



エイシン通信

No.229令和7年 7月号

工事実績 21.260件 / 令和7年7月1日現在

デジタル遺品対策

亡くなった家族のスマホのロック解除ができず、ネット銀行の口座やサブスクの解約ができない。そんな「デジタル遺品」のトラブルが急増しています。

トラブルの原因

- スマホやパソコンのパスワードが分からないとロック解除できない
- ネット銀行や電子マネーなど、オンライン資産の契約が確認できない
- サブスクリプション(サブスク)は解約手続きをしない限り請求が続く
- 相続手続きに時間がかかり、必要なデータにアクセスできない

総務省の調査によると、スマートフォンの利用率は60代で78.3%、70代で49.4%に達しています(令和5年通信利用動向調査)。家族が故人の契約を確認できない、解約できないなどデジタル遺品を巡るトラブルは今後増えると考えられます。

「デジタル終活」今からできる4つの対策

スマホ等のID・パスワードは、第三者に知られないよう適切に管理することが重要ですが、その一方で万が一の場合、家族などがロック解除できるようにしておく必要があります。

① スマホやパソコンのロック解除ができるようにしておく

→ 名刺サイズの紙にID・パスワードを記入し、家族が見つけれられる場所に保管する。携帯の中のメモ機能に 色々な情報を記入しておくのもいいかもしれません。

② ネット上の契約を整理する

→ ネット銀行や電子マネー、サブスクの契約情報(サービス名・ID・パスワード)をリスト化し、家族が分かるようにする。

③ エンディングノートを活用する

→ デジタル資産のリストを エンディングノート にまとめておく。

④ スマホの「遺族用アクセス設定」を活用

→ GoogleやAppleには、故人のアカウントにアクセスできる「遺族用アクセス設定」があるため、事前に設定しておくことでスムーズに対応可能。

家族のために「デジタル終活」

スマホやネットサービスが生活の一部となった今、「デジタル遺品」のトラブルは誰にでも起こり得ます。家族が困らないよう、今のうちにスマホやネット契約の情報を整理し、「デジタル終活」を進めることが大切です。

～7がつのレシピ～



作り方

- (1) 豚ロースブロックは幅1cm、長さ5cmの拍子木切りにする。
- (2) 人参とじゃがいもは拍子木切りにし、サッとゆでる。
- (3) フライパンに油を熱し、(1)を炒める。火が通ったら(2)を加えて炒め合わせ、全体に油がなじんだらAを入れて炒める。カレー粉を加えて混ぜ合わせ、塩で味を調える。

ワンポイントアドバイス

豚肉はエネルギー代謝をスムーズにするビタミンB1を豊富に含むので、疲労回復に役立つと言われています。野菜を炒める前にあらかじめ茹でておくと油が少量ですみ、カロリーダウンできます。カレー粉は焦げやすいので最後に加えましょう。

豚肉とじゃがいものカレー風味炒め

材料 2人分

豚ロースブロック 160g じゃがいも 中1個(120g) 人参 60g
カレー粉 小さじ1/2
サラダ油 小さじ2 塩 ひとつまみ
A) 醤油 小さじ1 コンソメ顆粒 小さじ1/3

プチ情報♪

夏バテ回復食材

ビタミンB1は疲れを抜いて、体を元気にするビタミンです。私たちが食事にとった糖質はエネルギーになりますが、このエネルギー変換を助ける成分なのです。この働きにより体も心も、安定がはかれます。ビタミンB1が不足すると、体はネガティブモードになって、食欲不振、全身の疲れださといった症状が。夏場なら夏バテにかかってしまいます。ビタミンB1は豚肉やうなぎ、玄米、大豆、ごま、ナッツ類、のりなどに豊富に含まれています。これらの食品を夏バテ対策に食べるようにしましょう。またビールのつまみの枝豆もビタミンB1が豊富ですよ！



四国88箇所御朱印の旅

86番札所

五剣山 観自在院 八栗寺

(ごけんざん かんじざいいん やくりじ)

所在地: 香川県高松市牟礼町牟礼3416

電話番号: 087-845-9603



不動産情報

場所: 香川県三豊市三野町
間取: 3DK
賃料: 42,000円
敷金: 2ヶ月

おすすめポイント!!
・駐車場2台無料
・エアコン2台付

賃貸アパート



eishin

(株) エイシン

住所: 香川県高松市檀紙町1648-8

0120-512-337

ホームページアドレス <http://www.eishin-1.co.jp>



おかげさまで
37周年

エイシン

検索