

2021
年版

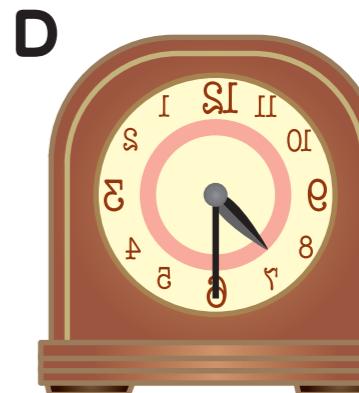
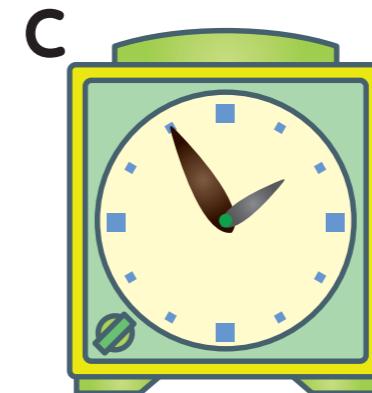
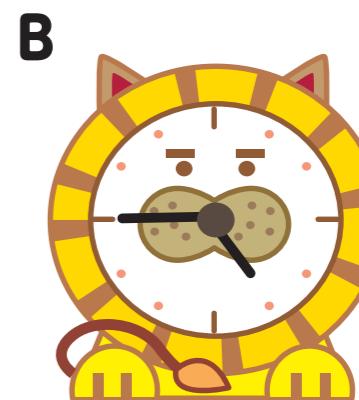
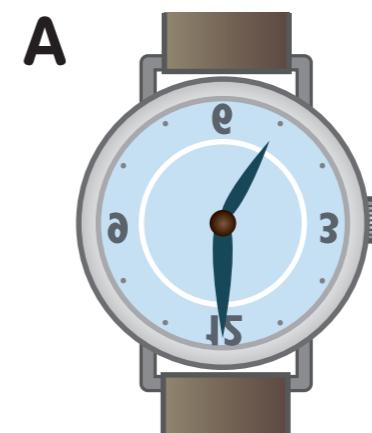
笑顔をまもる定期便

当社では、「認知症に備える・なってもその人らしく生きられる社会」を目指し、
「笑顔をまもる認知症保険」(骨折治療保険)のご契約者様に、年1回「笑顔をまもる定期便」をお届けします。
「笑顔をまもる定期便」では、認知症に関する「気づき」や「お役立ち情報」を紹介します。

疲れたなあ…
と思ったら

.. 脳のストレッチ!

疲れて頭がまわらない、この頃忘れっぽいと思ったら、
脳が疲れているのかも。脳も適度にストレッチしましょう。
下の図は、鏡に映った時計です。それぞれの時計は何時何分でしょう？



気になる
答えは
中面に！

「ニュートラック 脳ケア」アプリの紹介

あなたの
脳力レベルは？

認知機能の低下を予防するためには、早期発見と早めのケアが大切です。
少しでも不安を感じはじめたら、スマホで簡単に始められる「ニュートラック 脳ケア」をお試しください。

スマートフォンで見るだけの本格テスト

ニュートラック 脳ケア

【ニュートラック 脳ケア】

4つの特徴

- ★科学的根拠あり
- ★早期発見から改善まで一気通貫
- ★手軽
- ★認知症保険契約者は費用不要

QRコード

*「ニュートラック 脳ケア」はSOMPOひまわり生命と業務提携するニュートラック社が提供するサービスです。 *アプリの品質向上のため、お客様のご利用状況などの分析を行い、アンケートをお願いする場合があります。 *SOMPOひまわり生命のご契約者様、被保険者様以外の方は、利用できる期間に制限(1年間)があります。 *当社への個人情報の提供に同意いただいた方には、後生命保険のご案内をする場合がございます。

CHECK! こちらも是非チェックしてみてください **笑顔俱楽部** で 検索

認知症サポート SOMPO 笑顔俱楽部

認知症に関する情報や認知機能低下予防プログラム等の提供サービスです。

【SOMPO笑顔俱楽部】は保険商品付帯サービス*です。

*【対象保険商品】「笑顔をまもる認知症保険」「介護一時金特約」「介護年金特約」
【医療用総合生活障害保険特約】
【利 用・範 囲】●ご契約者様、被保険者様 ●ご契約者様、被保険者様のご家族(家族会員登録が必要です。)※法人のお客さまの場合は、被保険者様のご家族が利用できます。

マイリンククロス(Webサービス)のご案内

上記サービスのご利用や各種お手続きには **My Linkx** Webサービス のご登録が必要です。
「マイリンククロス」はご契約者様・被保険者様向けの登録無料の「お客さま専用ページ」です。
スマホ・パソコン等から24時間いつでもご利用いただけます。

郵送に比べて、スピーディにお手続き可能 ご契約者様・被保険者様限定のサービスをご用意 <https://mylinkx.himawari-life.co.jp/mylinkx/>

マイリンククロスでできるお手続き

ご契約内容の照会	Web上でいつでもご確認いただけます。
住所・電話番号の変更	Web上でお手続きが完了します。
ご家族連絡先の登録・変更	
保険料振替口座の変更*	
クレジットカードの変更	
ひまわりスマート給付金請求*	
改姓／受取人変更*	
解約*	
生命保険料控除証明書の再発行依頼	控除証明書再発行の受付・送付を行います。 (ご利用可能期間:10月上旬から翌年3月まで)
改名	書類の受付・送付を行います。

*ご利用にあたっては所定の条件がございます。

ログインは
こちらから!

QRコード

STEP1 会員登録
▼ご契約成立後

STEP2 ご契約情報(証券番号など)の登録

ひまわり生命 マイリンククロス で 検索

公式ウェブサイトからも登録ができますので、ぜひご登録ください。

法人のお客さまは、被保険者様がご登録いただけますが、ご契約に関するお手続きはご利用いただけません。

LINEでもご登録いただけます。
※個人のご契約者様限定です。

SOMPOひまわり生命保険株式会社

〒163-8626 東京都新宿区西新宿6-13-1 新宿セントラルパークビル
(公式ウェブサイト) <https://www.himawari-life.co.jp/>

お問い合わせ先
0120-563-506

受付時間：月～金 9:00～18:00 土 9:00～17:00
(日曜日、祝日および12月31日～1月3日は除きます)

認知症に備える!

自分らしい生活をするために 役立つしくみ・成年後見制度&家族信託

本人の権利をまもり契約や財産管理をする「成年後見制度」

認知症にかかり自分で物事の段取りがだんだんできなくなってくると、福祉サービスの利用契約や銀行・役所の手続きが上手くできないことがあります。そこで役立つのが「成年後見制度」です。成年後見制度とは、認知症などの脳や精神上の障害により物事を判断する能力が十分でない方に援助者(後見人等)をつけることで、ご本人の権利や財産を法的に守る制度です。選任された後見人等は、ご本人の意向や身上に配慮しながら、財産管理や医療・介護サービスの契約やその費用の支払いなどを通じてご本人の生活をサポートします。

お元気なうちに	任意後見	法定後見
判断能力が十分あるうちにご自身で決めた家族など(任意後見人)と、認知症などで判断能力が低下した時に代わりにして欲しいことや報酬を公正証書で契約します。	補助 財産の管理や手続きを1人するのに不安があるなど判断能力が不十分なとき	判断能力が衰えてきたら 日常の買物は出来るが、財産管理は難しいなど判断能力が著しく不十分なとき
判断能力が衰ってきた時に、ご本人、親族、任意後見人受託者が家庭裁判所に申立て、任意後見監督人を選任してもらい、その監督を受けながら本人を支援します。	法定後見は、ご本人や4親までの親族などが家庭裁判所に申立てることにより、後見人等(補助人、保佐人、後見人)を選んでもらいます。後見人等は、それぞれの区分内でできる身上保護や財産管理を行い家庭裁判所に定期的に報告。報酬は家庭裁判所が決めます。	1人で手続きができないなど判断能力の欠けているのが通常の状態にあるとき

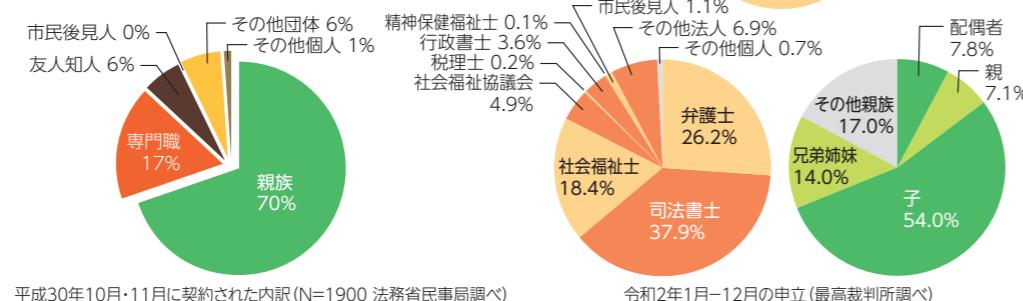
後見人はどんな人たちがなる?

後見人等には、弁護士、司法書士、社会福祉士などの専門職や、親族や市民後見人、非営利団体などが家庭裁判所から選任されています(右図参照)。

実例

脳梗塞で倒れたAさんは、脳血管性認知症の症状が出て、銀行の暗証番号もわからなくなってしまいました。生活に困ったAさんは後見人をつけてもらい、入退院の手続きや自宅を売買して施設入所のサポートをお願いしました。

任意後見受託者の属性

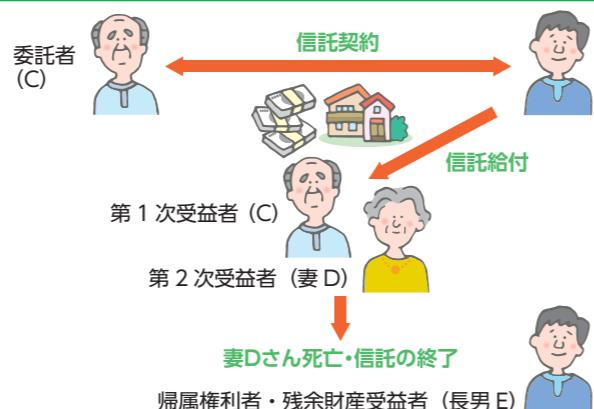


財産を信頼できる家族に任せる「家族信託」

家族信託は、委託者が自分の財産を信頼できる家族(受託者)に信託渡し、委託者が決めた一定の目的のために財産の管理を任せるものです。さらに、残った財産を残したい人(帰属権利者)に引き渡してその目的を達成する法制度です。

実例

Cさんが、認知症の妻Dさんと自分が認知症になった時の生活のために、長男Eさんを受託者として家族信託を結びました。Cさんが亡くなった後も、Dさんの生活も守られた上に、円滑な財産の継承もできました。



成年後見制度や家族信託はいずれも、メリット・デメリットがあるので、興味のある方は専門家に相談しましょう。

監修 弁護士 遠藤英嗣
最高検察庁、地方検察庁検事正を歴任。
2005年東京法務局所属公証人となる。
2009年日本公証人連合会常務理事、
2015年日本成年後見法学会常任理事

ウィズコロナ時代の認知症予防

新型コロナウイルス拡散に対する提言

1 1日30分以上の身体を動かす運動や体操をしましょう。
たとえば、お散歩などを3密にならない場所で。



2 ご自分の好きな、楽しいことを行なうことを日課にしましょう。
たとえば、歌を歌う、本を読む、絵を描く、マスクづくりなど。

3 ご家族や友人との会話を楽しみましょう。
直接お話しするときはソーシャルディスタンスを保って。またネットや電話を使って。

以上のことを行なうことで、元気にこの辛い時をみんなで乗り越えましょう。
(一般社団法人 日本認知症予防学会)

認知症の人のために家族が出来る10ヵ条

1 見逃すな「あれ、何かおかしい?」は、大事なサイン。

認知症の始まりは、ちょっとした物忘れであることが多いもの。単なる老化現象とまぎらわしく、周囲の人にはわかりにくいものです。あれっ、もしかして?と気づくことができるのは、身近な家族だからこそです。

2 早めに受診を。治る認知症もある。

認知症が疑われたら、まず専門医に受診すること。認知症に似た病気や、早く治療すれば治る認知症もあります。また、適切な治療や介護を受けるには、アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症などをきちんと診断してもらうのは不可欠です。

3 知は力。認知症の正しい知識を身につけよう。

アルツハイマー型認知症と脳血管性認知症では、症状の出方や進行、対応が違います。特徴をよく知って、快適に生活できるよう、その後の家族の生活や介護計画づくりに役立てましょう。

4 介護保険など、サービスを積極的に利用しよう。

介護保険など、サービスを利用するは当然のこと。家族だけで認知症の人を介護することはできません。サービスは「家族の息抜き」だけでなく、本人がプロの介護を受けたり社会に接する大事な機会です。

5 サービスの質を見分ける目を持つ。

介護保険サービスは、利用者や家族が選択できるのが利点。質の高いサービスを選択する目が必要です。また、トラブルがあったときは、泣き寝入りせず、冷静に訴える姿勢を持ちましょう。

6 経験者は知恵の宝庫。いつでも気軽に相談を。

介護経験者が培ってきた知識や経験は、社会資源の一つ。一人で抱え込まずに経験者に相談し、共感し合い、情報を交換することが、大きなささえとなります。



7 今できることを知り、それを大切に。

知的機能が低下し、進行していくのが多くの認知症です。しかし、すべてが失われたわけではありません。失われた能力の回復を求めるより、残された能力を大切にしましょう。

8 恥じず、隠さず、ネットワークを広げよう。

認知症の人の実態をオープンにすれば、どこかで理解者、協力者が手をあげてくれるはず。公的な相談機関や私的なつながり、地域社会、インターネットなどのさまざまな情報を上手に使い、介護家族の思いを訴えていきましょう。

9 自分も大切に、介護以外の時間を持とう。

介護者にも自分の生活や生き甲斐があるはず、「介護で自分の人生を犠牲にされた」と思わないように自分自身の時間を大切にしてください。介護者の気持ちの安定は、認知症の人にも伝わるのです。

10 往年のその人らしい日々を。

認知症になってしまっても、その人の人生が否定されるわけではありません。やがて来る人生の幕引きも考えながら、その人らしい生活を続けられるよう、家族で話し合いましょう。

出典元: 公益社団法人 認知症の人と家族の会

クイズの答え A:5時 B:7時15分 C:10時5分 D:7時30分