



## 田舎拠点が重荷になる前チェックリスト

✦はじめに | 決めることが多くて、不安になる時期だから

60 歳前後になると、

これまで後回しにしてきたことが、一度に現実味を帯びてきます。

- 今の住まいは、このままでいいのか
- 田舎に拠点を持つのは現実的なのか
- 年金と貯蓄で足りるのか
- 何か収入源を持った方がいいのか

こうした不安は、考えすぎでも弱さでもありません。

むしろ、人生の後半に入る前の自然な反応です。

このチェックリストは、

「今すぐ決めましょう」と背中を押すものではありません。

ただし、一つだけ大切な前提があります。

急がなくていい。

でも、順番だけは間違えないでほしい。

そのための“整理の途中段階”として、

この PDF を使ってください。

## ✔ セクション 1 | よくある思い込み

### 思い込み①

「田舎の家を整えれば、あとは安心」

- リフォームや設備は目に見えるため、  
安心感を得やすい判断材料になります。  
ただし、**維持費・管理・通う負担**は後から効いてきます。

### 思い込み②

「副収入があれば不安は解消する」

- 収入は心強い一方、  
時間・責任・体力が必要になる場合もあります。  
不安の正体が“お金以外”のこともあります。

### 思い込み③

「みんな同じように考えているはず」

- 年金額、健康状態、家族構成、価値観は  
人によって大きく違います。  
他人の選択が、そのまま当てはまるとは限りません。

## 思い込み④

「一度決めたら、もう戻れない」

→ 実際には、  
戻れる余地が残る選択と、  
戻りにくくなる選択があります。  
その違いは、事前に整理できます。

## ✅ セクション 2 | 判断を整理するチェックリスト

※Yes でも正解とは限りません

以下は、自分の状況を見える化するための表です。  
チェックが増えるほど、  
「簡単に決められる話ではない」と感じられれば十分です。

※「はい」が多くても安心とは限りません

※「いいえ」が多くても不安になる必要はありません

確認項目	はい	いいえ	メモ（気になる点）
今後 10 年以上、田舎拠点を維持できる体力がある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
固定費（税金・光熱・修繕）を把握している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
通わなくなった場合の管理方法を考えている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
副収入が「必須」か「余裕」か整理できている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
配偶者と住まいの優先順位を言葉にして話した	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
手放す・貸す可能性を完全には排除していない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
迷った時に相談できる先が思い浮かぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

## ✔ セクション 3 | ここで立ち止まってほしい判断

次の判断は、

一人で決めきろうとするとズレやすい境界線です。

### ① 収入を増やすか、負担を減らすか

同じ条件でも、

「収入がある方が安心な人」と

「負担が少ない方が楽な人」に分かれます。

### ② 拠点を持つか、必要な時だけ使うか

自由度が上がる人もいれば、

管理の重荷になる人もいます。

正解は人によって逆になります。

### ③ 早めに決めるか、試しながら考えるか

準備が進む人もいれば、

引き返しにくくなる人もいます。

スピードの合う・合わないがあります。

※ここでは、答えを出す必要はありません。

## ✔ セクション 4 | ここまで整理できたら次へ

ここまで読み進められた方は、  
すでに気づいているはずです。

この判断は、  
勢いや感情だけで決めると危ない。

それは慎重すぎるからではありません。  
年金・収入・支出・働き方・住まいは、  
切り離して考えるほど判断が歪みやすいからです。

一人で決め切ろうとしないことは、  
弱さではありません。

判断を取り戻すための行動です。

## 最後に

急がなくていい。

でも、考えないままにしないでいい。

このチェックリストが、

あなたの住まいとこれからを

**整理する時間**になれば幸いです。