

キラリ!+サステナビリティ活動 「責任銀行原則」への支持を表明しました! ~日本の銀行では初めて~

三井住友トラスト・ホールディングスは2019年1月22日、同年9月発効予定の「責任銀行原則」(PRB:Principles for Responsible Banking)を支持し、署名の意向を表明しました。これは、日本の銀行では初めてです。

「責任銀行原則」とは国連環境計画・金融イニシアティブ(UNEP FI)が提唱しているもので、銀行業務を持続可能な開発目標(SDGs)やパリ協定に示されているような社会的目標に即したものにすることを目的に策定されました。金融機関にはサステナビリティ(持続可能性)を巡る環境・社会的な課題の解決に向けて、主

体的な役割の発揮が求められています。同原則に対して、社会と株主の双方の価値を創造することで21世紀における経済と社会の変化の機会をとらえ、投資家、お客さま、社員、社会との信頼関係を築くことを支援するものとして、世界各国の銀行が支持を表明しています。

当グループは、今後も持続可能な社会の形成を目指してまいります。



PRINCIPLES FOR RESPONSIBLE BANKING

SuMi TRUST With You

2018年度
社会貢献活動
REPORT
vol.4

Special Topic スペシャルトピック

シニア世代の住まい ~住まいのダウンサイジング~

キラリ!+サステナビリティ活動
「責任銀行原則」への支持を
表明しました! ~日本の銀行では初めて~

健康長寿を目指すあなたに!
季節のパワーサラダ
レシピ

健康長寿を目指すあなたに! 季節のパワーサラダレシピ

キユーピー パワーサラダ特集 ▶



「パワーサラダ」とは、野菜、フルーツ、たんぱく質、トッピングが一皿でとれ、色々な食材の組み合わせが楽しめるサラダです。野菜とたんぱく質を共に摂ることで、サラダ単品に比べて栄養バランスも整い、健康な日常生活維持に役立ちます。毎日の食生活に、パワーサラダを取り入れてみませんか?



調理
時間の目安
10分

いちごとチキンとゆで卵のパワーサラダ

チキンささみといちごに、マンゴードレッシングがよく合います。

材料(2人前)

リーフレタス……………5枚(100g)	塩……………少々
スナップえんどう……………4本(20g)	キユーピー マンゴードレッシング……………適量
いちご……………6粒(90g)	サラダクラブ チキンささみ(ほぐし肉) ……2袋(80g)
ゆで卵……………2個(100g)	サラダクラブ ブラックオリーブ(スライス) ……1袋(25g)

作り方

- 1.リーフレタスは冷水にさらして水気をきり、食べやすい大きさにちぎる。
- 2.いちごはヘタを切り落とし4等分に切る。ゆで卵は4等分のくし形切りにし、さらに半分に切る。
- 3.スナップえんどうは筋を取り、塩を加えた熱湯でさっとゆでて水にとり、水気をさって縦半分に切る。
- 4.器に1を敷き、2、3、チキンささみを盛りつけ、ブラックオリーブを散らし、ドレッシングをかける。



1人当たりの栄養成分

エネルギー217kcal、たんぱく質18.9g、野菜摂取量60g、果物摂取量45g

メニュー提供
キユーピー株式会社
※禁無断転載

表紙の写真 わかめ さと 若芽の里トラスト(神奈川県横須賀市)

(公社)日本ナショナル・トラスト協会 ▶



「ナショナル・トラスト」は19世紀の英国で発祥した美しい自然や歴史的建造物を市民などからの寄付によって買い取り、守る活動です。日本では1960年代に始まり、現在は全国50以上の地域に活動の輪が広がっています。三井住友トラスト・グループは、「国内のトラスト地を増やすことは私たちの生存基盤を守ることに繋がる」と考えており、ナショナル・トラスト活動を応援しています。

若芽の里トラストは三浦丘陵の一角に位置し、近郊緑地特別保全地区に指定されている衣笠山公園のエリアと隣接しています。2016年、「先祖代々受け継がれてきた屋敷林を守ってほしい」という所有者の遺言により、日本ナショナル・トラスト協会に寄付されました。周辺で道路や宅地開発が進む中、横須賀の豊かな里山の原風景を今に残す貴重な場所です。

現在、地元のNPOが中心となって、敷地内の植生管理や小学生との水田づくり体験などを行っており、地域が連携しながら横須賀市の里山環境を再生する取り組みが始まっています。

表紙の写真は春の里山を代表する植物ニリンソウです。若芽の里トラストにも毎年この花が咲き、春の訪れを感じさせてくれます。



当社のサステナビリティ活動はこちら

サステナビリティサイト▶



支店ブログ▶



シニア世代の住まい ~住まいのダウンサイジング~

住まいの理想は、住み慣れた環境での生活をなるべく長く継続する「エイジング・イン・プレイス」と言われています。2018年度のWith Youは、エイジング・イン・プレイスをより良く実現するためにリフォームをテーマとし、4回シリーズで最新の情報をお届けしています。

愛着のある住まいで長く暮らすためには、家族構成やライフスタイルに合わせて、住まいそのものをコンパクトにする工夫も必要ではないでしょうか。

最終回となる今回は、住友林業ホームテック株式会社の中山貴裕次長に「住まいのダウンサイジング」について解説していただきました。



住友林業ホームテック株式会社
営業推進部 次長
中山 貴裕氏

“ミスマッチ”になっていませんか？

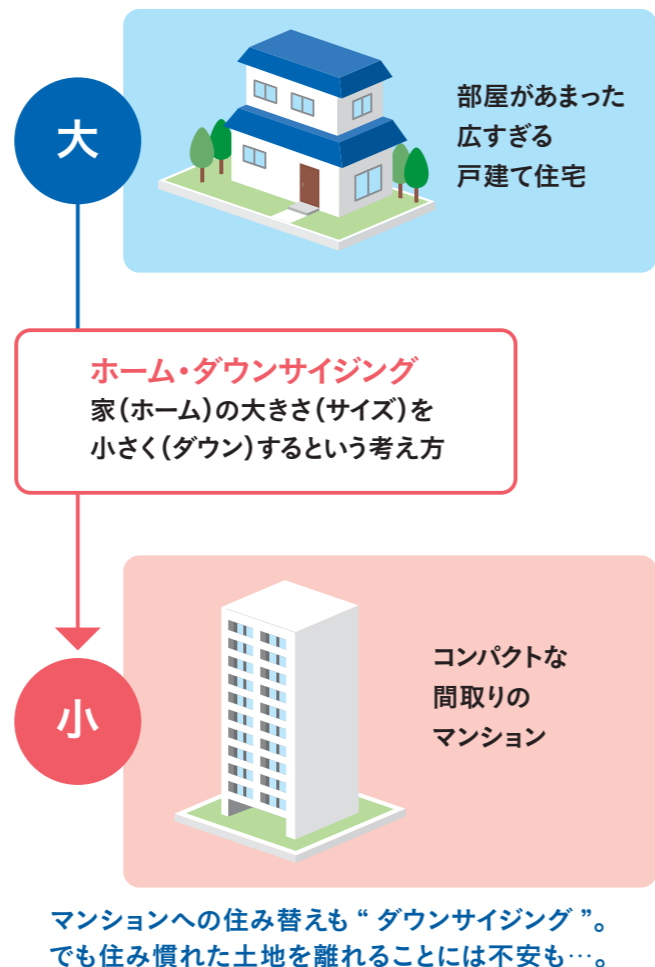
幼い頃は家の中をにぎやかに走り回っていた子どもたちも、やがて成人し、独立していきます。子ども部屋は空き、広いリビングや大きなダイニングテーブルは不要になり、遊び場としての庭もいらなくなります。住まいは、50年60年と住み続けていくものですが、その間に家族構成やライフスタイルは変わり、体力面の変化もあります。新築当時のままの住まいと現在の暮らしの間の“ミスマッチ”を感じている方も多いのではないのでしょうか。実際、「使っていない部屋がいくつもある」「広いので掃除が大変」「階段の上がり下りが面倒」「段差につまづきそうで怖い」……そんな声を耳にすることが少なくありません。

ラクで安全で、無駄のない暮らしに

「人生100年」といわれる時代です。子どもたちが巣立ってからご夫婦2人、あるいは単身で過ごす期間が30年以上に及ぶことはまれではありません。その長い年月を、住み慣れたわが家で、楽しく安全に暮らしていくためには、住まいの見直しが必要です。もしそこに暮らしとの“ミスマッチ”があれば、家事の負担が必要以上に大きくなったり、広い家の中の温度差が身体に負担を掛けたり、ケガをしたり、さらに冷暖房や照明に無駄なエネルギーを費やすことになるかもしれません。では、どうするか——その見直しのキーワードが“ダウンサイジング”です。

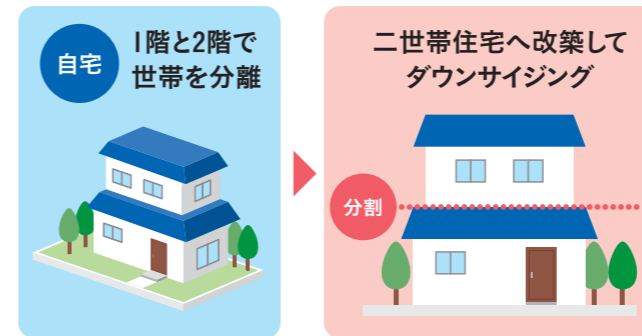
リフォームといえば、広くする、増築するという“アップサイジング”が思い浮かぶかもしれません。しかし、ご夫婦2人、あるいはお一人の暮らしに合うように、住まいをコンパクトにすることが暮らしやすさにつながります。大きな戸建てを売却してマンションに住み替えるという方法もあり、これも“ダ

ウンサイジング”のひとつですが、住み慣れた土地を離れ、思い出の残る家を手放すこととなります。できればこれまでの住まいをいかせる“ダウンサイジング”をしたいもの。ここで、3つの方法をご紹介します。



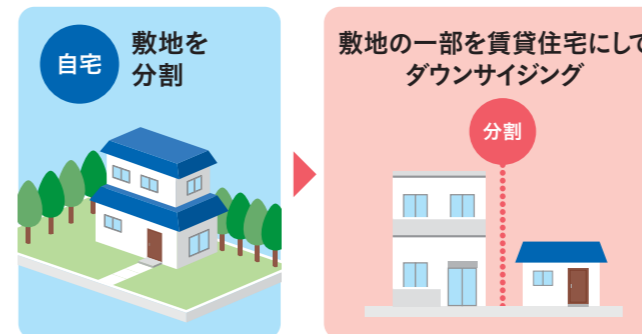
住み慣れた住まいをダウンサイジングする3つの方法

1.二世帯住宅に改築する



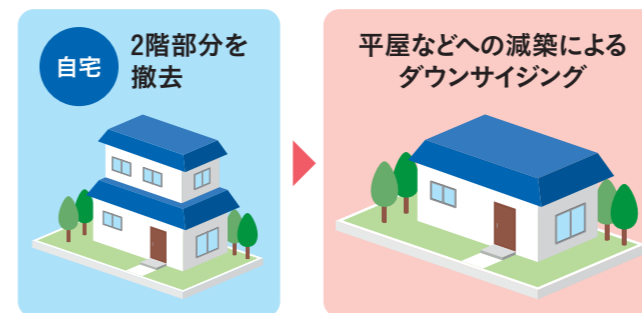
1つは二世帯住宅への改築です。1階を親世帯、2階を子世帯の住まいにして、2階部分は一部増築して浴室やキッチンを設けます。増築しますが、親世帯、子世帯それぞれの住まいとして見れば、いずれもコンパクトです。また、二世帯住宅にすれば、将来相続が発生したときに土地の評価額が80%減額される優遇策を受けることができます(細かい条件がありますので必ず専門家に相談ください)。

2.敷地の一部を有効活用して賃貸住宅を建てる



2つめの方法は、住まいを小さくして敷地を分割し、ゆとりができた場所に賃貸住宅を設けることです。暮らしやすくなると同時に、毎月の家賃収入が安心につながります。

3.2階を撤去して住みやすい平屋にリフォーム



3つめは、2階建ての住まいの2階部分を撤去して思いきって平屋にすることです。そして、バリアフリー設計とし、寝室の近くにトイレや浴室を設けます。また、寝室とリビングを一体にできるようにゆとりと確保、さらに個室を2カ所以上設け、ご夫婦それぞれのプライバシーが確保できるようにしておきます。こうすれば、それまでの住まいを維持しつつ家事の負担を減らし、安心して暮らせる住まいにすることができます。実際、住友林業ホームテックが担当させていただいたMさまのリフォームは、この平屋への減築を行ったものでした。

[実際に減築リフォームしたMさまのケース]

Mさまのお困り事
築50年を経過し、耐震の面でも不安がある。
使わない部屋があり、広すぎて掃除が面倒
キッチンが北側の暗い場所にあり、冬は寒い
両親が大事にしてきた家なので壊す決断ができない

住友林業のリフォームのご提案
2階部分を撤去して平屋にする
部屋数を減らし明るくゆとりとした大空間を設ける
キッチンを南側に移動し、LDK一体にする
浴室は広くして浴室暖房乾燥機を設置。手すり・滑り止めなど安全面に配慮したものに
寝室のそばにトイレ、洗面室、浴室を設ける
段差をなくし廊下の幅も広げ、車いすにも対応できるようにする
耐震性能を向上させ、安全性を高める

工事終了後、奥さまからは「部屋数が減り掃除が楽になりました。毎日明るい気持ちで過ごしています」「大好きなクラシックを聴きながら暖かいキッチンで料理するのが楽しい」という声が届きました。ご主人も「庭の菜園の採れたての野菜をキッチンに運び、妻が料理するなど二人の時間を楽しんでいます。どの部屋からも庭が眺められ、四季の変化が感じられるのもうれしいですね」と感想を寄せてくださいました。「ダウンサイジング」リフォームという選択肢も、ぜひ覚えておいていただければと思います。