無料の資料　2026年11月版

実家の片付け 準備チェックリスト

離れて暮らす親の家を片付ける前に、確かめておきたいこと。

- 親と話す
- 残す物・探す物を決める
- ごみの出し先を調べる
- 当日のこと
- 相談先を知っておく

ゴミ屋敷片付けのはればれ（株式会社ビッグパートナーズ）
https://gomiyashiki-harebare-osaka.com/shiryo/jikka-check/

1　親と話す

- [ ] 片付けたい理由を、責める言い方ではなく「心配だから」「暮らしやすくしたいから」と伝えた
- [ ] 片付けることに、親が同意している（住んでいる人の物を、本人に黙って捨てない）
- [ ] 一度に全部でなく、どこから始めるかを一緒に決めた
- [ ] 親の体調や気持ちに合わせて、急がない日程にした

2　残す物・探す物を決める

- [ ] 親が残したい物を聞いた（思い出の品・写真・手紙など）
- [ ] 探しておきたい物を書き出した（通帳・印鑑・保険証券・年金の書類・権利証・鍵など）
- [ ] 捨てるか迷う物を、いったん置いておく場所を決めた
- [ ] 兄弟姉妹など、ほかの家族の希望も聞いた

3　ごみの出し先を調べる

- [ ] 実家のある市町村で、一度に多く出るごみをどう出すか調べた（臨時収集・許可業者・清掃工場への持込み）
- [ ] 申込みの期限（例：10日前まで）と、収集の日の立会いが要るかを確かめた
- [ ] 家電4品目（エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機）の出し方を確かめた
- [ ] 「何でも持って帰る」業者には頼まない（家庭のごみを運ぶには市町村の許可か委託が必要）

4　当日のこと

- [ ] 片付けの日と、ごみの収集の日の順番を決めた
- [ ] 誰が立ち会うかを決めた（親本人・家族）
- [ ] 車を止める場所や、ご近所へのあいさつを考えた

5　相談先を知っておく

- [ ] 親の暮らしの支えについて：お住まいの地域包括支援センター（高齢の方とご家族の総合相談の窓口）
- [ ] 相続や家の売却について：司法書士・税理士・不動産会社などの専門家（はればれは相続の手続き・不動産の売買は行いません）
- [ ] 業者との料金トラブル：消費者ホットライン「188」
- [ ] 片付けそのもの：はればれの相談フォーム（https://gomiyashiki-harebare-osaka.com/contact/）