

# 特別企画 終活の手引き

自分の生き方&逝き方を考える

自分のライフエンディング(人生の幕引き)に向けての準備を「終活」と呼びます。終活を始めるきっかけは人それぞれでしょうが、この言葉が気になった時が、あなたの始めどきかもしれませんよ。

Vol.02

遺言書



## 「活動状況」

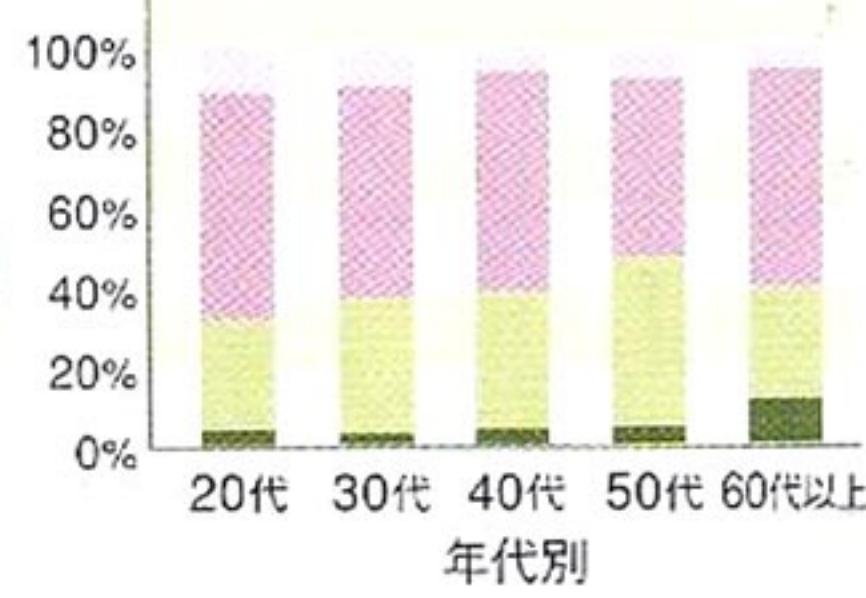
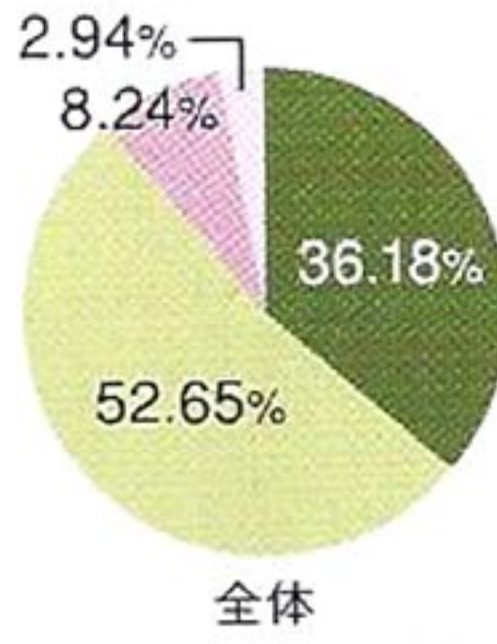
終活白書

本誌では、読者の「終活」に対する意識調査を実施しました。全体で約4割が認知し、60代以上の1割以上がすでに「終活」をしていることがわかりました。

「終活」は、人生を前向きに生きる活動として定着するのかもしれませんがね。

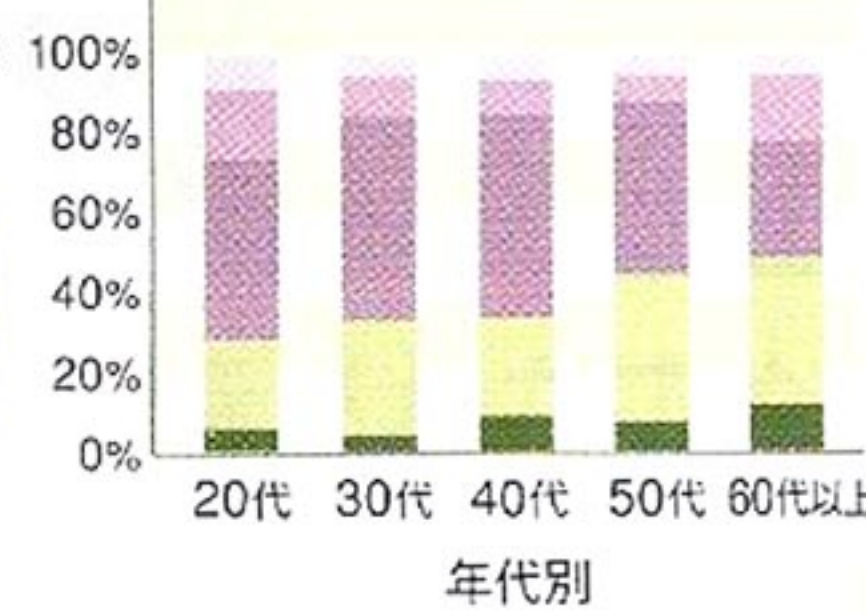
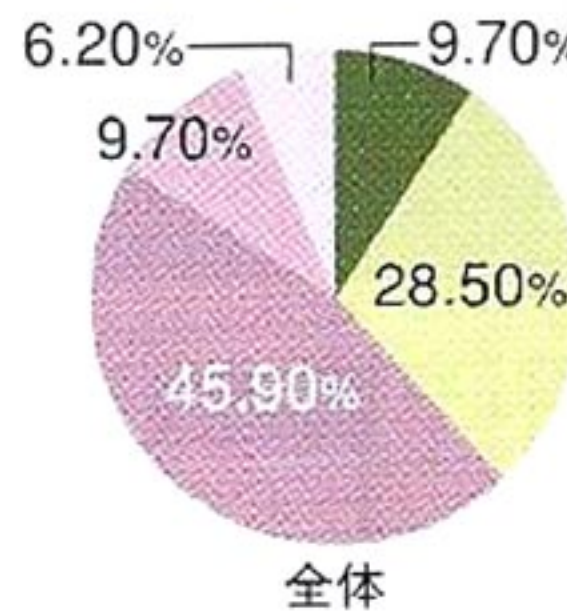
### Q1「終活」をご存じでしたか?

- すでに「終活」をしている
- よく知っている
- 聞いたことはあるが内容は知らない
- 知らない



### Q2「終活」をしたいと思いますか?

- とても思う
- 思う
- どちらともいえない
- あまり思わない
- 思わない



## 専門家からひとことアドバイス

### 法輪 川口さん

元気なうちに自分の人生の最後について考えることはこれからの人生をどう過ごすかを考えることなのです。

### 佐賀石材店 佐賀さん

何故私たちは故人に話しかけるのでしょうか。それが正しい喪の儀礼だからです。生きている様に応接すると死者は安心するのです。

### 吉祥寺霊苑 中井さん

「お墓」の事は家族とよく相談してください。自分が「良い」と思ってもみてくれるのは、家族になります。

病名や余命の告知をしてほしいか、どこで過ごしながら医療を受けたいか、延命治療を望むか、緩和ケアはどうか、臓器提供をするかなど、考えてみましょう。

## エンディングノート 「希望する「最期」」

厚生労働省は昨年8月、「人生の最終段階における医療体制整備事業」をスタートさせました。その中で「患者本人による決定を基本として、進めることが重要」とし、「治療方針の決定に際し、患者と医療従事者とが十分な話し合いを行い、患者が意思決定を行い、その合意内容を文書にまとめておく」ことをガイドラインとしています。

認知症や急な事故や病気などで、自分の意思を伝えることが難しくなる場合があります。医師や家族が方針に迷わないために、また、自分の希望の最期を迎えられるために、エンディングノートなどに、本人の書で記しておくといでしょう。

倒壊試験を重ねて生まれた  
全く新しい墓石用免震システム

新潟中越沖地震  
宮城内陸地震  
岩手県沿岸北部地震  
静岡沖地震

そして、東日本大震災においても  
**倒壊ゼロ**という事実



国内特許、国際特許取得商品。全国6万基以上の施工実績、施工費用¥35,000から

安震はかもり®正規取扱店  
株式会社 **加藤石材店**

本社 下呂市金山町下原町300 TEL.0576-32-3337  
中濃支店 美濃加茂市加茂野町鷹之巣669-1 TEL.0574-25-6110

お墓のことなら法輪へどうぞ!  
岐阜エリア建立実績約5,000件

可児市・美濃加茂市 優良墓地分譲中!!

●宗旨・宗派は問いません。●檀家条件ありません。

事前相談  
無料です!



### 美濃加茂市 明心寺 墓苑

【区画面積】 1.44㎡~  
【永代使用料】 259,200円~  
【個人墓】 500,000円~

### 可児市 真禅寺 鳩吹苑

【区画面積】 1.00㎡~  
【永代使用料】 150,000円~

### 可児市 天龍寺 墓苑

【区画面積】 3.00㎡~  
【永代使用料】 300,000円~  
【永代供養墓】 500,000円~

### お年玉価格 墓石セット

墓石(外柵含む)+字彫+耐震施工+工事費  
洋型 和型  
30% OFF

墓石 期間限定 30% OFF ●一部石種除く ●1月末まで

墓石の製造から販売まで  
株式会社 **法輪**  
TEL.0120-66-1114

可児営業所  
可児市西穂子490-1  
【営業時間】 9:00~17:30  
水曜定休  
◆年末年始は12/28(月)~1/6(水)まで休みます。  
愛知県知事許可(般-26)第38072号



### 「遺言書」

自分の資産を、誰にどれだけどのように相続させるかを、民法の規定に従って「遺言書」として残しておくことができます。種類は主に左記の3種類。いずれも、弁護士や行政書士など法律の専門家に確認してもらうと安心です。遺言書がなければ、相続人や相続分は民法で定められています。その枠を超えた相続をさせたい場合、例えば「先妻との子と後妻がいる」「子どもがいないので妻にすべて残したい」などの場合、遺言書があるとスムーズです。

### 遺言書は大きく3種類

#### 自筆証書遺言

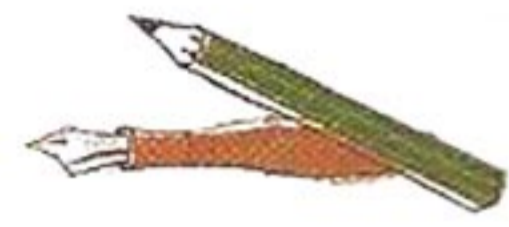
自分一人で全文を書きます。費用もかからず、作り直しも容易で気軽ですが、要件を満たしていないと無効になる場合があります。執行時には家庭裁判所の検認が必要で、紛失や変造、隠ぺいなどの可能性があるというデメリットもあります。

#### 公正証書遺言

証人と一緒に公証役場で作成します。手数料(16,000円〜)がかかりますが、無効となることなく、紛失や変造、隠ぺいなどの心配もありません。ただし、第三者と一緒に作成するので、遺言の存在や内容が漏れる可能性があります。

#### 秘密証書遺言

遺言の内容を伏せたまま、その存在のみを証明できるもので、作成料(11,000円)がかかります。執行時に家庭裁判所の検認が必要になりますが、内容を秘密にすることは可能。デメリットは、証人を立てて公証役場に提出するため、遺言の存在が明らかになることです。

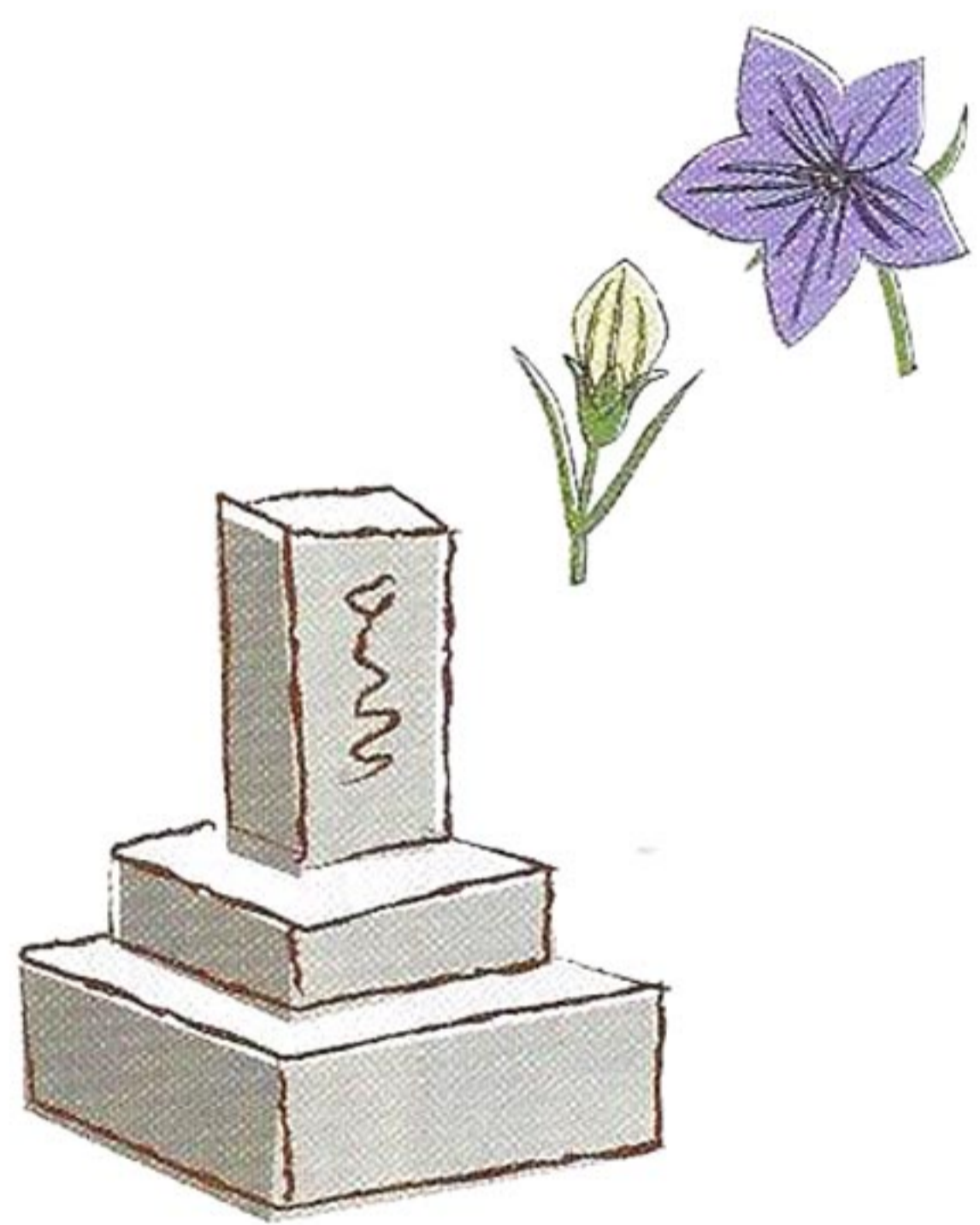


### 「家族葬って？」

大切な家族と、身内だけでゆっくりお別れしたい、自分が亡くなったら家族に見送ってもらえば十分……そんな思いから、家族葬を選ぶ人が増えているようです。家族葬のメリット、デメリットをおさらいしてみましょう。

家族葬とは、家族などの近親者だけが参列する葬儀のこと。社交辞令的に参列する弔問客がいないため、家族が落ち着いて見送ることが出来ます。また、費用を抑えられる一面もあります。一方で、近隣住民に知られないように行わなくてはなりませんし、どこから知られてしまった場合、都度お断りをする必要があります。また、後に知った親戚や御近所からのクレームや、後日の弔問客の対応に追われるという可能性もあります。

自分や家族の葬儀の方法の一つの選択肢として、じっくり検討してみると良いでしょう。



監修/終活カウンセラー協会 武藤 頼胡さん <http://www.shukatsu-csl.jp/>

—お墓とは何か?—  
唯一人間だけがお墓を作ります。  
人は死者の声が聞こえる動物です。

私たちは死者の崇りによって苦しめられ死者の気遣いに守られていると信じられてきました。

佐賀石材株式会社 御高町中切1121  
0120-67-1483

美濃加茂市前平町2-93-2  
0120-70-8969

初級終活カウンセラーが居ます

## 墓地分譲中

日当たり良好  
お参り楽々  
広々苑内

好評分譲中!!  
12万円  
(1区画)  
管理費 年3,000円

★継承者の心配のある方に  
**永代供養墓**

- お一人様もしくは、ご夫婦でご利用頂けます。
- 管理費など後々の諸経費の心配は一切ありません。
- 年4回(春秋彼岸・お盆・年末)吉祥寺住職が読経しお参りします。

1人用 **1区画50万円より**  
ご家族用(2~3人用) 1区画80万円

※建てたお墓も永代供養できます。

石・タイル工事のプロフェッショナル「スカイマーブル」がプロデュース

## 墓石の真心クリーニング

丁寧 迅速

墓石  
みがき隊

ご先祖様に感謝の気持ちを込めて  
Haka Ishi Cleaning

墓石の黒ズミ、水アカ、カビ、コケ、経年劣化した彫刻の洗浄  
墓石のガンコな水アカ悪臭の元となるカビ  
石の色を変色させるコケ  
汚れて見えづらくなった文字の洗浄やペンキ入れ

墓石クリーニング(8寸サイズ) **¥9,800**より

(有)スカイマーブル 0584-74-4534  
大垣市北方町1519  
<http://www.boseki-migaki.com>

お得な (永代使用料)  
墓地代+墓石+外柵+字彫り+工事一式+消費税込

## ★建墓セット

※建墓セット価格には管理費が含まれておりません。下記セットはほんの一例です。

- 100cm×100cm (1mタイプ)
  - ・墓地代12万円含む
  - ・石塔 オリジナル洋墓(八光石)
  - ・墓誌(なし)
  - ・字彫り一式(竿のみ)
  - ・外柵(G623)
  - ・免震施工(墓証ゲル使用)
- 150cm×150cm (2.25mタイプ)
  - ・墓地代25万円含む
  - ・石塔 オリジナル洋墓(平安石)
  - ・墓誌(平安石)
  - ・字彫り一式(竿、戒名一名分)
  - ・巻石(平安石)
  - ・免震施工(墓証ゲル使用)

71万円税別より  
新区画は **108万円**税別より

日本石材産業協会認定 1級お墓ディレクター  
中井が管理しております。

宗教法人 吉祥寺 霊苑  
0574-67-4008 FAX67-5463  
営業時間 AM9:30~PM5:00 定休日 毎週火・水曜日(連休)