

行政書士と一緒に

エンディング
ノート付き

終活

ハンドブック



行政書士と一緒に

終活ハンドブック

【ごあいさつ】 いると安心 🐾 かかりつけ行政書士！

しゅうかつ？ シューカツ!? いやいや「終活」!!

皆さんは「しゅうかつ」という言葉を聞いて、まず頭に思い浮かべるのは「就活」でしょうか？ それとも「終活」でしょうか？

若い方なら就職活動の「就活」、そうでない方なら人生の終わりについて考える活動の「終活」に興味がありそうです。

ちょっと街に出て、書店の店頭を覗いてみると、「終活」「終活」「終活」の文字が至る所に存在しています。もうブームと言ってもいいでしょう！

さて、そんな「終活」ですが、あなたはどこから始めますか？ 何から始めますか？

「終活」の難しいところは、「しゅうかつ、しゅうかつ、しゅうかつ」と三遍唱えればたちどころに事が進む話ではないからです。でもこれって当たり前ですよ。自分の人生について考える大事なことです。

問「じゃあ一体どうしたらいいの？」

答「今、あなたが手に取っている、この『行政書士と一緒に 終活ハンドブック』を読みましょう！」

これから終活をスタートさせようとしている方、すでに始めた方、始めてみたけれど挫折した方、どんな方でもいいので読んでみてください。行政書士ならではの気づきを活かした、ちょっとイカした内容になっています。

私たち行政書士は、どんなときでもあなたに寄り添う優しきパートナー（かかりつけ行政書士）でありたいと思っています。

さあ、今日からこのハンドブックと一緒にあなただけの「終活」を始めませんか？

東京都行政書士会 広報部長 榎本 晃

- 目次 -

特典	終活の進め方／エンディングノート	—————	p.02
01	生前整理	親の遺品整理が大変だった… 自分は早くから片付けしたい	— p.22
02	デジタル遺産	知らなかった！ スマホの中にも遺産が!?	————— p.26
03	高齢者施設・介護施設	母が退院します その後の生活が心配です	————— p.30
04	任意後見契約	認知症になったらどうしよう… 老後がとても不安です	— p.34
05	民事信託	老後は家を売って施設に入ろうと思っています	————— p.38
06	ペットのための信託	自分がいなくなってもペットに幸せに暮らしてほしい	— p.42
07	空き家問題	この家、誰か住んでくれるのかな…?	————— p.46
08	相続土地国庫帰属制度	引き取り手のいない土地を相続してしまった	————— p.50
コラム	争族▲▲事例	—————	p.54
09	遺言書	遺言書はこれから安心して迎えるための人生の設計図です	— p.58
10	生前贈与	未来へ財産をつなぐ ～孫の教育資金を出してあげたい～	— p.62
11	尊厳死宣言公正証書	延命のためだけの治療は受けたくない！ 私らしく最期を迎えたい	— p.66
12	臓器提供・献体	臓器提供や献体に興味があります	————— p.70
13	墓じまい	田舎のお墓を継ぐ人がいないので、墓じまいを検討しています	— p.74
14	葬儀・埋葬	自分らしい最期を迎えたい	————— p.78
15	死後事務委任契約	自分が亡くなったあと、できるだけ人に迷惑をかけたくない	— p.82
16	おひとり様	ひとりでも安心して暮らしたい	————— p.86
17	パートナーシップ	同性パートナーや事実婚の終活 ～私らしく生きるために～	— p.90
付録	相続スケジュール	—————	p.94

終活の進め方

終活とは、人生の終焉^{しゆうえん}の準備や老後の生活の準備などをする活動を言います。

エンディングノートの記入、自分の葬儀・お墓の準備、遺言書の作成、家財道具や荷物の整理など、人によってやることは様々ですので、終活の進め方に決まりはありません。

そうは言っても「終活をやった方がいいとは思うけど、どう進めたらいいのかわからない…」という方も多いのではないのでしょうか。

そんな方の参考になるように、終活の進め方の一例をご紹介します。

1 まず、本誌の終活スターティングノート(エンディングノート)を記入して、自分の考えを確認してみましょう!

- 【ポイント】
- 分からないところや興味のない項目は飛ばしてもOK。
 - 準備しておいた方がいいと感じたことや興味がわいたことは、該当する記事ページを読んでみましょう。

2 家族と終活について話してみよう。

- 【ポイント】 ● 家族の希望や心配していることを聞いてみましょう。

3 自分の考えと家族の意見を確認したら、もう一度終活スターティングノートを見直してみましょう。

- 【ポイント】
- 最初にしたことを書き直してもOK。
 - もっと詳しく書きたくなったら、書店で自分に合ったエンディングノートを探してみるのもいいでしょう。

4 準備しておいた方がいいこと、やってみたいことが分かってきたら自分の終活を進めましょう!

- 【ポイント】 ● 何からやってもOKですが、遺言書の作成や任意後見契約等、法律行為が必要なことは先に進めておくと安心です。

参考にしてニャ



終活 スターティングノート 【エンディングノート】

終活をはじめるときに
エンディングノートで
自分の考えを
整理しましょう！



エンディングノートは自由に書けるのが利点ですが、その反面、法的拘束力がありません。

遺産分割などについて書いておきたい場合は、きちんと遺言を書いておきましょう。

自分について

●プロフィール

ふりがな		
氏名		血液型
生年月日		
住所		
本籍		
TEL		
携帯		
メール		
持病・ 既往歴など		
ペットに ついて		

P.42 「ペットのための信託」を
確認しよう!

家系図・家族構成など

「おひとり様」、「パートナーシップ」について
気になる方は、P.86、P.90を確認しよう!

介護・後見人について

●介護をお願いしたい人

- 家族
- ヘルパーなど介護のプロ
- 家族・親族の判断に任せる

●介護を受けたい場所

P.30「高齢者施設・介護施設」を確認しよう!

- 自宅
- 病院や介護施設
(施設を決めている 施設： _____)
- 家族・親族の判断に任せる

●介護にかかる費用

- 自分の預貯金でまかなう
- 民間の保険に加入している
- 家族・親族からの援助が必要
- 家族・親族の判断に任せる
- 施設に入る費用は自宅を売却してまかなう

P.38「民事信託」を確認しよう!

●後見人

- 配偶者 (夫・妻) に任せたい
- 子 供 (_____) に任せたい
- 知 人 (_____) に任せたい
- 任意後見契約をしている

P.34「任意後見契約」を確認しよう!

(契約先： _____)

- 特に考えていない

介護・後見人についての私の想い

A series of horizontal dashed lines for writing.

医療について

●病名と余命の告知

- 病名も余命も告知してほしい
- 病名も余命も告知しないでほしい
- 病名だけ告知してほしい
- 余命だけ告知してほしい
- 家族・親族に任せたい



●延命治療

P.66 「尊厳死宣言公正証書」を確認しよう!

- 延命治療を希望する
- 延命治療はせず、尊厳死を希望する
(苦痛をやわらげる緩和ケアを希望する 緩和ケアを希望しない)
- 「尊厳死の宣言書」「リビングウィル」等を作成している
(保管場所： _____)
- 家族・親族に任せたい

●臓器提供・献体

P.70 「臓器提供・献体」を確認しよう!

- 臓器提供の意思表示をしている
(マイナンバーカード・運転免許証・臓器提供意思表示カード・インターネットによる登録)
- 献体の登録をしている
※献体を希望する場合は、事前の登録が必要です
(登録団体： _____)
- 臓器提供や献体はしたくない
- 家族・親族に任せたい

医療についての私の想い

A series of horizontal dashed lines for writing.

お墓・葬儀について

●お墓

- 先祖代々のお墓
- すでに購入しているお墓
- これから購入する予定がある
- 納骨堂等で永代供養してほしい
- 樹木葬を希望する
- 家族・親族に任せたい
- 墓じまい(改葬)を希望する
- お墓は必要ない

P.74「墓じまい」を確認しよう!

(散骨 ・ 手元供養 ・ 他の希望 : _____)

●葬儀

- 葬儀を希望する
 - 友人・知人を多く呼んでほしい
 - 家族・親族のみでやってほしい
 - 遺影に使用してほしい写真がある

P.78「葬儀・埋葬」を確認しよう!

(保管場所 : _____)

その他、お花・音楽・死装束などの希望がある

(希望 : _____)

- 直葬を希望する
- 家族・親族に任せたい

●死後事務委任契約

P.82「死後事務委任契約」を確認しよう!

- 死後事務委任契約をしている

(受任者 : _____)

相続・遺言について

●相続

- “争族”や相続税について具体的な対策をしている

※「争族」とは、遺産相続をめくり親族が争いになってしまうこと

(相談先 : _____)

- “争族”や相続税について対策はしていない

対策しなくても大丈夫だと思っている

関心はあるがやっていない

- (_____)に任せている

- 相続人に任せる

P.54「争族▲▲事例」を確認しよう!

●遺言

- 遺言書がある

(自筆証書遺言 ・ 公正証書遺言 ・ 秘密証書遺言)

(保管場所 : _____)

- 遺言書を作成する予定がある

- 遺言はない

P.58「遺言書」を確認しよう!

●生前贈与

- 生前贈与をした

(誰に : _____ いつ : _____ 何を(いくら) : _____)

(誰に : _____ いつ : _____ 何を(いくら) : _____)

- 生前贈与をする予定がある

(誰に : _____ いつ : _____ 何を(いくら) : _____)

(誰に : _____ いつ : _____ 何を(いくら) : _____)

- 生前贈与はしていない

P.62「生前贈与」を確認しよう!



相続・遺言についての私の想い

A large rectangular area with a thin brown border, containing 20 horizontal dashed lines for writing.

財産について

●財産一覧

不動産がある ない

自 宅（土地・建物）

（所在地： _____）

P.46「空き家問題」を確認しよう！

その他（土地・建物）

（所在地： _____）

P.50「相続土地国庫帰属制度」を確認しよう！

権利証等の保管場所： _____

預貯金がある ない

金融機関名	支店名	連絡先	通帳・ネット
			<input type="checkbox"/> 通帳 <input type="checkbox"/> ネット
			<input type="checkbox"/> 通帳 <input type="checkbox"/> ネット
			<input type="checkbox"/> 通帳 <input type="checkbox"/> ネット
			<input type="checkbox"/> 通帳 <input type="checkbox"/> ネット
			<input type="checkbox"/> 通帳 <input type="checkbox"/> ネット

通帳等の保管場所： _____

株式・投資信託がある ない

預入証券会社	支店名	連絡先

資料等の保管場所： _____

その他有価証券や金融資産等がある ない

種 類	名 称	連絡先

資料等の保管場所：

保険に加入している していない

保険会社	支店名	保険の種類・内容	連絡先

証券等の保管場所：

負債(借金・ローン)がある 保証人になっている ない

借入先	連絡先	メモ

デジタル遺産やサブスクなどの契約について

- パソコンやスマホに家族に渡したいデータがある ない

内容	保存場所	メモ

- 解約が必要な定期購入・サブスク*等の契約がある ない

内容	連絡先	メモ

*サブスク：有料配信など月額・年額での定額料金サービス。

生前整理(片付け)について

- 生前整理をした 生前整理をする予定 しない

(処分した(する)もの： _____)

(残したいもの： _____)

- 生前整理(片付け)は家族・親族に任せたい
- 今は処分できないが、自分が亡くなった後の処分は家族・親族に任せる
- その他 (_____)

連絡先について

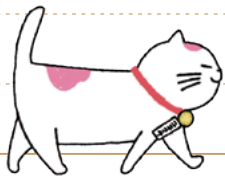
●いざという時に連絡してほしい方

	氏名	連絡先	関係
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

	氏名	連絡先	関係
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			



A series of horizontal dashed lines for handwriting practice, starting from the top of the page and extending down to just above the bottom margin.



01

生前整理

生前整理

親の遺品整理が大変だった… 自分は早くから片付けしたい

「終活」という言葉を聞くと、なんだか難しそう、面倒くさそう、と身構えてしまう方もいるかもしれませんが、しかし、終活は決して難しいことではありません。それは終活が、「これからの人生をより豊かに生きるための準備」であり、「大切な家族への愛情と感謝の気持ちを形にする作業」だからです。そして、その第一歩となるのが、身の回りや心の整理、つまり「片付け」なのです。

なぜ「片付け」が終活の第一歩なの？

● 家族の負担を減らす

ご自身が亡くなった後、ご家族にとって大変なことのひとつが「遺品整理」です。悲しみに暮れる中、膨大な量の家財や思い出の品々を整理するのは、肉体的にも精神的にも大きな負担になります。特に、故人が何をどこに持っていたか、財産の状況はどうなっているか、といった情報がないと、作業は途方もなく時間のかかるものになってしまいます。

生前にご自身で「生前整理」をしておくことで、ご家族の負担を劇的に減らすことができます。これは、単に「物を減らす」こと以上に、「家族が迷わないための道筋をつける」作業なのです。

● 過去を振り返り、未来を設計する

生前整理は、ご自身の持ち物、つまり「人生の軌跡」を見つめ直す最高の機会です。

- これはどこで買ったもの？
- この写真はいつ撮ったもの？
- この書類はまだ必要なもの？

一つひとつ確認していくことで、ご自身の人生を振り返り、「本当に大切なもの」「これからの人生に必要なもの」を見極められます。これは、「心の片付け」でもあり、残りの人生をどう生きたいか、という未来の設計図を描くことにつながります。

ご自身でできる! 3つのステップ

終活の「片付け」は、いきなり全てを完璧にしようとする必要はありません。どこから手を付けていいかわからない、という方は、次の3つのステップで、ご自身のペースで進めてみましょう。

ステップ1 目に見えない「情報」の整理から

物理的な物を整理する前に、まずは「情報」の整理から始めましょう。ご家族にとって最も重要で、最も見落とされがちな部分だからです。

「もしもの時」にご家族が困らないよう、次の情報を1冊のエンディングノートに記載しておきましょう。（「エンディングノート」についてはP.2参照）

記載しておくといいもの

金融情報	「どこの銀行の支店に口座があるか」、「証券会社との取引があるか」、「通帳やカードはどこにあるか」など。
保険情報	生命保険、医療保険、火災保険などの保険会社、証券番号、連絡先、保険証券の保管した場所など。
契約情報	携帯電話、インターネット、サブスクリプションサービス（動画配信など）の契約内容やID、パスワードなど。 解約が必要なサービスにメモをつけておく。
不動産情報	権利証（登記識別情報）、固定資産税の通知書や、不動産に関する書類の保管場所、住所、地番、登記名義人など。

この「エンディングノート」は、ご家族がすぐに分かる場所に保管し、保管場所も伝えておきましょう。

ステップ2 手放しやすい「小物」から始める

次に、目に見える「物」の整理です。思い出が詰まった物から始めると心が折れてしまうので、まずは判断に迷わない「手放しやすい物」から始めましょう。

片付けの3つの箱を用意する

1. **「残すもの (Keep)」** : 今後も使うもの、思い出として大切にしたいもの
2. **「手放すもの (Give/Throw)」** : 捨てる、売る、譲るもの
3. **「迷うもの (Later)」** : 判断に時間がかかるもの

「迷うもの」は、一旦箱に入れて日付を記入し、半年後や1年後に再度見直すというルールにすると、作業が進みやすくなります。

具体的なターゲット

衣類	: 1年以上着ていない服、サイズの合わない服
古い書類やDM	: 期限切れの保証書、もう必要のない請求書、大量のチラシ
台所用品	: 使っていない食器や調理器具
試供品や景品	: 溜め込んでいるが、使用していないもの

ステップ3 最重要書類と「思い出の品」の仕分け



最後に、最重要書類と思い出の品を整理します。

- **最重要書類の集約** : 権利証(登記識別情報)、証券など、重要な書類を一つのファイルBOXに集約します。このファイルBOXを「家族のための重要書類BOX」として、保管場所を共有しましょう。
- **思い出の品の厳選** : アルバム、手紙、日記など、ご家族と共有したい大切なものだけを厳選します。「全てを残す」のではなく、遺された家族の負担にならないように「最も大切なものだけを、わかりやすい形で残す」という意識が重要です。

定期的な見直しを習慣に

終活の「片付け」は、一度すればいいというものではありません。人生のステージが変わるたびに、持ち物も、考え方も変化します。

- **半年に一度**：「エンディングノート」の内容に誤りがないか、契約内容に変更がないかを確認する。
- **一年に一度**：「迷うもの」の箱を開け、本当に必要かどうかを再検討する。

定期的に見直すことで、ご自身の現状と向き合い、常に「家族に負担をかけない状態」を維持できます。

終活の「片付け」は、ご自身のためであり、何よりも大切なご家族のためにできる、「愛のメッセージ」です。まずは一步、できることから始めてみましょう。ご自身の人生を整理し、未来への「安心」という名のメッセージを形にしてください。



片付けが大変な方もここだけは気をつけよう

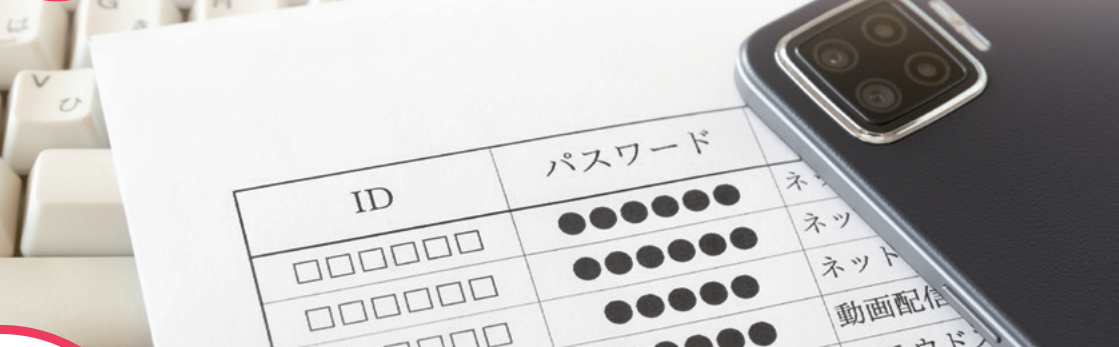
終活における片付けで室内の**動線確保**は、安全で快適な老後の生活を支えるための最優先事項です。

動線確保とは、日常的によく通る場所（リビングからトイレ、寝室から玄関など）や、家具の配置、物の置き場所を見直し、通り道を広く、障害物のない状態にすることです。

- **転倒防止**：高齢になると筋力が低下し、小さな段差や床に置いたコード、雑誌などが重大な転倒事故につながります。特に夜間の移動時における安全性が大きく向上します。
- **スムーズな移動**：杖や手押し車などの移動補助具を使う場合でも、ストレスなくスムーズに移動できるようになります。
- **緊急時の備え**：万が一、地震などの災害や急病で倒れた際にも、救助者が室内に入りやすく、搬送しやすい空間を確保できます。

片付けを進める際は、「もし、自分が車椅子や杖を使っていたら、この道を通りやすいか?」という視点で、床や通路に物を置かない整理を心がけましょう。

02 デジタル遺産



デジタル遺産

知らなかった! スマホの中にも遺産が!?

とある行政書士事務所にて



先生、私もそろそろ遺言書を作っておこうと思ひまして、とりあえず遺産になりそうなものをピックアップしてみたんですよ。ちょっと見ていただけませんか？

お元気なうちに遺言書を作っておくのはとてもいいことですね。では拝見しますね。ふむふむ……現金・預貯金、不動産、有価証券……おや？ デジタル遺産が入っていないみたいですね。



为什么呢、そのデジタル遺産というのは？

あなたがお使いのそのスマホ、その中にも財産が入っているんですよ。



あらら！ このスマホの中にも財産があるんですか？ ちょっと先生、詳しく教えていただけませんか？

スマホの中にも「遺産」がある時代

スマートフォンやパソコンの中には、写真やメール、SNS、ネット銀行など、現代を生きる私たちの生活の多くが詰まっていますが、もし自分に何かあったとき、その中身を家族がどう扱えばよいか、考えたことがある人は多くありません。

こうした「デジタル化された財産や情報」は、近年「デジタル遺産」と呼ばれ、相続の現場で新しい課題となっています。現金や不動産のように目に見える財産ではないため、放置されると見つかることも、処理することも難しくなってしまいます。

デジタル遺産の種類と具体例

デジタル遺産とは、インターネット上や電子機器の中に残る故人のデータや権利を指します。

1. 財産的価値のあるもの

ネット銀行の預金や電子マネー、暗号資産などは明確な「財産的価値」を持ちます。これらは相続財産に含まれるため、きちんと把握して遺された家族が分かるようにしておく必要があります。

オンライン金融資産	ネット銀行、ネット証券口座、FX口座など
暗号資産	ビットコインなど
電子マネー・ポイント	〇〇Payなどのスマホ決済、付与ポイント、ECサイトの売上など

2. 財産的価値はないが重要なもの（記録・情報）

SNSのアカウントやクラウド上の写真データ、メールアカウントなどは、基本的に相続財産に含まれませんが、遺された家族にとって手続きが負担になる場合もあります。削除か保存かの判断が難しい部分です。

SNSアカウント	LINE、X(旧Twitter)、Facebook、Instagramなど
クラウドサービス	Google Drive、iCloudなどに保存された写真、動画、メール
サブスクサービス	Netflix、Spotify、有料ニュースサイトなどの定額契約サービス
デジタル機器	スマートフォン、パソコン、タブレットなど
その他インターネットサービス	ホームページ、メールなど

放置すると起こるトラブル

デジタル遺産を整理しないまま亡くなってしまうと、さまざまなトラブルが起こり得ます。

たとえば、ネット銀行や証券口座のID・パスワードがわからず、遺族が口座を見つけられない、定期課金のサービス料金が引き落とされ続ける、などです。

また、SNSアカウントがそのまま残り、悪意のある投稿やアカウントの乗っ取りなどで故人の名誉が損なわれることもあります。

ある家族では、亡くなったお父さんのネット証券口座を見つけられず、数年後に通知書が届いて初めて存在を知ったという例もあります。本人はきちんと管理していたつもりでも、情報を共有していなければ意味がありません。

デジタル遺産の管理は、家族の負担を減らすだけでなく、故人の想いを守ることもつながります。

生前にできるデジタル遺産対策

デジタル遺産への対策の第一歩は、自分がどんな「デジタル遺産」を持っているかを把握することです。

ネット銀行、証券口座、SNS、クラウド、サブスクなど、利用しているサービスをリスト化してみましょう。

金融機関はIDパスワードがわからなくても、相続人がその口座の存在を知っていれば解約の手続きはできますが、SNS等WebサービスのIDやパスワードは厳重に保管し、信頼できる人に保管場所を伝えておくか、自分が亡くなった後に家族等に安全にアカウントを引き継ぐことのできる専門のパスワード管理アプリを活用しましょう。

また、エンディングノートに「デジタル遺産の処理方針」を明記しておくことも有効です。

たとえば「写真データは家族で共有して保存してほしい」「SNSは削除してほしい」など、希望を記しておくことで遺族の迷いが減ります。

行政書士は、こうした「デジタル遺産リスト」の作成支援や、ご相談をお受けしております。財産目録の作成や相続に関する書類作成を行う専門家として、デジタル時代の新しい相続にも対応する役割を担っています。

死後事務委任契約の検討

ご自身で生前の整理が難しい場合や、複雑な手続きを家族や周りの人にさせたくない場合は、行政書士などの専門家と「死後事務委任契約」を結ぶことをご検討ください。この契約により、行政書士があなたに代わって、死後にデジタル遺産の調査・解約、アカウントの抹消などの事務手続きを行うことができます。ご家族が煩雑な手続きに追われることを防ぐ、最も確実な対策です。（「死後事務委任契約」についてはP.82参照）

家族のために、今できる準備を

デジタル遺産は、特別な人だけの問題ではありません。スマートフォンを持つすべての人が、いつか直面する可能性のある現実です。

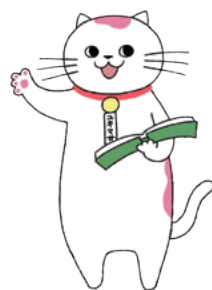
生前に整理を進めておけば、遺された家族が安心してデジタルデータを扱うことができます。

「自分には関係ない」と思わず、今日から少しずつ、自分のデジタル遺産を見直してみてもいいでしょうか。

もし、整理の方法やリスト・エンディングノートの書き方に迷ったら、行政書士に相談してみてください。法的な観点からサポートを受けることで、あなたの想いを確実に未来へつなげることができます。

＼“ニャン”ポイントアドバイス／

クレジットカードやお買い物のポイントなどは、相続できないものもあり、各社の対応状況も日々変化しているニャ。こまめにポイントを使うのも、対策の一つだニャン！



03

高齢者施設・介護施設



高齢者施設・介護施設

母が退院します その後の生活が心配です

遠方に住んでいる母が病気治療のため入院していました。そろそろ退院の時期なのですが、本人は体力も衰え、ひとり暮らしに戻るのが不安になっています。施設入所も含めて考えていますが、どのような選択肢があるのか知りたいです。

年金収入のみで
なんとかしたい



特養が希望だけど
なかなか入れない



自宅近くなる
たくさん
会いにいけそう



どんな施設があるの？

日本は現在、世界でも類を見ないほどのスピードで少子高齢化が進んでいます。安心して高齢期の生活を送るために生活の基盤となる住まいの確保や、本人に合った快適で過ごしやすい環境を整えることは非常に重要なこととなります。

しかしながら「高齢者のための施設」といってもその目的や必要な介護のレベルによってさまざまな種類があり、本人や家族にとって最適な施設を見つけるのは大変です。

そこで、施設を選ぶ際の参考となるよう、主な施設のタイプをご紹介します。

公的施設

● 特別養護老人ホーム(特養)

原則、要介護3以上から入所できる。食事や入浴、日常生活の支援を受けることができる。

● 介護老人保健施設(老健)

退院後の自宅復帰が不安な方が、自宅復帰を目指すための施設。

● 介護医療院

高度な医療が必要な人向けに、24時間医療ケアと介護を受けられる施設。

● 軽費老人ホーム・ケアハウス

身寄りがなく、自宅での生活が困難な方向けの福祉施設で、地域により相場は異なるが、比較的低額な料金で入居することができる。

食事付きのA型、自炊型のB型、食事・生活支援サービスのついたC型(ケアハウス)があり、ケアハウスはさらに自立型と介護型に分けられる。A型とB型については今後新設はされず、C型(ケアハウス)に一本化されていく。A型とB型には所得制限があるが、ケアハウスにはない。

C型 (ケアハウス)	自立型	食事の提供や掃除・洗濯といった生活支援、緊急時対応などのサービスを受けられる。
	介護型	65歳以上で要介護1以上の方が対象。食事や生活支援に加えて、介護サービスを施設内の職員が一体的に提供する。

● 養護老人ホーム

経済的、身体的、精神的、環境的に自宅での生活が難しい高齢者が社会復帰を目指すための施設。

民間施設

● 介護付き有料老人ホーム

介護スタッフが常駐し、食事・入浴・排せつなどの日常支援が24時間受けられる。

● 住宅型有料老人ホーム

生活支援と見守りサービスが受けられる。入居条件として「60歳以上」などの年齢制限を設けているところが多い。

● グループホーム

認知症患者向けで、少人数で共同生活を送りながら、介護サービスと生活支援が受けられる。

● サービス付き高齢者向け住宅(サ高住)

生活支援が受けられるバリアフリー賃貸住宅。介護が必要になったら外部の介護サービスを利用。

その他

● シニア向け分譲マンション

バリアフリー完備の分譲マンションで、生活支援が受けられる。賃貸や売却も可能。

● 自宅 + 訪問介護利用

介護を受ける人が住み慣れた自宅で暮らせる。施設に入居するより介護費用を大きく抑えられ、自由度も高い。しかしながら家族にとっては負担が大きくなりがち。

介護の必要度(自立なのか、介護が必要か)、予算、立地、サービス内容、将来的な住み替えの可能性などが選ぶ際のポイントとなります。

迷う場合は、地域包括支援センターやケアマネジャーに相談することをおすすめします。



だれに相談すればいいの？

入院している医療機関に、医療ソーシャルワーカーが在籍していれば、退院後の生活や家族の介護に関する相談をすることができます。また要介護認定を受けている場合は、ケアマネジャーに相談することもできます。

ただ必要に迫られ、差し迫った状況のなか施設を探し始め、ご本人の気持ちとのすれ違いが起こってしまう、ということのないように、余裕のある時期からご本人を含めて、家族みんなでこれからの暮らし方について話しあっておくのが理想です。

あらかじめ自治体の相談窓口相談したり、インターネット検索をしたりして情報収集し、時間的に余裕があれば施設見学や短期入所で、実際の施設の雰囲気を知ることできます。



有料老人ホームに1年しか入居していない。入居一時金は返ってくるの？

入居一時金とは、「想定入居期間」の月額利用料を前もって支払う「前払金」のことで、この想定入居期間よりも早く退去することになった場合は、入居一時金の一部が返ってくることが多いです。

「1年しか住まなかったら〇〇円はお返しますが、10年以上住んだら入居一時金はお返しできませんよ」ということをあらかじめ取り決めておくことになります。

また、施設によっては「初期償却」といって入居時に入居一時金の約10～30%がすぐに償却されることがあり、もしも「初期償却〇〇%」という契約だと、たとえ短い入居期間でもこの分の入居一時金は返ってきませんので、契約をする前には必ず確認しましょう。

おひとり様の場合

おひとり様は、施設選びや契約等に不安があるかと思います。

そのような不安に備えて行政書士等の専門家と任意後見契約を結んでおくと安心です。（「任意後見契約」についてはP.34参照）

また、現在お住まいの自宅の処分などが心配な方は、遺言書を作成することも有効です。（「遺言書」についてはP.58参照）

04 任意後見契約



任意
後見
契約

認知症になったら どうしよう… 老後がとても不安です

今現在は、健康で頭もしっかりしているものの、「後々、認知症になり生活がままならなくなるのでは」と老後の生活に不安を感じられる方もいるかと思います。それでも子どもや兄弟姉妹など頼れる方がいればいくらか不安は解消されますが、おひとり様、子どもや親せきが遠方にいる方であれば不安は増すばかりです。

認知症になると、お金の管理や様々な契約・手続きができなくなり日常生活に困難をきたします。認知症などに備えて、健康なうちから生活のサポートをしてくれる後見人を選び、契約をしておく「任意後見」という制度があります。



任意後見とは

任意後見とは、物事を自分で決めることができる判断能力があるうちに、後見人となってくれる方(任意後見受任者)を選んで任意後見契約を結んでおき、将来、認知症になったときに、契約をした後見人にサポートしてもらう制度です。後見人を自分で決められることと、どのような支援を受けるのかを決めることができるのが法定後見との違いです。

認知症になると任意後見受任者は家庭裁判所に申立てをし、任意後見監督人(弁護士等)が選ばれ、任意後見が開始(発効)します。任意後見監督人には、後見人がしっかりと仕事をしているかチェックする役割があります。判断能力が衰えないかぎり後見が開始することはないので、任意後見は、もしもに備えた保険的な契約といえます。



任意後見契約は公正証書で作成することが義務付けられています。

後見人は誰にお願いします？

子どもや親せきなどを後見人にするのが一般的ですが、身近に頼める人がいない場合は、行政書士などの専門家をお願いすることもできます。自分が選んだ方を確実に後見人にするためには、必ずしも推薦した者が後見人になるわけではない法定後見ではなく、任意後見を利用すると良いでしょう。

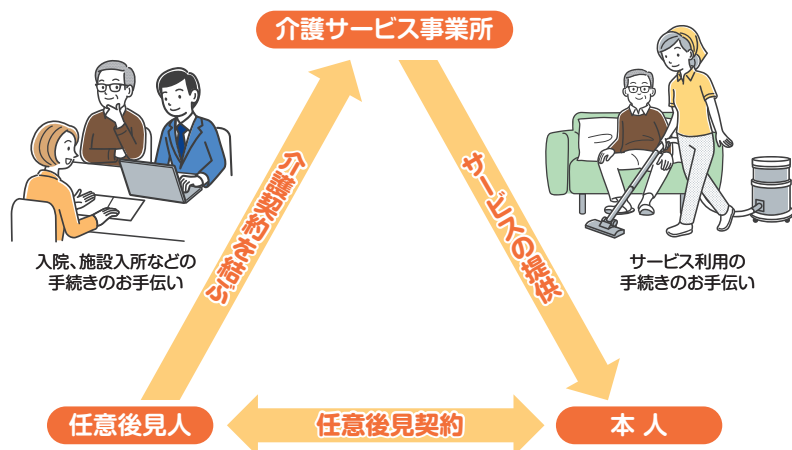
専門家に頼んだときは、任意後見契約と同時に「見守り契約」を結んでおくと安心です。見守り契約(P.37参照)とは、任意後見が開始するまでに、任意後見受任者が定期的に電話や面会などを行うことにより、生活状況や健康状態を見守ってもらうことです。見守り契約をすることで任意後見受任者である専門家との付き合いが始まり、認知症後の生活を任せられるかどうかの見極めをすることができます。任せられないようでしたら、任意後見契約が開始する前であれば解約することもできますし、任せられると判断すれば心強いパートナーになることでしょう。

後見人にどのようなサポートを頼める？

任意後見契約を結ぶ際には、後見人がサポートする内容をあらかじめ決めておきます。その内容には、金融資産や不動産などの管理、年金の受け取り、病院の手続き、生活費の管理などがありますが、家の掃除や介護などは、任意後見契約には含まれません。ただし、介護サービスの利用契約や費用の支払いはできるので、介護契約について記載しておけば、家の掃除や介護を受けることができます。なお、その他に、自分の考え方や趣味・趣向などを後見人に伝えておくと、後見人がサポートしやすくなり、自分にとってもメリットになります。

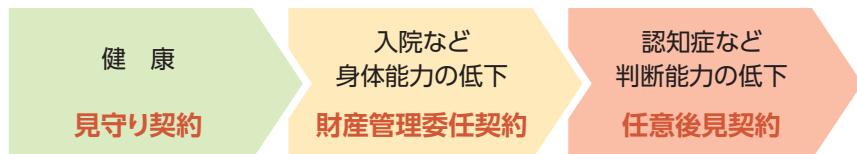
サポートの内容 (例)

- 不動産の管理や売却
- 金融機関での預貯金の払い戻しや振込依頼
- 証券会社や保険会社との取引
- 生活費の送金、生活に必要な物品の購入
- 医療契約、入院契約、介護契約や福祉サービス利用契約
※任意後見契約に家の掃除や介護は含まれませんが、家族などが任意後見人になったときは、家の掃除や介護をすることはできます。
- 介護認定の申請
- 遺産分割協議への参加



任意後見契約を補う契約

任意後見契約と一緒に結ぶことでメリットとなる契約があります。特に、子どもなど面倒を見てくれる方がそばにいないときは、見守り契約や財産管理委任契約を同時に結んでおくことをおすすめします。



見守り契約

任意後見契約は、認知症になったことを知った任意後見受任者が、家庭裁判所に申し立てることにより開始します。認知症になったことを任意後見受任者に知ってもらうためには、任意後見契約を結ぶと同時に、定期的に連絡をとる見守り契約をすることをおすすめします。

見守り契約を結ぶことで、任意後見が始まるまで途切れのないサポートを受けることができます。任意後見受任者とのコミュニケーションも増すので、認知症になったときに自分の思いに沿ったサポートをしてもらうことも期待できます。

財産管理委任契約

任意後見契約は、認知症など判断能力がなくなってから家庭裁判所に申し立てることではじめて後見人のサポートを受けることができます。申し立てるまでは、金融資産の管理や様々な支払いなどを自分ですることになりますが、認知症にならなくても年をとれば身体が自由に動かず、手続きなどをするのも億劫になります。そのようなとき、代わりに手続きをしてもらう契約に財産管理委任契約があります。

財産管理委任契約も自分に代わってお願いしたいことの内容を決めるのは任意後見契約と同じですが、任意後見契約とは異なり、契約をすればすぐに代理してもらうことができます。いわば、任意後見契約が開始するまでの「つなぎの契約」と言えるでしょう。

05 民事信託



民事信託

老後は家売って施設に入ろうと思っています

介護が必要になったら、自宅不動産を売却して、その資金で施設に入ろうと考えている方も多いのではないのでしょうか。

『出来るだけ自宅で生活したいけど、いざ介護が必要になったら子どもたちに面倒をかけたくないの、自宅を売却してそのお金で施設に入れてね。って子どもたちにも話しているのよ。』



実はこの計画、思い通りにいかない場合があるのをご存じですか？

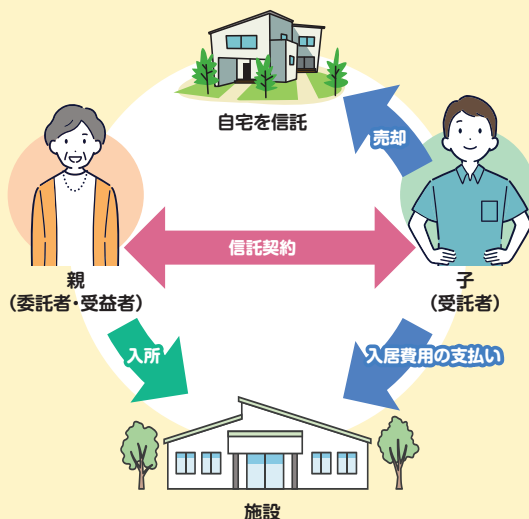
自分に介護が必要になったときに、もし認知症等になっていて意思表示ができない場合、不動産を売却できなくなってしまう。「子どもに頼んであるので大丈夫」と思っている方もいるかもしれませんが、いくら子どもでも親の不動産を勝手に売却することはできません。

このような場合に備えて、「民事信託」という制度があります。

民事信託とは

民事信託とは、財産の所有者(=委託者)が、信頼のおける人(=受託者)に財産(=信託財産)を託し、定められた目的(=信託目的)に従って財産を管理・承継する方法で、定められた受取人(=受益者)に対して財産が承継される仕組みです。民事信託は、判断能力があるうちに家族等と信託契約を締結することで成立します。

例えば、冒頭のケースでは、親(委託者)が、子(受託者)に自宅不動産(信託財産)を託して、親に介護が必要になったら施設に入る資金を作るために(信託目的)、子が自宅不動産を売却できるように契約しておくことができます。



民事信託の注意点

前ページのように自宅など不動産を信託財産と設定する場合は、信託契約締結後に法務局で信託登記をする必要があります。信託登記された不動産の所有者は登記上受託者となるため、委託者が自由に処分できなくなりますので、注意が必要です。

信託契約は必ずしも公正証書で作成しなければいけないというわけではありませんが、不動産の所有者が変わる等大変重大な契約となるため公正証書で作成することをおすすめします。

また、不動産だけではなく預貯金等金融資産を信託財産にする場合もあります。その場合には契約締結前に金融機関に信託口座が作成できるか必ず確認しましょう。契約は締結したのに信託口座が作成できなかったというトラブルもありますので、ご注意ください。

このように民事信託では注意しないといけない点がたくさんありますので、行政書士等専門家に相談のうえ利用を検討されることが好ましいでしょう。

民事信託だけで大丈夫？

老後の生活費の支払い等財産管理全般をお願いしたいという場合は、民事信託でなく任意後見契約でかなえられる場合があります。（「任意後見契約」についてはP.34参照）

一方で、民事信託を利用すると、後見人ではできない投資的な運用や、遺言では実現できない二代にわたる相続の指定などができます。

ただし、民事信託には施設の入退所手続きや病院の契約など身上保護の機能はありませんので、後見制度との併用が必要になるかもしれません。

また、民事信託は内容が複雑になるほど税金の発生するタイミングなど、気を付けなければいけない点も増えるため、専門家への報酬等初期費用が後見や遺言に比べ高くなると言われています。

自分に必要なのが民事信託なのか任意後見なのか、それとも併用か、費用の検討も含め、まずはお近くの行政書士に相談してみてください。



民事信託をより安心して利用するために

民事信託の受託者は基本的に親族や知人がなりますが、法律に詳しくない方に財産を任せることに不安を感じることもあるかもしれません。そんな場合には、行政書士のような専門家を「**信託監督人**」や「**受益者代理人**」として選任しておくことで安心です。

信託監督人は受益者のために受託者を監視監督し、受益者代理人は受益者の権利を代理して行使することができます。そのため、受益者が認知症等になって受託者を自ら監視監督することが困難な場合や、意思決定できない場合に有効です。

民事信託の利用例

● ペットのための信託 (詳しくはP.42参照)

私に万が一のことがあったら、可愛いうちのワンちゃんは、信頼できる老犬ホームに任せることにしました。費用も信託財産としておきます。



● 二代にわたる相続

親から相続した自宅不動産は、自分が亡くなった後は妻に相続させたいですが、子どもがいないので妻が亡くなったら弟の子どもに相続させたいと思い民事信託を利用しました。

● 親なきあと対策

障がいのある子どもの生活のために、賃貸物件(収益物件)を親族に託して、子どもが家賃収入を受け取れるようにしました。

民事信託って
認知症対策のほかにも
いろいろ使えるんだニャ～
でも注意点もいっぱいだから
自分でやるのは難しいニャ!



06 ペットのための信託



ペットのための信託

自分がいなくなっても ペットに幸せに暮らしてほしい

家族のようにいつも寄り添い、癒やしてくれた大切なペットが、自分に万が一、何かあったらその後どうになってしまうのか…。

ペットも最後まで幸せに過ごせるようにしておきたい。そのための財産を遺してあげたい。このように考える飼い主の方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

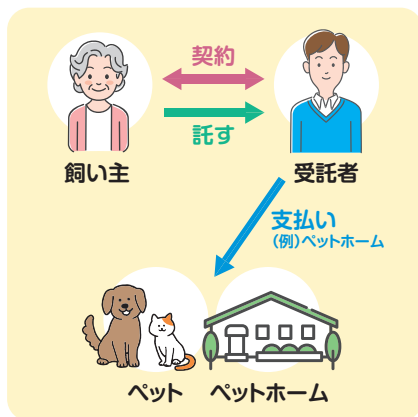
託せる親族がいる場合は安心ですが、そのような方がいない場合は、ペットのための信託という方法があります。



ペットのための信託とは

ペットのための信託とは、飼い主が亡くなってしまったり、要介護状態になってしまったりしてペットの世話ができなくなった場合に、自分の財産を信頼できる人や団体に託してペットのために管理・利用してもらうための制度です。

行政書士などの信託監督人を置くことでより確実に信託金の運用ができます。（「民事信託」についてはP.38参照）



ペットのための信託の進め方

1. ペットが安心して暮らせる場所を検討する

引き取ってくれると思っていた親族や友人が、住宅環境やアレルギーなどが原因で引き取れない場合もあるので、意思確認を行うことも必要です。また、預けられるペットホームを調べしておくなどの準備をします。

2. 信託財産を設定する

預金や現金、保険金などペットに遺す財産を決めます。

好きなペットフードやおやつ、トリミングや通院費、ペットが亡くなったときの葬儀費用など、ペットの寿命を考慮してペットにかかる費用を計算し、しっかり準備しておく必要があります。

3. 契約をする

ペットのための信託は契約によって法的拘束力を持ち、確実にペットを守るための制度なので、行政書士のような専門家に依頼して、しっかりと飼い主の意思を伝えられる契約書を作成する必要があります。

残ったお金をどう処分するのかということも事前に決めておくこともできるので、細かいところもしっかりと確認した上で契約を締結することが必要です。

ペットのための信託を扱う団体との契約であれば、相手方から契約書を提示されることもあるかと思いますが、心配な場合は専門家に契約書のチェックをしてもらうことも可能です。

ポイント

信託財産の事務的な金銭管理・利用だけにとどまらず、ペットの好きなペットフードやおやつ、お気に入りの散歩コースや日中の過ごし方、細かな癖や好きなもの・嫌いなものなどを伝えておくことで、ペットがより過ごしやすい環境を整えてあげられる可能性が広がります。

4. 契約内容を定期的に見直す

一度契約書を作成したら安心だと思いがちですが、年月がたつとペットも年をとって、健康状態などいろいろ変わってくることもあります。また、預け先の環境が変わってしまうということも考えられます。

その場合には、やはり契約内容も見直す必要があります。

ペットのための信託のメリットとデメリット

引き取り手がいなくても使えるのがペットのための信託の良いところですが、他にもメリット、デメリットがあります。

メリット

- ペットのために必要な財産をしっかりと確保できる
- 何にお金を使うのか明確に指定できる
- 財産の管理とペットのお世話をそれぞれ別のプロに依頼することもできる
- 飼い主が入院したり、飼育が難しい状態になったりした場合など、生前でも活用することができる

デメリット

- 信託費用がかかるので、ある程度まとまった金額を用意する必要がある

『負担付遺贈』という選択肢もあります

負担付遺贈というのは、ペットの世話をすることを条件として財産を相続させるという制度です。

例えば、家族以外の同居者がいて、ペットもその人になついているので、お互いに余計なストレスを感じることなく生活していくことができる、というような場合、遺言書を作成して相続人以外の人に遺贈するということもできます。（「遺言書」についてはP.58参照）

この場合も、遺言書に具体的な世話の内容を記載することで、遺贈を受け取る人に希望を伝えることもできます。

安心して確実にペットを預けられるような人がいる場合には、この方法もいいのではないのでしょうか。

ただし、ペットのための信託と違い、遺贈の場合には遺した財産の用途を指定できるわけではないので、すべて確実にペットのために利用されるかどうかは不明確となります。

また反対に、遺した財産が足りなくなってしまうということもあります。

メリット

- ペットのための信託より費用を抑えられる

デメリット

- 遺言書で指定された人が遺贈放棄をすると、ペットの行き場がなくなってしまう
- 費用が不足したときに遺贈を受け取った人の負担になってしまう
- 生前に利用できる制度ではない

ペットのための信託を選ぶか負担付遺贈を選ぶかは、飼い主の状況や希望によって異なります。

まずは飼い主とペットの双方が幸せになるように、様々な希望をリストアップすることから始めてみるというのはどうでしょう。

その上で専門家に相談することで、具体的なプランが組みやすくなると思います。

07 空き家問題

空き家問題

この家、誰か住んでくれるのかな…？

空き家になる前に考えよう

「空き家」とは、誰も居住していない、誰も使用していない状態が続いている建築物のことです。具体的には、概ね1年間、人の出入りや電気・ガス・水道などの使用実績がない家などが「空き家」と言われ、社会問題になっています。

空き家にしないためには、早めの対策が必要です。



ずっと
住んでたこの家、
誰か住んで
くれるのかな？

今から
対策しておくことが
大切なんですよ。



なぜ空き家になるの？

理由はさまざまですが、その中でも特に多いのが以下のケースです。

①相続後に誰も住まない

居住者が亡くなった後に誰も住まなくなる。例えば、遠方の実家などを相続しても、住む予定がないと空き家になってしまいます。

②施設入居や病気により住まいから離れる

高齢者が介護施設や医療施設等へ入居すると、住まいが空き家になることがあります。

③判断の先延ばし

将来、「住む」「売る」「貸す」などの判断を決めないまま放置すると、老朽化や管理不全となり、その結果、空き家となってしまいます。

④相続の未了

誰が相続するのか、遺産分割協議が整っていない結果、空き家となってしまうこともあります。例えば、相続人の間で話がまとまらないことや、家を相続したことを知らないような場合もあります。

空き家を放置するとどうなるの？

空き家を放置すると大きく3つのリスクがあります。

①防犯上のリスク

空き家は不法侵入や犯罪の発生場所になりやすく、その結果、地域全体の治安が悪くなります。

(例) 空き家の鍵や窓ガラスを壊して勝手に出入りし、そこに犯罪で使用した物や大麻などの隠し場所にされてしまう。



②安全上のリスク

管理不全となり、建物が古くなると倒壊する危険性が高まります。これは近隣にお住まいの方たちにとっては、非常に危険な状況となります。

(例) 通学路に面した空き家の壁が崩れて、子どもが負傷してしまう。

③経済的なリスク

空き家の持ち主は、使用していないのに固定資産税を払わなければなりません。また自治体から特定空き家とみなされる場合には、支払う固定資産税が増額されてしまいます。

このようなリスクを回避するために、なるべく早めに適切な空き家対策を考えて実行することが大切です。

空き家にしないための準備とは？

今住んでいる家や思い出がたくさん詰まった家を空き家にしないために、今できることから始めましょう。

① 家族との話し合い

「誰が住むか」「売るか」「貸すか」「解体するか」を事前に家族と共有することは、有効な空き家対策となります。お正月やお盆で家族が集まる機会があったときに話し合ってみましょう。

② エンディングノートの活用

自分の気持ちや要望を整理するために、エンディングノートの活用が有効です。（「エンディングノート」についてはP.2参照）

③ 遺言書の作成

遺言書を作成することで、自分が亡くなった後に誰が住むのか、誰が相続するのかなどを指定しておくことができます。その結果、相続争いや住まいが放置されることを防ぐことができ、一番有効な空き家対策となります。家をお持ちの方は、遺言書を作成することを積極的に考えてみましょう。



空き家の活用・対策

すでに空き家となってしまっても、状況に応じた空き家の活用や対策を今からはじめましょう。

- | | |
|------------|---|
| ① 売買 | <p>メリット 現金化でき、以後の管理が不要となる</p> <p>注意点 価格相場や税金の確認が必要</p> |
| ② 賃貸 | <p>メリット 収益化でき、継続的な収入が見込める</p> <p>注意点 修繕や管理に手間やコストがかかる</p> |
| ③ 空き家バンク登録 | <p>メリット 地域の移住希望者に活用される可能性がある</p> <p>注意点 自治体によって制度が異なる
手続が煩雑な場合もある</p> |
| ④ 解体 | <p>メリット 管理に関する手間やコストがかからなくなる</p> <p>注意点 解体費用がかかる
自治体によっては解体を助成する制度もある</p> |

空き家対策の具体的な成功例

①リノベーションして賃貸物件に

若者や単身者向けの賃貸住宅として空き家を修繕

(例)兵庫県宍粟市では、市が空き家を借り受けシェアハウスへと改修し、兵庫県立森林大学の学生の住居として活用されています。

②地域のコミュニティスペースとして再利用

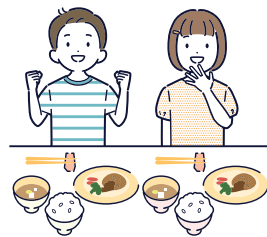
古い店舗や住宅を、地域住民の交流拠点に活用

(例)空き家を改修して「子ども食堂」や地域交流を目的とした「カフェ」に活用されています。

③古民家を観光資源として活用

歴史的価値のある空き家を宿泊施設や観光拠点に

(例)古民家を修繕し、観光施設として再生する取り組みをする自治体があります。



④民泊やシェアスペースへの転用

民泊施設やコワーキングスペースとして活用

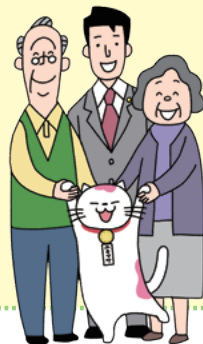
(例)DIYで改修し、低コストで民泊として活用されています。

現在、不動産を所有している方や、その子ども世代の方は、他人事ではなく、いづれ訪れるご自身の問題として意識し、なるべく早めに準備をしておきましょう。

行政書士にご相談ください

東京都行政書士会では、東京都内各地で空き家に関するセミナーや無料相談会を実施しております。空き家問題に取り組める行政書士を育成するために、「空き家問題相談員」の養成講座を実施して、行政書士の能力・資質の向上も同時に図っております。

行政書士は、宅地建物取引業者・建設業者・リフォーム業者・解体業者・遺品整理業者・建築士・税理士・司法書士、弁護士などの各専門家と協力しながら、空き家に関するお悩みをワンストップサービスで支援することができます。



08

相続土地国庫帰属制度



相続土地国庫帰属制度

引き取り手のいない 土地を相続してしまった

「父の故郷にある山を相続したけれど、どんな場所かも分からない」「固定資産税を払い続けているけど、もう行くこともない」。そんな声を、最近よく耳にします。

土地は「持っているだけでお金がかかる財産」です。特に遠方の土地や山林は、草刈りや倒木などの管理も必要で、放置すると近隣トラブルの原因になることもあります。

そんな悩みを解決するために、2023年4月から始まったのが「相続土地国庫帰属制度」です。これは、使わない土地を一定の条件を満たせば国に引き取ってもらえる制度です。つまり、「手放したくても手放せなかった土地」に、ようやく出口ができたということです。



この制度が生まれた背景

日本では今、「誰のものか分からない土地」が増え続けています。相続が発生したにも関わらず名義がそのまま、誰が所有者か分からない——。こうした所有者不明土地は、すでに九州の面積を超えるとも言われ、多くの問題が生じています。

例えば

「祖父の名義のまま放置していた土地が、道路整備の邪魔になっていると市から連絡が来た」
「相続人が相続放棄したことにより、管理する人がいなくなってしまった」

そんな事例が各地で起きています。

国庫帰属制度は、こうした“行き場のない土地”を減らし、地域の安全や再利用を進めるために作られました。国が「最終的な引き取り手」になることで、社会全体の土地管理の仕組みを整えようという試みです。

実際の相談事例

東京都に住むAさんは、山形県の山林を相続しました。遠くに行くこともできず、草刈りを頼むだけでも費用がかかります。

市役所から「倒木の危険がある」と連絡が来て、どうしたものかと悩んでいたとき、この制度の存在を知り、法務局へ相談。調査の結果、建物や他人の権利もなく、危険な場所でもなかったため、20万円の負担金を納めて無事に国へ引き渡すことができました。

「税金も管理も気にしなくてよくなり、肩の荷が下りました」とAさんは安堵されていました。

どんな土地なら引き取ってもらえるの？

制度の対象は「相続や遺贈で取得した土地」です。ただし、どんな土地でもOKというわけではありません。

次のような土地は対象外です。

- 建物や古い工作物が残っている土地
- 他人が使っている通路や水路
- 崖や危険な傾斜地
- 有害物質があるおそれのある場所

簡単に言えば、「国が安全に管理できる土地」だけが対象です。もし建物がある場合は、解体して更地にすれば申請できることもあります。



申請から引き渡しまでの流れ

手続きは次のように進みます。

①相続人が法務局に申請

登記事項証明書や公図、地積測量図、戸籍関係の書類などを揃えます。

②法務局が現地を調査

問題がなければ、国が引き取る代わりに「負担金」を納めることとなります。

この負担金は、土地の種類に関わらずおおむね20万円前後で、納付後に正式に土地が国のものとなります。申請から完了までは半年～1年ほどかかりますが、国に引き取ってもらうことができれば、その後は固定資産税や草刈りの負担など、相続人の負担は完全になくなります。

知っておきたいポイント

制度を利用することで、使わない土地の管理から解放される一方で、いくつかの注意点もあります。

メリット

- 管理や税金の負担から解放され、相続トラブルを防げる

注意点

- 制度の要件を満たさない土地は申請しても却下される
- 申請から結論が出るまで半年から1年以上かかることがある
- 土地の状況によっては、測量、境界確定、除草、残置物撤去、立木の伐採・伐根などの費用が数十万円から数百万円に及ぶケースがある
- 共有名義の土地は、共有者全員の同意がなければ申請できない

相続土地国庫帰属制度は、相続した財産のうち、手放したい土地に限って国へ所有権を移転し、引き渡すことができる仕組みです。すべての財産を相続しない相続放棄とは異なります。



行政書士に相談するメリット

制度を使うには、法務局への申請書類や添付図面など、細かい要件を満たす必要があります。慣れていない方が一人で行うのは難しいケースも多いです。

行政書士は、必要書類の収集、制度の利用可否の事前確認、法務局への申請書類の作成、土地家屋調査士や司法書士との連携などを通じて、スムーズな申請をサポートします。

「うちの土地は対象になるのか?」「手放す以外の方法はある?」といった相談にも丁寧に対応致します。

まとめ—手放すことも「守る」こと

土地を手放すことは、決して「投げ出す」ことではありません。長く放置することで、家族に負担やトラブルを残すことの方が問題です。

「今は使わない」「管理が難しい」——そう感じたときが、考え始めるタイミングです。

行政書士などの専門家に相談すれば、自分の土地が制度の対象になるかどうかを確かめられます。

「土地を手放す」という選択は、家族を守る“前向きな整理”でもあるのです。

相談窓口

- 行政書士会の無料相談窓口
- 法務省「相続土地国庫帰属制度」公式サイト
- 最寄りの法務局





相続トラブルとか「争族」とか、聞いたことはありませんか？自分には関係ないと思っても、いつの間にか困ったことになってしまうことがあります。遺言を遺すことなく亡くなってしまった場合、遺族は民法で定められた相続範囲や法定相続分を目安にして遺産の分割を行います。

争族▲▲事例

配偶者がいれば、

配偶者は常に相続人となり、それ以外の親族は以下の優先順位で決まります。

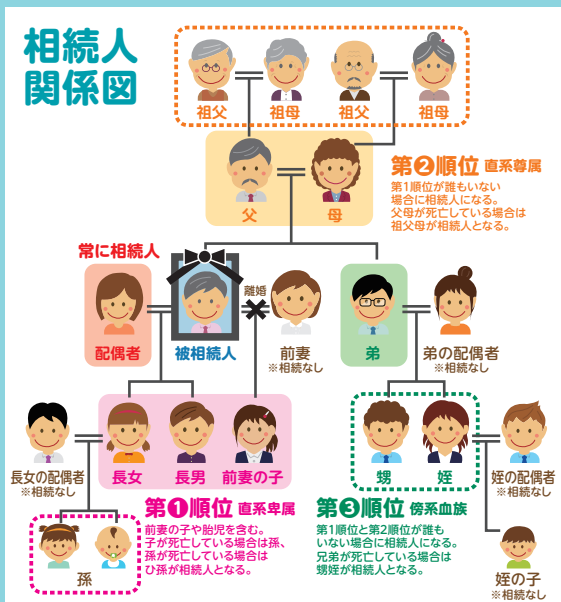
第1順位は亡くなった方の子ども

第2順位は亡くなった方の親

第3順位は亡くなった方の兄弟姉妹

相続の割合(法定相続分)は民法で定められていますが、法定相続人全員が賛成すれば別の分け方もできます。

ただ、財産はきれいに分けられるものばかりではなく、また被相続人とのかかわり方によっては、法定相続分通りに分けるのが必ずしも公平とは言えず、トラブルに発展してしまうケースもあります。



事例 1

財産なんてほとんどない。 あるのは自宅だけだから大丈夫？

夫は既に他界していて、子どもは兄と妹の2人です。

長男家族は私と一緒に自宅に住んでいるので、お盆や正月には長女家族が遊びに来ていつも楽しく暮らしています。

相続について考えたことはありませんが、兄妹はとても仲が良いので、自宅はこのまま長男が引き継いで、少ないけれど預貯金を長女に分ければ大丈夫でしょう。

ところが…

法定相続分は2分の1ずつなのに、長男が相続する自宅の価値に対して預貯金が極端にも少ないと、長女は不公平だと感じ遺留分[※]を請求し、場合によっては長男が自宅を売却せざるを得ず、そのまま住み続けることができなくなることもあります。

※一定の相続人に最低限保証された相続の取り分です。

事例 2

子どもはいないけど、 近所でも評判のおしどり夫婦…

子どもはいなくても、妻とはずっと仲良く暮らせたので思い残すことはありません。

年金と合わせれば今後も暮らしていける程度の蓄えがあるので、このまま妻が幸せに暮らしていければいいなと思います。

ところが…

子どもがいれば相続人は配偶者と子ですが、この場合だと配偶者と親が相続人になります。もし親が既に他界している場合には、相続人は配偶者と兄弟姉妹ということになります。

ということは、残された妻はこれまで一緒に暮らしたこともない夫の親もしくは夫の兄弟姉妹と、夫が残してくれた財産を分ける相談をしなければならないのです。

事例 3

きょうだいみんなで
話し合えばなんとかなるでしょう…

母が亡くなって遺産分割の話し合いをしなければいけないけど、きょう代いはそれぞれみんな独立しているし、財産も限られているので、そろって話し合えばすぐにまとまるでしょう。

ところが…

みんな独立しているからこそ、それぞれの事情はまちまちで、なかなか話し合いがまとまらないこともあります。

周りの方のアドバイスによってかえって混乱し、次第に感情的になってしまったり…そのまま連絡がつかなくなってしまったり…なんてことになると大変です。

遺産分割協議には相続人全員の参加が必要なので、ひとりでも欠けると相続の手続きができなくなってしまいます。

事例 4

家業を継いでもらうために
娘婿を養子にしました…

うちには娘しかいないので、家業を継いでもらうために娘婿に養子に入ってもらいました。

これからは娘と婿養子が力を合わせて家業を発展させていってくれることを望みます。

ところが…

娘が離婚してしまいました。

離婚して夫婦関係が解消されても、養親子の関係には影響がありません。

養子縁組を解消するためには離縁の手続きが必要ですが、養子が承諾をしないと手続きすることができず、場合によっては裁判に発展してしまうケースもあります。

事例 5

嫁が「死後離婚」と言い出した。 死後に離婚するってどういうこと？

若くして息子が他界してしまいました。

離れて暮らしていることもあり、息子夫婦との交流はあまりありませんでしたが、これから年々身体も老いてくるし、介護の相談もしていければいいなと思っています。

息子がいなくても嫁はうちに入ったのだから、これからは積極的に付き合いをしていこうと思います。

ところが・・・

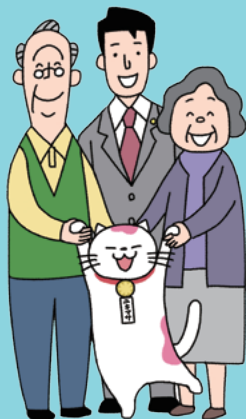
近年「死後離婚」という言葉が話題になっています。

死後離婚とは、正式には「姻族関係終了届」といいます。

離婚という言葉を使うと、配偶者との関係を解消するというような印象を受けますが、実際には配偶者との関係は変わることなく、姻族、つまり配偶者側の親族関係を断ち切るという制度です。

例えば妻が「姻族関係終了届」を提出した場合、夫との関係には影響がなく、遺産や遺族年金は受け取ることができ、姓も変わりませんが、夫の両親や親族との関係は消滅するということになります。

遺言書があれば
解決する問題もあります。
争族対策は行政書士に
ご相談ください！



09 遺言書



遺言書

遺言書はこれからを安心して迎えるための人生の設計図です

先日、夫が亡くなりました。遺言書を遺していませんでしたが、家や預貯金はすべて妻である私に引き継ぐと言っていました。ところが『子どもがない場合は、亡き夫のきょうだいも法定相続人になる』と聞き、とても驚いています。



家族への想いがどれほどあっても、何の準備もしていなければ、相続は“家族の気持ち”ではなく、法律の決まりに沿って進んでいきます。その結果、義理のきょうだいと遺産について話し合わなければならない場面が生じることがあります。

遺言書は、遺された家族が困らずにすむようにするための備えです。今の想いを、きちんと形にしておくことが大切です。

遺言書の作成が特に必要なケースは？

相続はすべての人に関係があります。なかでも次のような事情がある方は、遺言書を作成しておくことが大切です。

- 子どものいない夫婦
- 自宅を誰に継がせるか明確にしたい
- 不動産を持っている
- 事業を営んでいる
- 相続税対策を考えている
- ペットの世話を託したい
- 障がいのある家族がいる
- 事実婚・内縁関係・同性のパートナーがいる
- 相続人同士の関係がよくない、または将来もめそうな家庭
- 特定の相続人に多く渡したい(または少なくしたい)
- 相続人以外の知人や団体等に財産を遺したい
- 日本に財産がある外国籍の方

子どものいない夫婦の場合、一方が亡くなると、相続人は配偶者だけでなく、亡くなった方の兄弟姉妹や場合によっては甥姪にも相続権が及ぶことがあります。

また、前妻(夫)との間に子どもがいる方も注意が必要です。相続人同士の関係が複雑な場合、遺言書がなければ、本人の思わぬ方向へ財産が流れることもあります。

「家族がもめないように」「後で困らないように」

—— そう考える方ほど、遺言書の準備が大切です。



遺言書で家族の安心をつくる

人が亡くなった後は、どれほど仲の良い家族であっても、立場や考え方、生活環境の違いから、相続をきっかけに話し合いが難しくなることがあります。遺言書がない場合、相続人同士で「誰が何を引き継ぐのか」を一から決めなければならず、その過程が大きな負担になることも少なくありません。

遺言書があれば、本人の考えや希望があらかじめ示されているため、家族が判断に迷う場面を減らすことができます。

もっとも、遺言書があってもすべてを自由に決められるわけではありません。法律では、配偶者・子どもなどに対して、最低限主張できる取り分が定められており、これを「遺留分」といいます。

なお、兄弟姉妹や甥・姪には遺留分はありません。

たとえば、すべての財産を寄付する内容の遺言書を書いた場合でも、遺留分を持つ人から請求されることがあります。

遺留分に配慮したうえで遺言書を作成することで、あとから不満や誤解が生じる可能性を抑えることができます。

また、特定の人に感謝の気持ちを伝えたり、長年の支えに報いたりすることも可能です。

「誰に何を遺すか」を考えることは、単なる財産分けではなく、これまでの「ありがとう」を形にすることなのです。

例えば…

Aさんは、自宅の土地建物と預貯金を、二人の子どもにできるだけ公平に遺したいと考えていました。どちらの子も大切に育ててきたからこそ、「あとでもめることなく、納得した気持ちで受け取ってほしい」という思いがありました。

しかし、相続の話は生前に切り出しにくく、「元気なうちにそんな話をする、かえって心配をかけてしまうのではないか」と感じ、具体的な話し合いはできずにいました。

そこでAさんは、自分の考えを遺言書という形で遺すことを選びました。遺言書を作成したことで、「もしものときにも、自分の気持ちはきちんと伝わる」という安心感が生まれました。家族に直接言葉で伝えなくても、想いを遺せることは、自分自身の気持ちの整理にもつながったのです。

遺言書は、相続のためだけの書類ではなく、家族を想う気持ちをそっと託す手紙のような存在でもあります。

遺言書の種類と作り方

遺言書には、主に「自筆証書遺言」と「公正証書遺言」の二つの種類があります。

自筆証書遺言

自筆証書遺言とは、遺言者本人が全文を手書きし、日付および氏名を記載のうえ押印して作成する遺言書です（パソコンで作成した財産目録や、通帳のコピーを添付することも認められています）。費用がかからず、思い立ったときに作成できる点が大きなメリットです。

一方で、紛失・改ざんの恐れや書き方の不備により、遺言書自体が無効となってしまうリスクがあります。また、相続開始後には、家庭裁判所で「検認」という手続を行う必要があります。

なお、法務局で遺言書を保管してもらえる「自筆証書遺言保管制度」も開始されています。この制度を利用した場合には、検認手続は不要となりますが、形式の確認のみで遺言内容の有効性が保証されるものではありません。

公正証書遺言

公正証書遺言は、公証人が作成する公文書であり遺言者の意思を確認しながら作成する法的に信用力が高い遺言書です。原本は公証役場で保管されるため、紛失や改ざんの心配がなく、相続開始後の検認手続きも不要です。

「自筆証書遺言」と比べ費用はかかりますが、遺言を遺したい方にとって、最も安全確実な方法と言えます。

遺言書作成当日は、遺言者本人が公証人および証人2名の前で、遺言の内容をあらためて口頭で伝えます。公証人は、本人の判断能力と真意を確認したうえで、事前に準備された遺言書の内容を読み上げ、確認を行います。

内容に誤りがなければ、遺言者と証人2名が電子サインを行い、最後に公証人が電子署名をすることで、遺言書が完成します。



公証役場にいきなり行くのは不安という方にも

行政書士は、資料収集から文案作成、必要書類の確認、公証役場との調整まで、遺言書作成をトータルでサポートします。

ご本人のご希望やご家族の状況、財産の内容を丁寧に確認したうえで遺言書の原案を作成し、公証役場との打合せを行政書士が行うため、安心して当日を迎えることができます。

近い将来、デジタル遺言書がスマホでできるように法改正されるかもニャ！



10 生前贈与



生前贈与

未来へ財産をつなぐ ～孫の教育資金を出してあげたい～

終活の中でも、ご自身の財産をどう次世代へ引き継ぐかという問題は、誰もが直面する大切なテーマです。

遺言書では自身が亡くなったあとの財産について記載しますが、生前贈与では、例えば、「今、孫の教育資金を出してあげる」などが可能です。

ご自身の感謝の気持ちや想いを込めて、生前に財産を渡す仕組みが「生前贈与」です。単に財産を動かす手続きではなく、「想い」を形にするための終活の重要な一歩です。



生前贈与の大きなメリットとは？

財産を「渡したい相手」に「渡したいタイミング」で確実に渡せることがメリットです。

遺言書でも渡したい相手に財産を渡すことはできますが、財産の分け方を決めることができても、渡すタイミングは亡くなった後になります。しかし、生前贈与なら、生きている間に、「今、この人に」という意思を確実に実現できます。

例えば…

- 子や孫がマイホームを購入する際に頭金を援助したい
- 孫の教育資金を出してあげたい
- 長年、介護や面倒を見てくれている特定の子に、感謝の気持ちとしてお金を渡したい

このように、家族の「今」の生活を支援するために、生きているうちに役立つ形で財産を移転できるのが最大の強みです。

ただし、遺産分割の際に考慮しなければいけない「特別受益」というルールがあるので、注意が必要です。（「特別受益」についてはP.64を参照）

生前贈与で知っておきたい「税金」と「ルール」

生前贈与は非常に便利ですが、税金（贈与税）と民法上のルールが絡んでくるため、安易に進めるとかえってトラブルや無駄な出費につながりかねません。

1 贈与税の基本：「暦年贈与」の活用

生前贈与を受けた側（財産をもらった人）には「贈与税」がかかります。贈与税には年間110万円の「基礎控除」という非課税枠があります。この金額を超えなければ、贈与税はかかりませんし、原則として申告も不要です。

ただし、財産をもらった人の年間に受けたすべての贈与が対象となります。他からの贈与があり、贈与された合計が110万円を超える場合、贈与税の対象となりますので注意が必要です。

2 知らないと損をする「持戻し」のルール

暦年贈与を進める上で、特に注意が必要なのが「持戻し」というルールです。

これは、相続開始前の一定期間※内に相続人に対して行われた贈与は、「生前にもらった前渡し分」と見なされ、相続財産に加算して計算し直されるというものです。

※税制改正により生前贈与加算の対象期間が延長

令和5年度税制改正により、暦年贈与に係る生前贈与加算の加算期間が見直しされました。

- 令和5年12月31日までに贈与：相続開始前3年以内の贈与が対象
- 令和6年1月1日以降の贈与：相続発生前「3年以内」から「7年以内」に段階的に延長

3 トラブルの原因になる「特別受益」

特定の相続人(例えば長男)だけが多額の生前贈与を受けていた場合、他の相続人(次男、長女など)は不公平だと感じる場合があります。このように特定の相続人への多額の贈与などを「特別受益」といい、遺産分割の際に、この特別受益分を考慮して計算し直す必要があります。この特別受益の扱いで家族間がもめることも多いため、生前贈与をする際は、他の家族にも贈与の意図や内容を理解してもらい、合意を得ておくことが最も重要です。また、遺言書で特別受益の持戻しを免除することができます。

特別受益となる生前贈与の具体的な例

特別受益の対象となるのは、扶養義務の範囲を超えるような特別な利益と判断されるもので、生前に被相続人から相続人に贈与された財産のうち、「婚姻、養子縁組のため」または「生計の資本として」の贈与が特別受益の対象になります。

●婚姻・養子縁組のための贈与

- 持参金や嫁入り道具 (高額なもの)
- 養子縁組に際しての支度金など

※結納金や一般的な挙式費用は特別受益に含まれないことが多いです。

●生計の資本としての贈与(生計の基礎となるまとまった資金)

個別の事情により判断されます。

- 住宅購入資金の援助 (家の頭金、購入費用の贈与)
- 居住用不動産そのものの贈与 (土地や建物の贈与)
- 事業資金の援助 (独立開業のための資金提供)
- 高額な教育費 (医学部や海外留学など、他の兄弟とは明らかに異なる高額な学費・費用)
- 借金の肩代わり (ギャンブルなどによる多額の借金の返済)
- 高価な動産の贈与 (自動車、高額な宝石、美術品など)

生前贈与を進めるためのステップ

生前贈与を計画的に進めるためには、以下の手順を進めましょう。

1. 贈与の計画を立てる

誰に、いつ、何を、いくら渡すかを具体的に決めます。特に暦年贈与を利用する場合は、長期的な計画を立てましょう。

2. 贈与契約書を作成する

必要な情報を記入し、双方の署名捺印をもらいます。

3. 贈与を実行・記録する

契約書に記載した通りに贈与を実行します。特に金銭の場合は、手渡しではなく銀行振込を利用し、通帳などの記録を残しておくことが大切です。

生前贈与は、ご自身の想いを伝える良い機会です。上記のようなステップを踏み、計画的に進めれば、きっと安心して未来へ財産をつなぐことができるでしょう。

後悔しないため「贈与契約書」は必ず作ろう

例えば金銭の贈与の場合、現金の受け渡しが完了すれば、贈与は成立しますが、後の税務調査や家族間のトラブルを防ぐために、必ず「贈与契約書」を作成しましょう。

記載すべき主な内容

- 誰から誰へ (贈与者と受贈者の氏名・住所)
- いつ (贈与の実行日)
- 何を (財産の内容)
- いくら (金額または数量)

贈与契約書の作成は
行政書士に相談してニヤ



11

尊厳死宣言公正証書



尊厳死宣言公正証書

延命のためだけの 治療は受けたくない！ 私らしく最期を迎えたい

現代は長寿化が進み「人生100年時代」とまで言われるようになりました。もちろん「元気で長生き」が理想ですが、医療技術が発達し、治る見込みがない状況になっても命を延ばすことができる、いわゆる延命措置も可能となりました。人生の最終段階になったとき、あなたはどのような治療や措置を望みますか？

「尊厳死」とは、なんですか？

現在の日本では「尊厳死」という言葉に法律上の明確な定義はありませんが、「不治かつ末期状態で死期が迫った際に、人工呼吸器、胃ろう、強心剤の投与などによって死期を延ばすためだけの延命措置を行わず、自然な状態で死を迎えること」と考えられています。

「意識が戻る可能性がない場合は、無理な治療で長らく命をつなぎとめて家族に精神的・経済的な負担をかけたくない。」という自己決定を尊重できるよう、個人の尊厳を保ったまま死を迎える「尊厳死」という考え方が認められてきています。

なお、似た言葉に「安楽死」がありますが、人為的に患者の死期を早める「安楽死」は日本においては認められておらず、あくまでも患者に自然な死を迎えさせる「尊厳死」とは区別されています。

「尊厳死宣言公正証書」とは どんなものでしょうか？

尊厳死の判断は、人間の命に直接関わる、きわめて重要なことです。仮に親しい人が意向を聞いていたり、リビングウィル(事前指示書)・エンディングノート等はその旨の記載があったりしても、医療現場では「本当に本人が望んだのか」「本人の意思がしっかりある状態で作成された書類なのか」といった懸念があると、延命措置中断の決断に至りにくいことでしょう。医療機関としては後日遺族から訴えられるようなことは回避しますし、そもそも人命に関わる重要な判断として、慎重に検討がなされます。

そこで、「**尊厳死宣言公正証書**」が有効になってきます。

「尊厳死宣言公正証書」は、公証人の前で本人が自らの考えで尊厳死を望むことを宣言し、公証人がこれを聴き取り、法律に従って作成する公文書です。公証人がしっかりと本人の意思能力や意向を確認した上で作成されますので、**極めて強い証明力**があり、**実際の場面で医師が尊厳死を認める可能性がとて高い**といわれています。

**尊厳死が認められた場合は、宣言した内容に応じ、
例えばこのような希望がかないます。**

- **延命措置の拒否**：延命するためだけの医療行為を避けてほしい。
- **緩和ケアの希望**：痛みや苦痛を取り除くケアは最大限行ってほしい。
- **家族への配慮**：自分の意思を示すことで、必要以上に、家族へ経済的・精神的・肉体的な負担をかけることを避けたい。

大事なことから
公正証書で見せると
お医者さんも安心ニャ！



尊厳死宣言公正証書

本公証人は、尊厳死宣言者〇〇〇〇の囑託により、
令和〇〇年〇〇月〇〇日、その陳述内容が囑託人
の真意であることを確認の上、
.....

家族の同意は必要ですか？ いない場合は？

作成時にならずしも家族の同意が必要なわけではありませんが、いざというときに家族が反対し、本人の希望がかなわない…といったことにならないために、家族の理解は重要です。

あらかじめご自身の意向をきちんとお伝えし、理解を得ておきましょう。

公正証書に「長男〇〇にあらかじめ了承を得ている」と記載しておくことと更に安心です。

また、家族がいない場合も、公正証書の作成は効果的です。自身の希望を伝えてくれる家族がいませんので、公正証書があると、ご希望がかないやすくなります。

作成した後はどうしたらいいのでしょうか？

せっかく尊厳死宣言公正証書を作成しても、周囲の方などが見つけることができなければ意味がありません。作成したことと保管場所をわかりやすいようにしておくことが重要です。

【例】

- 家族、親しい人、かかりつけ医等にコピーを渡しておく
- 病院の診察券等と一緒に、公正証書があることと、その所在を記したメモを保管する
- コピーを持ち歩く …など

！おひとり様も、これで安心！ (「おひとり様」についてはP.86参照)

行政書士などの第三者が公正証書作成の「立会人」となることができます。

具体的には、公正証書作成時に、公証人の前でご本人のご意向を見届けて、ご本人と共に尊厳死宣言公正証書にサインします。「立会人」は、交付された「正本」を保管管理し、「いざという時」には医師に提示し、ご本人の意向を伝えます。

もし、ご本人が意思表示できない事態になっても、「立会人」が意向を伝えられるため実現しやすくなりますし、紛失の備えにもなり安心です。

ご存じですか？「人生会議」

～自らが望む、人生の最終段階の医療・ケアについて話し合ってみませんか～

「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、周囲の方々と繰り返し話し合い、共有する取組、プロセスのことをいいます。

高齢者でなくても誰でも大きな病気やケガをする可能性があります。そういった状態になると約70%の方が、医療やケアの希望を伝えることができなくなるといわれています。

そのような状況下では、あなたの信頼できる人が「あなたなら、たぶん、こう考えるだろう」と想像しながら、医療・ケアチームと話し合いをすることになります。

自分が希望する医療やケアを受けるためには、「人生会議」を重ねて周囲の信頼する人たちとよく話し合い、共有し、エンディングノートにも記すなどして意向を明確しておくことが重要です。



イラスト/漫画: 横谷智子

厚生労働省ホームページより

12 臓器提供・献体



臓器提供・献体

臓器提供や献体に興味があります

人生の最後に社会貢献がしたい

終活をしている中で、「人生の最後に社会貢献がしたい」という想いから、臓器提供や献体を検討する方が増えています。

希望される場合は、エンディングノートなどに記しつつ、事前に所定の手続きを行う必要があります。また、家族と想いを共有して同意を得ておくことが不可欠です。

〈1, 2, 3. いずれかの番号を○で囲んでください。〉

1. 私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいずれでも、移植の為に臓器を提供します。

2. 私は、心臓が停止した死後に限り、移植の為に臓器を提供します。

3. 私は、臓器を提供しません。


〈1又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。〉
【心臓・肺・肝臓・腎臓・膵臓・小腸・眼球】

〔特記欄： 〕

署名年月日： _____年 _____月 _____日

本人署名(自筆)： _____

家族署名(自筆)： _____



グリーンリボンキャンペーンの天使 ハーティ

臓器提供について

1. 臓器提供とは

亡き後の臓器提供には、脳死後、心臓が停止した死後の2つの方法があります。

脳死後および心臓が停止した死後に提供できる臓器は、臓器移植法や施行規則によって以下のように定められています。

提供可能な臓器

- 脳死後 : 心臓、肺、肝臓、腎臓、^{すいぞう}膵臓、小腸、眼球
- 心臓が停止した死後 : 腎臓、^{すいぞう}膵臓、眼球

2. 臓器提供をするには

臓器提供に関する意思表示は、法律上尊重されることとなっています。「臓器提供を希望しない」という意思表示も尊重されます。「提供をする」という意思表示は、書面等で示す必要があり、以下の4種類の方法があります。

- マイナンバーカード
- 運転免許証
- 臓器提供意思表示カード
(「公益社団法人 日本臓器移植ネットワーク」にて発行)
- インターネットによる登録
(「公益社団法人 日本臓器移植ネットワーク」HPより)



これらにはどの段階でどの臓器を提供したいか、提供したくないかなどを、明記できるようになっています。また、お気持ちが変わった場合には、二重線で消すなどして、いつでも変更することが可能です。

3. 家族の同意

意思表示を行った臓器提供希望者が死亡(脳死・心停止)すると、提供のための手術が法律に基づいて検討されます。

意思表示自体は単独で行えますが、この段階で家族が反対した場合には、提供は実施されません。意思を実現するには、事前に家族とよく話し合っておくことが重要です。

なお、親族がない場合は、基本的には本人の意思表示があれば、その意思が尊重されます。

きちんと意思表示を記し、家族等大切な人と共有しておきましょう。

4. 遺体の移送・葬儀

脳死または心停止が確認された場合は、臓器の摘出は死後すみやかに行われ、その後、遺体はできるだけきれいな状態になって戻ってきます。遺体が遺族のもとを離れるのは摘出手術と搬送の時間のみですので、通夜や葬儀は通常の場合と同じように執り行えることが多いです。



臓器提供できる年齢に上限はあるの？

臓器を提供する場合、臓器提供適応基準では、おおよそ心臓50歳以下、肺70歳以下、腎臓70歳以下、脾臓60歳以下、小腸60歳以下が望ましいとされています。

しかし、この年齢を越えた方でも、医学的に提供が可能である場合もあります。

心臓、肺、腎臓に関しては、これまでも70歳代の方からのご提供があり、脾臓でも60歳代の方からのご提供があります。

肝臓は、この基準において望ましいとされる年齢の記載はありませんが、70歳代の方からご提供をいただいております。また、眼球では、100歳を超えた方のご提供もあります。

公益社団法人 日本臓器移植ネットワークHPより抜粋 <https://www.jotnw.or.jp/faq/detail.php?id=16>

献体について

1. 献体とは

「献体」とは、医学教育や研究のために大学の医学部などへ、亡き後の自分の身体を無条件・無償で提供することを指し、将来の医師の解剖実習や医学の研究に役立ててもらおうための社会貢献といえます。

2. 献体するには

献体を希望する場合は、本人が大学の医学部・歯学部や献体篤志団体などに登録します。登録は各団体から取り寄せた申込書に必要事項を記入・署名・捺印の上郵送して行い、後日「会員証(献体登録証)」が送られてきます。登録先によっては、お住いの地域や「60歳以上」などの年齢制限を設けている場合もありますので、諸条件をよくご確認のうえ登録先を検討してください。

3. 家族等の同意 = 「登録の条件」

登録にあたり条件となるのが「家族の同意を得ること」です。申込書に家族2名以上の署名・押印を求められたり、遺骨の引取り人として複数の人に署名・押印を求められたりと、登録先により詳細の条件が設けられています。また、たとえ献体の登録をしても、本人が亡くなった後いざ実行するときに、遺族の中に1人でも反対する人がいると、献体は実行されません。本人の崇高な意思をかなえるためにも、家族全員の同意を得ておくことが必須となります。

なお、身寄りがない場合も献体は可能ですが、その際の条件も登録先によって様々設けられていますので、よく確認して登録してください。

4. 遺体の移送・葬儀

登録している人の死亡が確認され次第、会員証に記載されている連絡先に連絡がなされ、遺体が大学等に搬送されます。臓器提供の場合と異なり、遺体を長く預け、火葬も大学等が行うこととなりますので、葬儀をする場合は遺体がない状況や、遺骨が帰ってきてから行うことになる場合もあります。

遺骨になって返還されるまでは1～2年、長い場合には3年以上かかることもあります。

火葬の費用と登録先への遺体の輸送費は大学等の登録先が負担することが通常ですが、葬儀代や、遺骨の返送費用など、ご遺族のご負担となる費用もありますので、登録先に事前によく確認しておきましょう。



おひとり様でも献体できるの？

身寄りのない方や親族に負担をかけたくない方も、行政書士等の専門家と「死後事務委任契約」を締結し、亡くなった後の遺体の引き取りも含めた様々な手続きをお任せいただくことができます。

亡き後のことを、意向と共にしっかり託せるため、「おひとり様」にも安心です。（「死後事務委任契約」についてはP.82、「おひとり様」についてはP.86参照）

13 墓じまい



墓じまい

田舎のお墓を継ぐ人がいないので、墓じまいを検討しています

少子高齢化やライフスタイルの多様化、お墓が遠方にあり管理が難しい、経済的な負担が大きい、といった理由で「墓じまい」を考える方もいらっしゃるでしょう。

では「墓じまい」とは何か、どのような手順で進めていくのか具体的に解説していきます。

誰も継ぐ人がいないのよね…



墓じまいって何？

墓じまいとは、今あるお墓を撤去して墓所を更地に戻し、その土地の使用権を管理者に返すことと考えられています。お墓を片づけたからといって、お墓の中のご遺骨を勝手に処分することはできませんので、その後どのような形で供養するのか決める必要があります。

多くの場合は、取り出したご遺骨を別の場所へ移す「改葬」とセットで行われます。

改葬って何？

改葬とはいわゆる「お墓のお引越し」のことをいいます。墓じまいをして取り出されたご遺骨は、一定の手続きを踏んで、お参りに行きやすい自宅近くのお墓や、継がなくていいタイプの永代供養墓等に移動して供養します。

樹木葬、納骨堂などの別のお墓へ移動して供養する、散骨や手元供養などお墓を必要としない方法で供養する、新しく墓石を建てて供養する、といったことが考えられます。

お墓と供養の種類（例）

一般墓	伝統的なお墓のスタイルで屋外の墓地、霊園などの定められた区画に墓石を建てます。
永代供養墓	霊園や寺院が永代にわたってご遺骨を管理・供養してくれるため、継承者が不要なお墓のことをいいます。
合祀墓	他のご遺骨と一緒に祀られるタイプのお墓です。一度埋葬したら取り出すことができません。
納骨堂	屋内の専用スペースにご遺骨を安置するお墓です。
樹木葬	樹木などを墓標とするお墓で、基本的には後継ぎを必要としない永代供養のお墓です。
散骨	粉状にしたご遺骨を海や山などにまいて自然に還すという葬送の方法です。細かい要件があるので、一般的には業者に委託します。
手元供養	ご遺骨を自宅などで保管して供養します。

永代供養といっても
個別安置期間後は、
合祀墓に合祀されることが
多いんだニャ！



墓じまい(改葬)の一般的な流れ

関係者に
墓じまいの
意向を伝える

後になって大きなトラブルにならないよう、親族や墓地管理者に相談をしておきましょう。
とくに先祖代々のお墓や、複数の家系にわたってご遺骨が納められている場合、関係者に同意を得てから手続きを進めるのが望ましいです。

新しい
供養先を決める

前ページの「お墓と供養の種類(例)」をご参照ください。

改葬許可申請書を
入手する

元のお墓がある管轄の自治体で「改葬許可申請書」を入手します。
自治体によって必要書類が異なることがあるため、事前にお墓のある自治体にご相談ください。

元の墓地の
管理者の印を
もらう

自宅保管や散骨などは改葬ではないため、「改葬許可申請は必要ない」と思われるかもしれませんが、自宅保管している方が亡くなり、後日お墓に納骨したいなど改葬許可が必要になる場合もあるため、元の墓地の管理者の印をもらうまではしておくことをおすすめします。

改葬許可証を
入手する

記入押印済の改葬許可申請書を役所へ提出し、「改葬許可証」を受領します。自治体により異なりますが、申請時には、改葬先の墓地や納骨堂を使用できる証明として、墓地使用許可証などが必要となります。

お墓の整理をしてもらう石材店を選ぶ

閉眼供養(魂抜き)・墓石の撤去・ご遺骨取り出し

新しい寺院・霊園で開眼供養(魂入れ)をし、埋葬

墓じまい(改葬)で発生する費用例

- 墓石の解体・撤去工事費
- 閉眼供養・開眼供養のお布施
- 離壇料(菩提寺の檀家を離れる際のお布施)
- 新しい納骨先や、永代供養の費用
- 証明書類の発行手数料 etc.



公営霊園の場合は？

公営霊園の特徴は、お寺の墓地よりも使用料・管理料が比較的安価であり、基本的には宗教を問いません。墓じまいをする時には石材店の指定もないため見積もりの比較検討ができ、離壇料も発生しません。

地域によって違いはありますが、公営霊園は比較的通路幅も広く、墓石の解体・撤去工事では重機での作業ができる墓所も多く、作業はしやすいと言えます。

寺院の場合、閉眼供養(魂抜き)は多くの宗派で行われ、お布施を包む必要がありますが、法的に義務付けられているわけではありません。あくまで宗教的・精神的な意味合いを持つものなので、一般的には行うものですが「行わない」という選択ができる可能性もあります。

公営霊園の場合、寺院に比べて事務的に進めることができ、より安価な料金で墓じまいができると言えそうです。

行政書士にご相談ください

多くの方にとって、「墓じまい」は初めての経験であり、一生に何度も経験するものではないと思います。

先にご紹介した「墓じまい(改葬)の一般的な流れ」にもあるように、墓じまいには行政手続きを含む多数のステップがあり、個人で対処するには大きな負担がともないます。

そんな時には専門知識のある行政書士にご相談ください。関係者や役所等との橋渡しを担い、煩雑な手続きによるミスやトラブルなどを回避し、書類の作成、申請のサポートをいたします。

14 葬儀・埋葬

葬儀・埋葬

自分らしい 最期を迎えたい

葬儀とお墓の準備、できていますか？

「自分が亡くなったあと、どんなふうに見送られたい？」

人生の終わりについて考えるのは、簡単なことではありません。けれども近年、自分らしい最期を迎えたいという想いから、生前のうちに葬儀や埋葬方法を考える“終活”が注目されています。

亡くなった後「葬儀のプランが多すぎてどれを選んでいいのかわからない」、「お墓はどうしよう？」といった家族の悩みを少なくするためにも、自分の意思を生前に明確にしておくことが大切です。



葬儀の形式とその選択肢

ひと口に「葬儀」といっても、そのスタイルは多様化しています。いまや「こうしなければならない」という固定観念は薄れつつあり、故人の価値観や家族の事情に合わせて柔軟に選ばれる時代です。

● 一般葬

お通夜・告別式を通して、多くの人とお別れする、昔ながらの形式です。故人が生前縁のあった人々を広く招き見送ることができます。ただし、準備や費用の負担が大きく、時間的・経済的な余裕が必要です。

● 家族葬

家族や親しい人だけで静かに送りたいという方に選ばれます。少人数だからこそ、落ち着いた雰囲気の中で想いを分かち合える一方で、後日参列を希望する人への対応が発生することもあります。

● 直葬(火葬式)

お通夜や告別式を行わず、火葬のみを行う最も簡素な葬儀形式です。費用を抑えられるというメリットがあり、近年急増しています。ただし、故人が望んでいたとしても、家族や周囲の人にとっては“お通夜・告別式”がないことに戸惑うこともあります。

● 生前葬

少しずつ広がりを見せているのが「生前葬」です。生きているうちに、自らの意思で開催する葬儀です。感謝を伝えたい人たちに直接お礼を言うことができるのが大きな特長で、近年関心が高まっています。



生前のうちに感謝を伝えたい

闘病生活をきっかけに「生前のうちに感謝を伝えたい」と思い立ち、生前葬を執り行うケースもあります。旧友やお世話になった恩師、離れて暮らす家族などに声を掛け、式中は楽しかった過去の話題で盛り上がり、笑顔と涙が入り混じった和やかな時間を過ごすことができます。「やりたいことを全てやりきった」と晴れやかな表情を見せたその姿は、参加者にとっても忘れがたい記憶となるでしょう。

葬儀費用の内訳と準備

葬儀費用は、選ぶ形式や地域、会場、参列人数によって大きく異なります。主な費用の内訳は次の通りです。

- 葬儀会場や式場の使用料金
- 棺・骨壺・仏具・花などの物品代
- 火葬料金
- 僧侶へのお布施
- 返礼品や飲食代
- その他、送迎バスや遺影写真などのオプション費用 etc.

事前に葬儀社へ相談し、複数社の見積もりを比較検討することが重要です。生前契約を活用すれば、自身の希望が反映されやすく、遺される家族の負担を減らすことができます。生前契約をした場合は、必ず家族に伝えておきましょう。

埋葬先の選び方と多様化

伝統的な「お墓」は、家を継ぐ者が代々管理していく前提で設けられてきました。しかし、現代では子ども世代が遠方に住んでいたり、未婚・子なし世帯も増えていたり、「お墓を守る人がいない」ことから葬儀と同様に、埋葬方法やお墓の形式も多様化しています。（「お墓の種類」についてはP.75参照）

そうした中で注目されているのが、永代供養墓です。寺院や霊園が管理・供養を代行してくれるもので、費用の明確化や契約内容の透明性が進んでいます。最近では合同墓タイプ・個別墓タイプなど選択肢も豊富で、生前契約が可能な場合が多いのも特徴です。

また、近年では自然に還ることを望む方に向けた「樹木葬」や、都市部で管理しやすい「納骨堂」も人気です。これらは宗派を問わないことが多く、生前契約が比較的簡単であることから、早期に準備する人が増えています。特に都市部では、交通の便や将来の維持管理を重視して、あえて郊外よりもアクセスしやすい立地を選ぶケースも増加傾向にあります。埋葬も“生活設計の一部”として考えられるようになっていきます。

葬儀と埋葬の事前準備

葬儀や埋葬は遺される家族にとっては悩ましい問題となります。遺される家族の負担を減らすためにも、元気なうちに以下のことを整理・記録しておくことで、家族は安心できます。

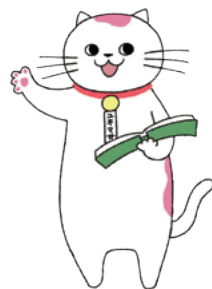
- 希望する葬儀形式
- 宗教や菩提寺の有無／宗派
- 葬儀社の候補、互助会等加入の有無
- 喪主をお願いしたい人、連絡してほしい親族・友人
- 埋葬方法と場所
- 戒名や法名、お布施に関する考え
- 費用の支払い方法

これらをエンディングノートなどに記録し遺言書と併せて家族と共有しておくことが望ましいです。突然の死では家族が選択に困ることが多く、自身の意思が明確であればあるほど、スムーズかつ納得のいく対応ができます。（「エンディングノート」についてはP.2参照）

＼“ニャン”ポイントアドバイス／

頼める家族がいない場合は
行政書士などの専門家と
死後事務委任契約を結んでおくのが
安心だニャ！

（「死後事務委任契約」についてはP.82参照）



人生の最期を「どのように迎えるか」を考えることは、「これからをどう生きるか」を考えることでもあります。

大切なのは、自分の意思を明確にし、家族に迷いを残さないこと。金銭面だけでなく、心の準備や家族との対話も含めた“生きるための終活”として、前向きな終活に取り組んでいきましょう。

今から少しずつ準備を始めて、安心と納得の最期を迎える準備をしてみませんか？

15 死後事務委任契約



死後事務委任契約

自分が亡くなったあと、 できるだけ人に 迷惑をかけたくない

私は身寄りがなく、自分が亡くなった場合の葬儀や埋葬、住んでいた部屋の整理などについて非常に心配しています。もしものときに誰がこれらのことをしてくれるのか、具体的な手配やサポート体制についても気になっています。

今の日本では、ひとりで暮らす人や、家族が遠くに住んでいる人が増えていす。そのため、「自分が亡くなったあとのことを誰がやってくれるのだろう」と不安を感じる人が多くなっています。

そこで役に立つのが、「**死後事務委任契約**」です。

これは、**生きているうちに、自分が亡くなったあとの手続きを、信頼できる人や行政書士などの専門家をお願いしておく約束**のことです。

遺言だけじゃダメなの？

亡くなったあとの希望を伝える方法として、「遺言」があります。

遺言では、主に「財産を誰に渡すか」といったことを決めることができます。

しかし、遺言で決められる内容は法律で決まっており、すべての希望を書けるわけではありません。

例えば、「どのようなお葬式にしてほしいか」、「どこに、どのようなお墓を作ってほしいか」といったことを書いておくことは可能ですが、必ず実行されるとは限りません。

また、人が亡くなると、すぐにお葬式の準備に追われます。そのため、遺言書がすぐに読まれなかったり、存在にすぐに気づかれなかったりなど希望が伝わらないことも多いのです。

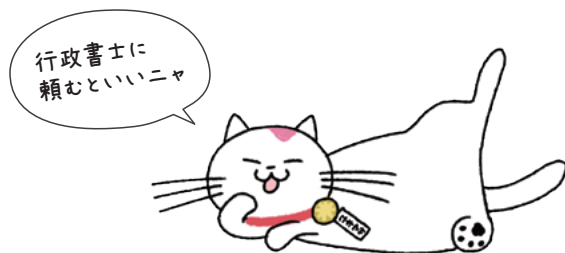
そこで、**実際の手続きを確実に行ってもらうための仕組み**として、死後事務委任契約が必要になります。

こんな人におすすめします

死後事務委任契約は、特に次のような人に向いています。

- ひとり暮らしの人や、子どもがいないご夫婦
- 家族はいるが、遠くに住んでいて頼みにくい
- 家族が高齢で、負担をかけたくない
- 事実婚や同性カップル

このような場合、亡くなったあとに誰が手続きをするのか分かりにくく、トラブルになることもあります。あらかじめ契約で決めておくことで、安心して生活することができます。



どんなことをお願いできるの？

死後事務委任契約では、亡くなったあとに必要な事務を幅広くお願いできます。例えば次のような内容です。

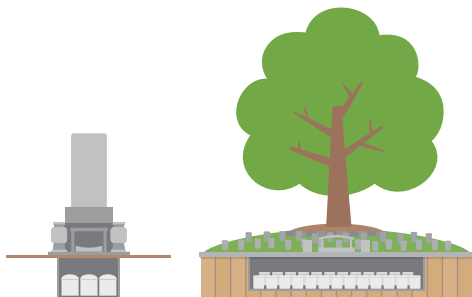
- お通夜や葬儀、火葬、埋葬に関すること
- お墓の管理や、永代供養について
- 借りていた家の解約や、部屋の片づけ
- 家族や友人知人への死亡の連絡
- 病院や施設の利用料の支払い
- ペットの世話や、引き取り先の手配
- 遺品や思い出の品の整理(遺品整理・片付け)
- SNS、メールなどの削除(「デジタル遺産」についてはP.26参照)
- 電気・水道・電話・スマホ・インターネットの解約

何をどこまでお願いするかは引き受けてくれる方と相談の上、自由に決めることができます。

公正証書にした方がいいの？

死後事務委任契約は、公証役場で「公正証書」として作ることをおすすめします。公正証書にすると、以下のようなメリットがあります。

- 本人が自分の意思で契約したことがはっきりする
- 家族や親族とのトラブルが起きにくくなる
- 役所や銀行などの手続きが進めやすくなる



死後事務委任契約ですべて安心？

死後事務委任契約は、亡くなったあとの事務手続きを行うためのものです。そのため、財産を誰に渡すかといったことは、遺言で別に決める必要があります。

また、生きている間の不安に備えるためには、

- 安否を確認する「見守り契約」
- 認知症などで判断能力が低下したときの「任意後見契約」(P.34参照)

などをあわせて利用すると、より安心です。

おひとり様の場合 (P.86参照)

私たち行政書士など専門家は、おひとり様の終活では

「遺言 + 死後事務委任契約 + 任意後見契約」

を組み合わせることをおすすめしています。

- **遺言** (P.58参照) : お金や財産の分け方を決める
- **死後事務委任契約** : 亡くなったあとの手続きをお願いする
- **任意後見契約** : 判断能力が低下した人を守る

これらは元気なうちに作成し、判断能力が低下してきたり、亡くなったりした後に活用するものです。

備えあれば憂いなし

人生の終わりについて考えることは、抵抗があるかもしれませんが。

しかし、あらかじめ準備しておくことで、自分も安心し、周りの人も困らないようにすることができます。

死後事務委任契約は、未来の自分と身近な人を守るための、備えになるのではないのでしょうか。

16 おひとり様



おひとり様

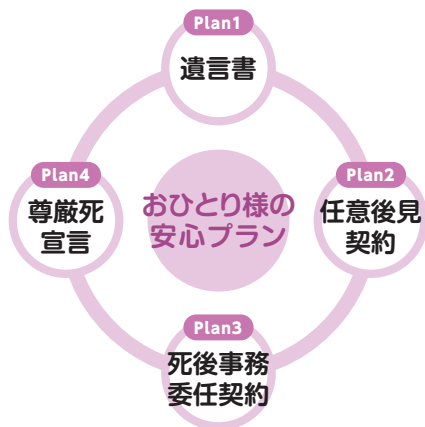
ひとりでも 安心して暮らしたい

『人生100年時代』と言われています。

穏やかに安心して人生を過ごしたいけれどこの先のことを考えると漠然とした不安を感じるという方も多いのではないのでしょうか？

そんなあなたへ、4つのプランを提案します。

夫が亡くなったら
私もおひとり様？



4つのプラン

Plan1 遺言書で想いを遺す

遺言書を作ることをご提案します。

遺言書は、あなたの想いを実現するためのものです。

例えば、あなたの財産を引き継ぐ人(相続人)が誰もいないということになれば、その財産は最終的には国庫に帰属することになります。しかし、そうしたことを望まず、「自分の財産を、施設や団体などで活かして使って欲しい」あるいは、「とてもお世話になった知人や友人、甥や姪などにも遺したい」などと思うのであれば、遺言によってそうした想いを実現することができます。

また遺言書では、財産の遺し方に限らず、なぜそうしたいかという想いや、自分の葬儀をこのように執り行って欲しいという希望などを「付言」として記載することができます。

(「遺言書」についてはP.58参照)

預金関係は姪に、
不動産は甥に！
現金の一部は
動物保護施設に寄付するわ！
葬儀は簡素にお願いね！
“これが私の想いです”



行政書士に
相談するといいいニャ



Plan2 任意後見契約で認知症に備える

『認知症などになった場合、近くに私の面倒を見てくれる親族がいません。行政書士などの専門家に頼みたいと思っています。』

そんな希望を叶えるのが任意後見契約です。

任意後見契約は、認知症などに備えて、あらかじめ自分が選んだ後見人に代わりにしてもらいたいことを契約で決めておく制度です。

任意後見契約で、あなたの希望する人に将来を託し、安心と安全を手に入れておきませんか？

(「任意後見契約」についてはP.34参照)



この契約は、
あなたの認知機能がしっかりしているうちに、
あなたに後見が必要になった場合に、
あなたが希望する人に後見人
になってもらうためのものです。
あなたの信頼する人に護ってもらえることが
最大の利点となるでしょう。

ポイント

任意後見人は、直接介護をするわけではありませんが、契約で定めた範囲で財産管理や介護認定の申請、施設の契約などを行います。

Plan3 死後事務委任契約で死後も安心

『自分が亡くなったあとの手続きを、誰かにお願いしたい。』

ひとりで暮らしていると心配なのが、自分が亡くなった後のことです。

『甥や姪などがいても実際のところお願いするのは気が引ける』そんな場合に備えて、死後事務委任契約をしておけば安心です。

死後事務委任契約では、あらかじめ行政書士などの専門家や信頼できる知人に、亡くなった後の手続き、例えば葬儀や埋葬、家財道具の処分や役所への諸届け、親族や友人への連絡などをお願いしておくことができます。

(「死後事務委任契約」についてはP.82参照)



家財道具の処分



埋葬



親族への連絡

Plan4 尊厳死宣言を検討する

「尊厳死宣言」という言葉はあまり聞き慣れない言葉かもしれませんね。わかりやすく言えば、「必要以上に医療行為はほしくないでほしい」という希望を伝えるための宣言書です。

医療技術が進歩し、回復の見込みがない末期状態であっても一定期間、生命を維持することが可能な場合もあります。

そのように、単に命を延ばすためだけの延命措置はしてほしくないと希望する人も多くなっています。

尊厳死宣言は、必要以上の延命処置を望まない人のための意思表示です。

(「尊厳死宣言公正証書」についてはP.66参照)



17 パートナーシップ



パートナーシップ

同性パートナーや事実婚の終活 ～私らしく生きるために～

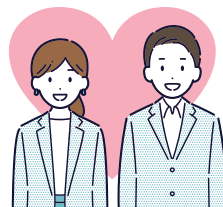
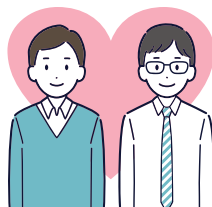
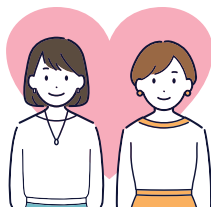
法律婚と一緒にできないの？

「パートナーが病気になった際の医療同意は私にさせてほしい」

「パートナーと一緒にのお墓に入りたい」

このような希望を叶えるための同性パートナーや事実婚の方の終活についてご案内します。

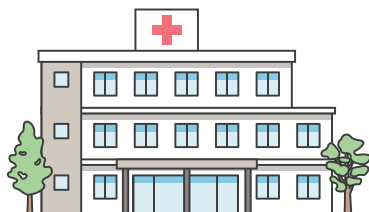
日本の法律では、まだまだ手続きをスムーズに行えない場合があります。



医療同意は私にさせてほしい

法律婚以外のパートナーシップの場合、手術などの医療同意ができないことがあります。法律婚と同じような対応が可能となるよう、病状や治療方針に関する説明を受けることや同意に関することなどを、「事実婚契約」や「パートナーシップ契約」で『親族に優先する』と定めておくことをおすすめします。

※ただし、契約書を作成しておいても、必ず認められるとは限りません。



パートナーに財産を遺したい

同性パートナーや事実婚では、どちらか一方が亡くなった際に、法律婚と同じような相続権を得ることはできません。

お互いの財産をパートナーに遺すには、「パートナーに遺贈する」という内容の遺言書を作成しましょう。



一緒のお墓に入りたい

お寺など「〇〇家の墓」と記載された先祖代々のお墓では、同性パートナーや事実婚の場合のように『名字が違う方は同じお墓に入れない』ということが多くありました。

最近では、お寺の裁量により多様な対応が可能となってきたようですが、お寺の宗派に従って法要等を行うことが条件となります。これは、樹木葬や納骨堂を設けているお寺でも基本的には同じです。

なお、霊園では、姓の違いを問わない施設が多いですが、同性パートナーや事実婚については、各霊園の規定によりますので確認が必要です。

都立霊園では、令和7年度の「申込みのしおり」の「申込資格等について」に、以下のとおり記載されています。

3申込通符から見て、親族（6親等以内の血族、配偶者、3親等以内の姻族）

である方（合葬埋葬施設（樹林型を含む）は条件が異なります）

・「親族」には事実婚関係にある方を含みます。

・「親族」には「東京都パートナーシップ宣誓制度」に基づくパートナーシップ関係にある方を含みます。

・胎児（妊娠4ヶ月（12週）以上）の遺骨で申し込む場合の「遺骨との関係」については、書類審査の際に戸籍謄本に代わり「母子健康手帳」又は「病院等の証明書」をご提示ください。但し、火葬許可証又は埋葬（葬）・収蔵証明書に続柄が記載されている場合は、必要ありません。

※小平霊園・八王子霊園は、埋葬（葬）・収蔵証明書での申込みはできません。

必要書類のご案内：
3親族関係の証明書類

※東京都立霊園使用者の募集「申込みのしおり」より

3 関係 の	①	戸籍（除籍）謄本（原本）	本籍地の役所（区市町村）※1	16頁
	②	外国人登録票 ※外国人の親族関係の証明	外国人在留センター（FRESO） 出入国在留管理庁総務課出入国情報開示係	13頁
	③	住民票又は住民票の除票 ※事実婚関係の証明 ※同一世帯であり、続柄欄に「夫又は妻（未婚）」の記載があるもの ※令和7年7月4日以降発行の原本 【又は生計を一にしている（いた）ことを証明する書類】	お住まいの役所（区市町村）	
	④	東京都パートナーシップ宣誓制度受理証明書 ※令和7年7月4日以降交付のもの	原則オンライン交付	13頁

交付番号

東京都パートナーシップ宣誓制度受理証明書

姓 _____ 姓 _____
 (年 月 日生) (年 月 日生)

東京都オリンピック憲章にうたわれる人権尊重の理念の実現を目指す条例第7条の2第2項の規定に基づき、上記の両名から、____年 月 日付けでパートナーシップ関係の届出があり、____年 月 日付けで受理したことを証します。

____年 月 日

東京都知事

東京都パートナーシップ宣言制度受理証明書

任意後見契約を補う契約

法律婚をしないカップルが婚姻関係と同等の生活を望む場合は、パートナーシップ契約や事実婚契約を結んでおくことで良いでしょう。

これらの契約書は公正証書で作成しておくことをおすすめします。

パートナーシップ契約

私たちの暮らす社会は多様な人々により成り立っています。

多様性のひとつとして、トランスジェンダー(身体的性と心理的性が一致しない)の人たちがいます。トランスジェンダーに限らず、私たちはどのような性の相手を好きになるかさまざまです。

法律婚と同じようにパートナーと暮らしていきたいという希望を叶えるのが、「パートナーシップ契約」であり、近年利用者は増加しつつあります。多様性に対する理解も高まりを見せ、自治体では住民サービスの一環として「パートナーシップ宣言制度」を普及させていますが、この制度だけでは補いきれない法的な部分について、お互いを護るために契約を取り交わしておくことをおすすめします。

事実婚契約

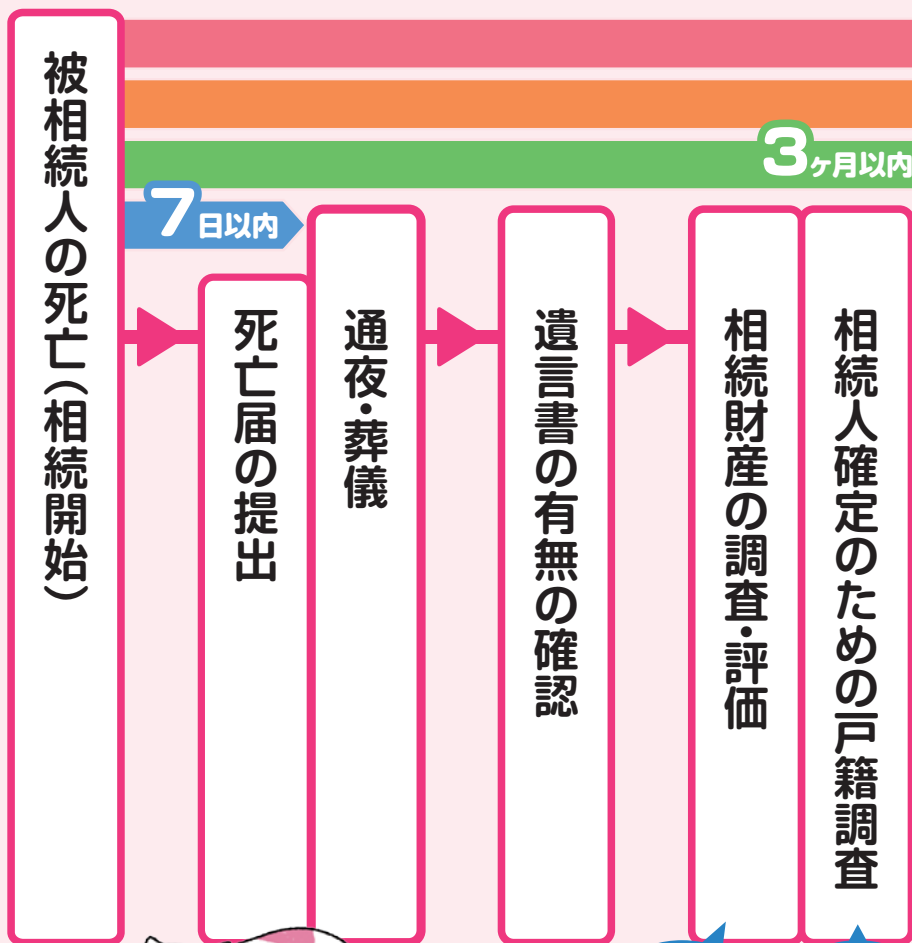
事実婚契約は、民法やその他の法令に定める夫婦または婚姻と同等の関係を持つことを相互に確認して共に生きていくことを誓約するタイプの契約ですので、法律婚では当たり前にある権利や義務に沿った形での内容とする良いでしょう。

具体的な契約の内容としては、遵守事項や医療場面における相互委任、財産の帰属関係、子の認知や子の氏の取り扱いに関する取決めなど、法律婚によらないが故に起こりうる問題を解消できる内容とする良いでしょう。

婚姻という法律関係に縛られたくない人たちのほか、氏の変更をしたくない人たちの間でも活用が増えてきています。

“もしも”

家族が亡くなった時の 相続スケジュール



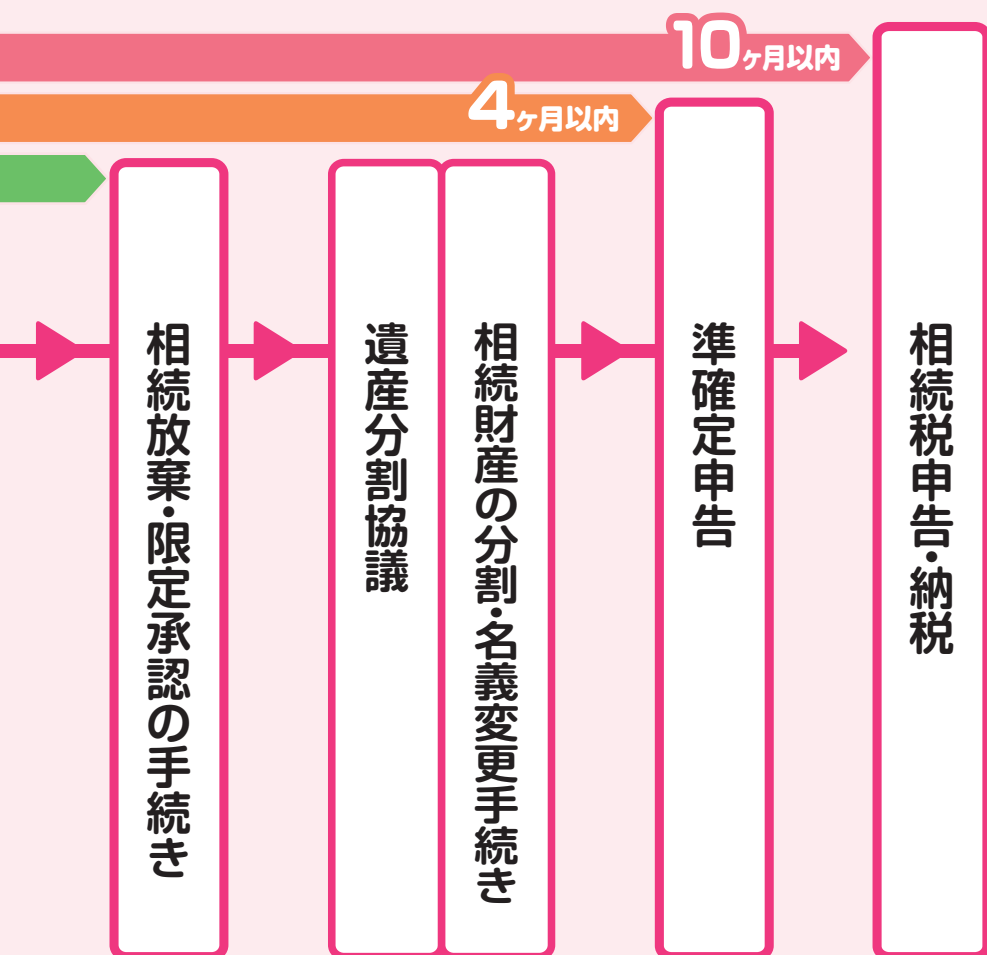
マイナス
財産にも
気をつけて!

知らない
相続人が
いるかも!



お役立ちニャ!

相続とは、ある人が亡くなった時に、その人(被相続人と呼びます)の財産を相続人が引き継ぐことです。



プエンテの 発行にあたって

東京都行政書士会 会長
宮本 重則



我が国は、世界でも類を見ないスピードで高齢化が進展しております。

東京都においても、65歳以上の高齢者人口は年々増加し、単身高齢者世帯の割合も高まるなど、地域社会の在り方や家族の形が大きく変化しております。こうした社会構造の変化に伴い、人生の最終段階をどのように迎えるかという「終活」への関心は、今や多くの都民にとって身近で重要なテーマとなっております。

行政書士は、暮らしと事業の法務を支える「あなたの街の法律家」として、これまでも遺言・相続、成年後見、財産管理、空き家問題など、終活に関わる幅広い分野で都民の皆様を支えてまいりました。特に近年は、家族関係の多様化やデジタル資産の増加、介護・医療に関する意思表示の重要性など、終活を取り巻く課題は一層複雑化しており、専門的な知識と丁寧に寄り添うことが求められています。

当会では、「かかりつけ行政書士を都内標準にしよう!」という活動理念のもと、都民の皆様が安心して相談できる体制づくりを進めております。その一環として、このたび広報部において「終活ハンドブック」を発刊する運びとなりました。本書は、終活に関する基本的な考え方から、遺言書の作成、相続手続、財産管理、任意後見制度、空き家対策に至るまで、行政書士が日頃の業務で培ってきた知見を分かりやすくまとめたものです。終活をこれから始めたい方はもちろん、すでに準備を進めている方にとっても、実務的な指針としてお役立ていただける内容となっております。

人生の最終段階を自分らしく迎えるためには、早い段階からの準備が何よりも大切です。しかし、何から手をつければよいのか分からない、家族にどう話してよいか迷っている、といった声も多く耳にします。行政書士は、そうした不安や疑問に寄り添い、法的な観点から適切なアドバイスを行い、必要な手続を確実にサポートする役割を担っています。本ハンドブックが、終活を前向きに考えるきっかけとなり、皆様の安心につながることを願っております。

今後も東京都行政書士会は、地域社会の変化に的確に対応し、都民の皆様信頼される専門家として、研鑽と社会貢献に努めてまいります。本書が皆様のお役に立ちましたら幸いです。

このたび、行政書士とうきょう増刊号『プエンテvol.17』として「行政書士と一緒に終活ハンドブック」の発刊に漕ぎ着けることができました。終活というテーマを本号一冊まるごとで取り上げ、皆さまのお手元にお届けできましたことに、とても感慨深い思いであります。

本号の制作も決して平坦な道のりではありませんでした。それぞれが事務所を構え、日々の業務や家庭での役割も担うなか、限られた時間をやりくりしながら半年以上前の昨夏からテーマ選定などの企画構成や執筆、校正に取り組んでまいりました。「終活」という言葉にはまだ少し重たい印象を抱かれる方もいらっしゃるなかで、いかにやさしく、わかりやすく、そして実際に役立つ内容としてお届けできるかその点を常に意識しながら、広報部全員が心をひとつに力をあわせて、一つひとつ丁寧に形にしていきました。

さらに、本誌の完成には、印刷会社のご担当者様、そして誌面デザインを手がけてくださったデザイナーの皆さまが、私たちの想いや意図を辛抱強くお汲み取りいただき、読みやすく、親しみやすい紙面へと仕上げてくださいましたことに、深く御礼申し上げます。このように多くの方の知恵とご協力が重なり合って、ようやくこの一冊が生まれました。

終活は、人生の終わりだけを見つめるものではなく、これからをより自分らしく生きるための準備でもあります。ご自身の想いを整理し、ご家族や大切な方と語り合うきっかけとして本誌をご活用いただけましたら幸いです。そして、具体的な手続や書類の作成、将来への備えについてお考えになる際には、どうぞ身近な行政書士にご相談ください。私たちは、皆さまの不安や疑問に丁寧に耳を傾け、安心へとつながるお手伝いをしてまいります。

最後になりますが、本誌を手に取りここまでお目通りいただきました読者の皆さまに心より感謝申し上げます。本号が、皆さまと行政書士を結ぶ架け橋となり、これからの暮らしをより安心で豊かなものにする一助となりますことを心から願っております。

広報部次長 古林 孝一

行政書士とうきょう増刊号 プエンテ [Puente] Vol.17

令和8年3月31日発行

各種お問い合わせは、東京都行政書士会事務局まで。
TEL 03-3477-2881 MAIL info@tokyo-gyosei.com

■編集

東京都行政書士会広報部
担当副会長 浅野幸恵
編集委員長 榎本 晃
編集委員 古林孝一 帆秋啓史
井手尾博之 三五政彰
大門則亮 益子光宣
及川弘子 江川さやか
妹尾ひかる 中里 裕
吾妻佑紀 半田正美

■発行人

東京都行政書士会
会長 宮本 重則
〒153-0042 東京都目黒区青葉台3-1-6
TEL 03-3477-2881
FAX 03-3463-0669
<https://www.tokyo-gyosei.or.jp/>

■デザイン・制作

株式会社 DNP出版プロダクツ
有限会社 ディーエヌデザインセンター

■印刷所

大日本印刷株式会社

本誌記載記事の無断転載・複製を禁じます。

免責事項：

当会は、本誌のコンテンツの正確性の確保に努めてはおりますが、提供している情報に関していかなる保証もするものではありません。本誌に掲載されている情報、または本誌を利用することで発生したトラブルや損失、損害に対して、当会は一切の責任を負いません。

 東京都行政書士会

