴時まで適度に体温が下がるので、スムーズな入眠とその後の良質な睡眠につながるようになります。

## お知らせ

### セミナー（無料）のご案内

開催日 平成30年9月22日(土) 午前10時  
(三鷹消費者活動センター3階)

テーマ 最近の相続対策と家族信託  
主催 三鷹雑学大学(講師 竹内健一)

開催日 平成30年11月8日(木) 午後3時  
(SMBC日興証券吉祥寺支店)

テーマ 相続遺言の具体的事例  
主催 高玉会計事務所(講師 竹内健一)

ご予約は、0422-57-7033  
ユーカリ行政書士事務所 竹内まで

### 無料相談会のご案内

随時受付中

平日9時～20時

土曜9時～17時（祝日除）

お気軽にご相談ください

（初回相談無料）

ご予約は、0422-57-7033

ユーカリ行政書士事務所  
竹内まで



セミナー風景

### ユーカリ行政書士事務所

F P・特定行政書士 竹内健一  
東京都三鷹市上連雀 8-8-11  
TEL 0422-57-7033  
携帯 090-9130-1243  
takeuchi@bc4.so-net.ne.jp