実家と住まいの 終活チェックリスト

「実家をどうするか」は、元気なうちに整理を始めた人ほど、選べる道が多く残ります。
ご自身の住まいにも、離れて暮らすご実家にも使えるチェックリストです。

STEP1 実家・住まいの現状チェック(10項目)

- ☐ 登記の名義を確認した
  亡くなった方の名義のままだと売却・解体で止まります。相続登記は2024年から義務化(過料あり)
- ☐ 共有者・抵当権など権利関係を確認した
  きょうだい共有のままだと、全員の同意がないと動かせません
- ☐ 建てられた年を確認した(1981年6月より前?)
  旧耐震かどうかで、売り方・使える補助が変わります
- ☐ 雨漏り・シロアリ・傾きの有無
  空き家は傷むのが速く、1年放置で修繕費が大きく変わります
- ☐ 残置物(家財)の量を見た
  片付け費用は量次第で数万〜数十万円。形見分けは早めが円満です
- ☐ 固定資産税の額を把握した
  「特定空家」に指定されると税優遇が外れ、最大6倍になることも
- ☐ 電気・水道・火災保険の契約状態
  空き家の無保険は危険。通電していないと劣化も進みます
- ☐ 境界・越境をご近所と確認した
  塀や木の枝の越境は、売る前に整理しておくと話が早いです
- ☐ 実家の相場をざっくり調べた
  「思ったより高い/安い」で方針が変わります。査定は無料でできます
- ☐ 家族で一度、話ができている
  一番大事な項目です。3ページ目の家族会議シートをお使いください

STEP2 自治体の制度チェック(7項目)

※お住まいの自治体にどれがあるかは、シニア住まいナビの地図に出典つきでまとめてあります

- ☐ 老朽家屋の解体費助成
  数十万円の補助がある自治体も。着工前の申請が原則です
- ☐ 高齢者向けの家賃助成・住み替え支援
  賃貸への住み替えで月額補助が出る街があります
- ☐ バリアフリー改修・耐震改修の補助
  手すり・段差解消は介護保険(最大20万円)との併用も
- ☐ 見守り・緊急通報サービス
  独り暮らしの安心。無料〜低額の自治体サービスが多いです
- ☐ 社会福祉協議会の相談窓口
  お金・くらし・成年後見の身近な相談先。地図に各社協を掲載しています
- ☐ 空き家バンク
  田舎の実家は市場より空き家バンクのほうが動くことがあります
- ☐ 制度の年度と要件
  年度替わりで内容が変わります。「いつ時点の情報か」を必ず確認

STEP3 実家の4つの選択肢(ざっくり比較)

選択肢	はじめにかかるお金	その後の負担	こんな方に
住む・戻る	改修費(補助あり)	税・光熱費は継続	愛着があり、立地が生活に合う
貸す	改修・片付け費	管理の手間は残る	手放したくないが空けたくない
売る	片付け・測量など	なし(現金化できる)	維持が負担。遠方に住んでいる
解体して活用	解体費(補助あり)	土地の税は上がる	建物が傷みすぎている

※どれが正解かは、実家の状態×ご家族の事情×相場で変わります。迷って当然の問題です。

STEP4 家族会議シート(コピーしてお使いください)

実家をどうしたいか(本人の希望):

家族それぞれの意見:

気がかりなこと・わからないこと:

いつまでに決めるか(目安の期限):

次にやる一歩(誰が・何を):

ここまで書いて迷ったら、30分だけプロに聞いてください

宅建士・CFP(1級FP)・行政書士の大湯琴音が、実家の売却も、
住み替えも、制度の使い方も、30分のオンライン相談(無料・
Google Meet)で一緒に整理します。売り込みは一切しません。
▶ 予約ページ: senior-sumai-navi.com/soudan/
▶ LINEで気軽に質問 → 右のQRコードから
(お子様世代からのご相談も歓迎です)

本資料の制度情報は作成時点の一般的な内容です。金額・要件は必ず各自治体・関係機関の最新情報をご確認ください。
発行: コトホーム株式会社(東京都千代田区・宅地建物取引業 東京都知事(1)第108371号)|シニア住まいナビ 2026年8月版