

ご挨拶

青空に入道雲がわき上がり、蝉の声がにぎやかに響く季節となりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。お子様の夏休みがはじまり、ご家族でのお出かけや帰省を計画されているご家庭も多いことと存じます。厳しい暑さが続きますが、どうぞ体調に気をつけて、楽しい夏をお過ごしください。

今月号も、暮らしのヒントや将来への備えについてお届けしてまいります。最後までお読みいただけますと幸いです。



台風シーズン前に確認！風災・水災への備えと保険



7月から9月は台風の多い季節です。強風や大雨による住まいへの被害は、突然やってきます。被害を受けてから保険のことを調べても間に合わないことがあります。台風シーズンが本格化する前に、ご自宅の火災保険が「風災」や「水災」に対応しているかを確認しておきましょう。

■ **風災の補償を確認する** 台風・暴風雨による屋根の損傷や窓ガラスの破損は「風災」として補償される場合があります。保険証券に「風災」の記載があるか確認しましょう。

■ **水災の補償を確認する** 大雨による床上・床下浸水は「水災」の補償対象です。ただし、水災は特約になっているケースもあります。お住まいの地域のハザードマップとあわせて、ご加入の補償内容を一度確認しておくで安心です。

■ **加入している保険証券を手元に置く** 災害後はすぐに保険会社への連絡が出来るように、保険証券や連絡先を浸水しにくい場所や複数箇所に控えておくで安心です。デジタルでの保存も対策として有効です。



夏バテを防ぐ3つの習慣

夏バテを防ぐために、暮らしの中でできる3つの習慣をご紹介します。

■ 食事ですっかり栄養補給

豚肉や大豆製品、夏野菜（トマト・きゅうり・ゴーヤなど）を意識して摂りましょう。冷たいものだけで済ませず、具材を加えてしっかり栄養を摂ることが大切です。

■ 質の良い睡眠を確保する

寝苦しい夜は冷えすぎないようにエアコンを活用し、ぐっすり眠れる環境を整えましょう。睡眠の質が落ちると疲れが取れず、夏バテが長引きます。

■ 入浴でリフレッシュ

シャワーだけで済ませず、ぬるめのお湯にゆっくりつかると、体の疲れがほぐれやすくなります。



■ SNSやクラウドの写真、誰に引き継ぎますか？～デジタル終活の次の一歩～

スマホやクラウドには、写真・動画・SNSの投稿など、ご家族にとってかけがえのない思い出が積み重なっています。こうしたデジタルデータは「デジタル遺品」とも呼ばれており、近年、その引き継ぎ方に関心が高まっています。なかでも課題になりやすいのが、SNSアカウントやクラウドに保存された写真・動画の取り扱いです。生前に何の備えもないままでは、パスワードが分からずご家族が大切な思い出にアクセスできないケースが少なくありません。各サービスが用意する公式の引き継ぎ手続きを知っておくことが、大切な記録をつなぐ確実な第一歩です。まず確認したいのが、各SNSサービスが用意している「アカウントの死後の設定」です。サービスによっては、ご本人が生前に管理者を指定したり、亡くなった後にご家族が申請したりすることで、投稿の閲覧・管理ができる場合があります。設定方法や手続きはサービスごとに異なりますので、詳細はご利用中の各サービスの公式案内をご確認ください。



担当者コラム

保険の受取人、最近見直しましたか？ ライフステージの変化に合わせて確認を

保険の受取人は、加入時のまま何十年も見直されていないこともあり得ます。結婚・離婚・子どもの独立など、ご家族の状況が変わったときは、受取人の確認と変更手続きを行いましょう。受取人の指定は保険会社への書面手続きで変更できます。お盆にご家族が顔を合わせるこの機会に、一度話し合ってみてはいかがでしょうか。

たとえば、離婚後も元配偶者が受取人のままになっているケースや、受取人に指定した親がすでに亡くなっているケースなどは、気づかないことも考えられます。万が一の際に保険金が希望通りに渡らないことを防ぐためにも、定期的な確認が大切です。

受取人の変更手続きは、ご契約内容によって必要書類や流れが異なります。まずは日頃お付き合いのある担当者に、ひと言声をかけていただくのが確実です。近年は郵送やインターネットで完結し、窓口へ行かずに済む場合もあります。

複数の保険に加入されている場合は、一つひとつ確認しましょう。医療保険・学資保険・個人年金など、種類ごとに受取人が異なることがあります。ご家族のためにも、加入している保険の一覧をつくっておくことをおすすめします。

まずは保険証券を引き出しから取り出して、受取人のお名前を確認するところから始めてみてください。数分でできる確認が、大切なご家族への備えにつながります。

■ 編集後記

最後までお読みいただき、誠にありがとうございました。暑い日が続きますが、お体に気をつけてお過ごしください。台風シーズンの備えや、デジタル遺品の整理など、少しでもお役に立てましたら幸いです。来月号もどうぞお楽しみに！

税理士法人TERAS

〒520-0043

滋賀県大津市中央三丁目4番28号

TEL.077-525-5008

