

# 一個人

ikkojin premium

# プレミアム

Vol. 2

一個人別冊  
BEST MOOK SERIES 09

## これ1冊ですべて解決!

葬儀・法要

健康保険

相続手続き

年金

預貯金の名義変更

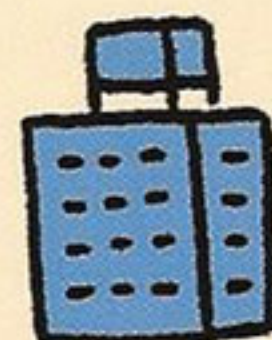
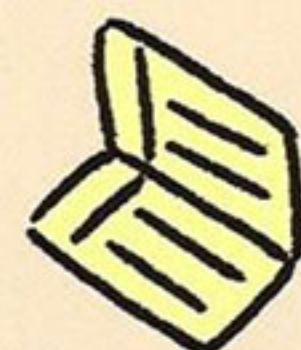
お墓



突然訪れる「家族の死」。  
その時あなたは、いつまでに、  
何をすべきかご存じですか？

# 書類手続き お金の

## 親や家族が 亡くなつた時の



終活カウンセラー協会代表理事

武藤頼胡

チェスター司法書士事務所代表

三浦美樹

家計再生コンサルタント

横山光昭

税理士

小出留美

葬儀・相続手続き専門アドバイザー

清水頭広幸



切り取って書き込める!

「看取り」後の  
届け出・手続き・  
お金の流れ&  
大切な人のための  
「備忘録」  
チェックシート  
付き

完全保存版

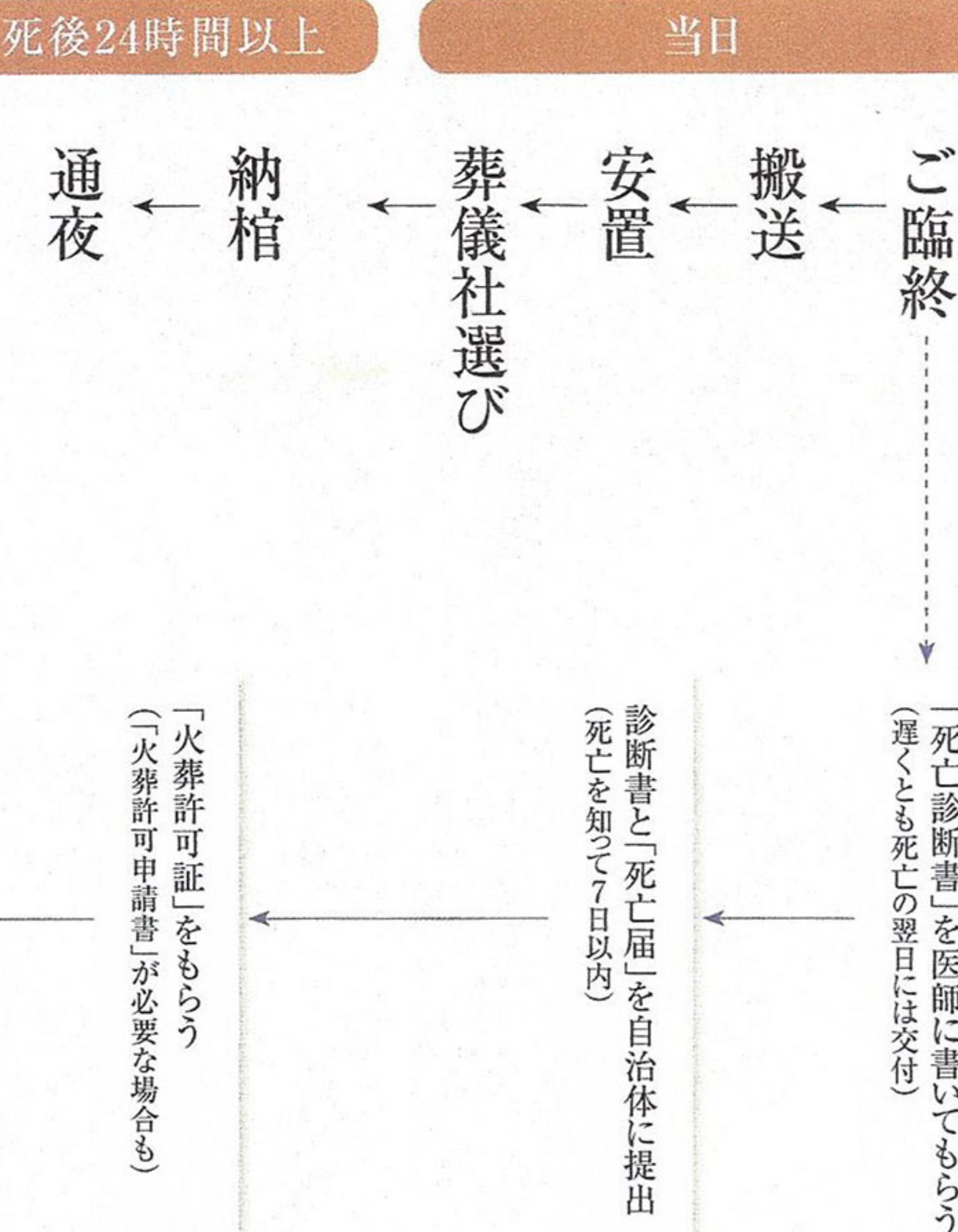


「その日」は突然やってくる

# 増える葬儀の選択肢。 執り行う意義を捉え直す

身近な人の死に立ち会った瞬間から、家族は多くの選択を迫られます。でも、儀式や体面で疲れ果てないように、気は楽に持ちましょう。

## ご臨終から納骨までの流れ



## 誰もが「喪主」を務める時代

およそ4人にひとりが高齢者という現代日本。もはや、いつ、誰もが身近な人の喪主として葬儀を執り行う時が訪れてもおかしくない時代となりました。

「お葬式」とは、「葬儀式」と「告別式」で成り立っています。葬儀式は故人の安らかな旅立ちを祈る精神的営為、告別式は関係者が故人に別れを告げる社会的儀式です（お葬式の案内状などは「葬儀ならびに告別式」と書いてある）。現在では葬儀の脱宗教化、告別式の省略が進み、とくに身近な人を見送る場合は一般会葬者を招かない「家族葬」の割合が多くなってきました。



一般社団法人終活カウンセラー協会 代表理事

武藤 頼胡さん

1971年生まれ。「終活カウンセラー」の生みの親で、2011年に協会を設立。「終活」の大切さを伝えるため、全国で年間200回以上の講演講師を担う傍ら、新聞、雑誌、テレビなどのメディアにも多数出演。

の継承者（祖先の供養などを任される人）」と指定していない限り、シニアの葬儀の喪主は、まず配偶者か子どもが務めます。実際に仕切るのは壮年であるお子さんが多いでしょう。

喪主は臨終後、お葬式の準備を進めるとともに、自治体に死亡届を提出して火葬許可証を取得する必要があります。また、故人の生前の人間関係をたどって、葬儀に来てもらう人、後で通知する人と、段階を追って知らせなければなりません。

ご遺体のケアや式次第は、ほとんどプロ（葬儀社）に「お任せ」で大丈夫ですが、そのプロ選びや葬儀の形式・規模など、短い時間で重要なことを次々に決める必要があります。古い地域社会なら、周囲の目も気になることでしょう。



お墓の準備ができたなら

49日目直前の週末

葬儀翌日

死後2~7日程度

葬儀・告別式

火葬

初七日

挨拶回り・精算

四十九日法要

納骨

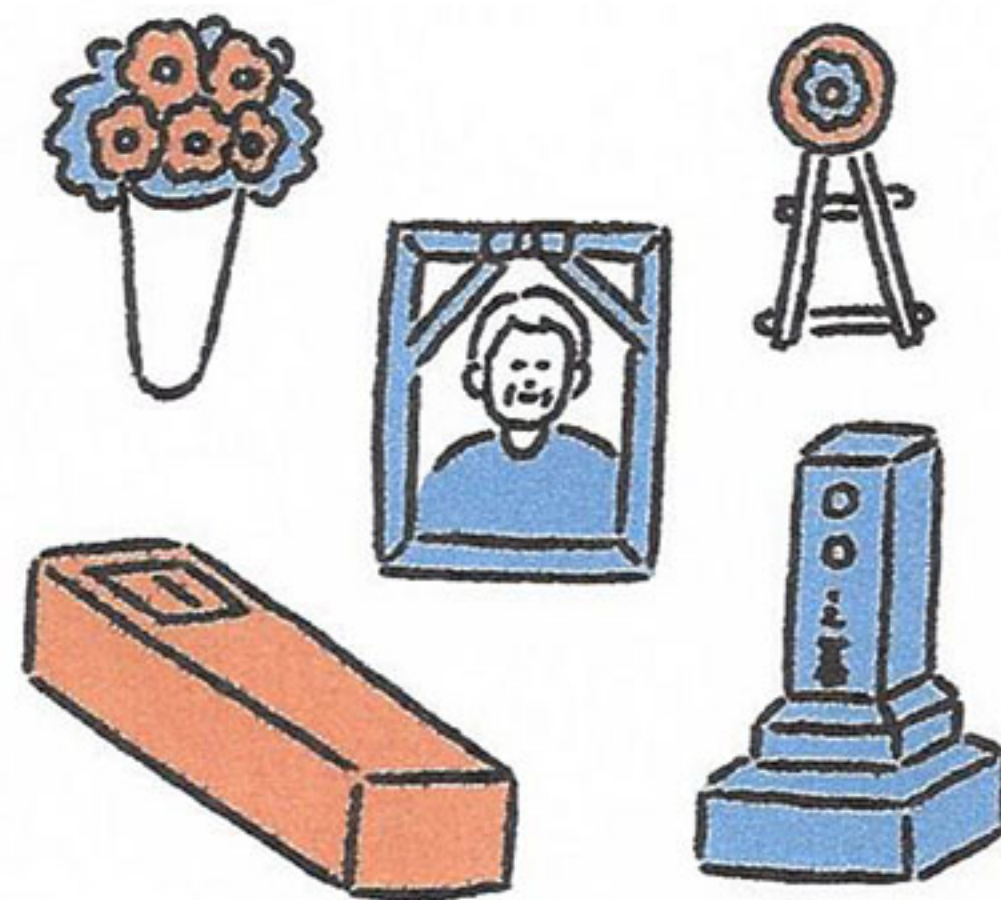
火葬許可証に「火葬済」印をもらう  
(自治体によって書式・書名が異なる)

火葬済印付き許可証を提出

POINT

### 身近な人が亡くなったら

- 1 喪主は実質的に故人の子どもが仕切ることが多い
- 2 葬儀は「生きている人」のためのものとする
- 3 見送りはただでさえ疲れるもの。葬儀社選びは慎重に



でも、心配ご無用。喪の仕事の要諦は「自分(たち)がいたいと思ふように行う」ことです。

#### 見送る側の心構えは

「お疲れの出ませんよう」

先に述べた以外の、しかしもっとも大きなお葬式の意義は「大切な人を亡くした心の痛みを、手順を踏んで和らげる」ところにあります。読経に合せて合唱する刹那、花を捧げて頭を垂れる刹那、残された人は、故人がもうこの世にいない事実に対峙します。心を込めて葬儀や法要に参加しながら人は愛する人の喪失を受け入れ乗り越えていくのです。それが遺族への、故人の願いでもあります。

迷ったら「(遺族である)自分たちが幸福になる選択肢はどちらか？」で決めましょう。世間体や因習にこだわる必要はありません。

昔の人はお葬式に向くと、「ご愁傷様です」という代わりに「お疲れの出ませんよう」と遺族に声をかけることができました。そう、身近な人を見送るのはただでさえ疲れるのです。正解など気にせず、自分らしく喪主を務めればよいと考えましょう。葬儀社選びさえ失敗しなければ、かたちにはなるものです。



「送る人」の仕事は始まっています

# ご臨終からご遺体の安置までの流れを押さえておきましょう

高齢者の親がいても、面と向かって葬儀の希望などは聞きにくいもの。ある日「その時」が来たら、病院でも重要な判断が待っています。

## 慌てずに 事態を受け止める

身近な方の臨終に立ち会ったなら、いくら覚悟していても動揺するのは当たり前。つい心細くなっているいろいろな知人に連絡したくなるかもしれませんが、ちよつと待ってください。後に続くお葬式などで「増えすぎた関係者」が、かえってストレスになってしまう可能性があります。

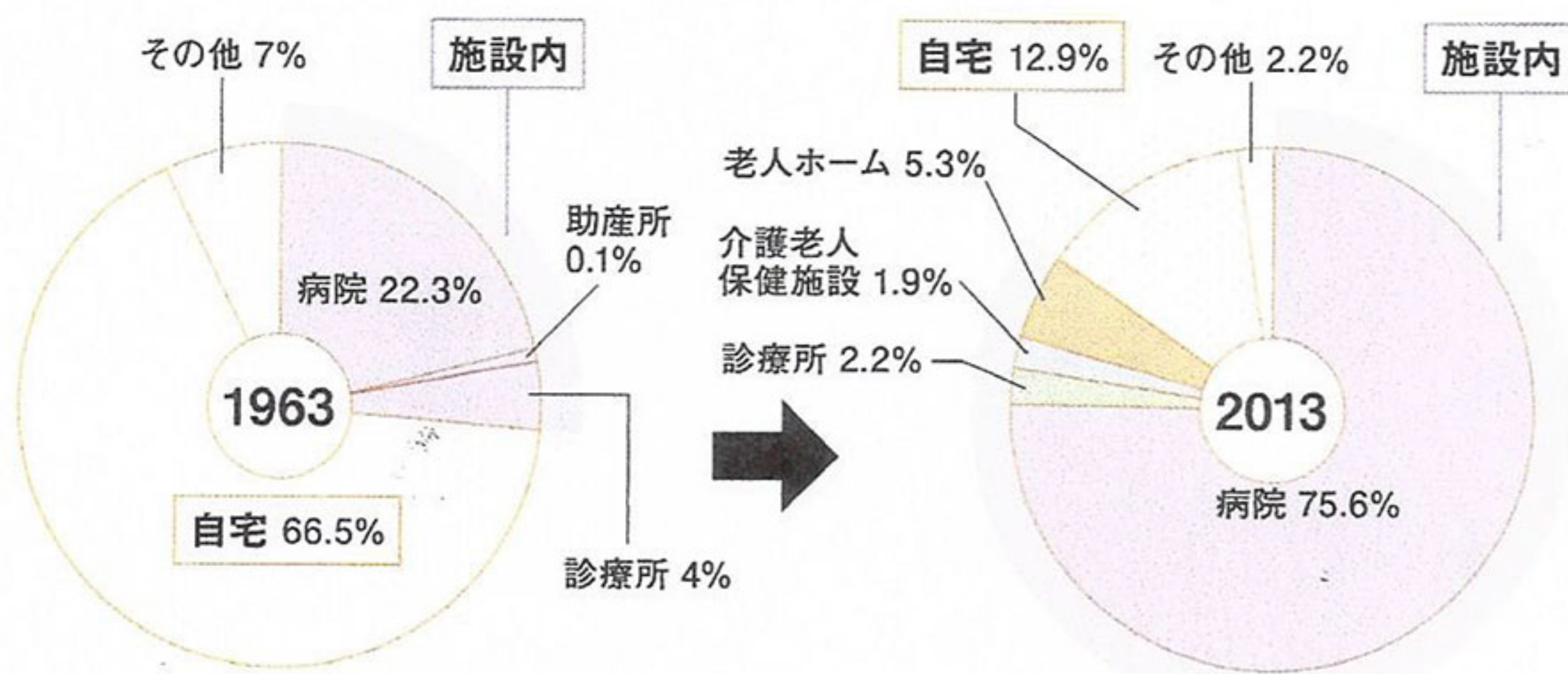
お金に関しても同じです。葬儀費用については第5章で詳述しますが、兄弟姉妹など、他の遺族とのコミュニケーションが不十分だと、費用負担の問題でもめるケースもあります。早くお葬式を挙げたい、早く茶

毘に付してあげたいと焦るのは人情ですが、「遺族の今後に最適な選択」という大前提を胸に、冷静に進めていきたいものです。左の工程表順に説明しましょう。

**お葬式については 安置してから考える**

現在、多くの方は病院で亡くなります（下グラフ参照）。病院では末期の水やご遺体のケアは看護師が行います。葬儀社が決まっていたら、その間に連絡しましょう。決まっていけない場合は、ご自宅などへの搬送は病院提携の葬儀社が申し出てくるのが一般的。日本では出先の突然死であっても死亡診断書が必要のため、医療機関と無関係な

## いまは病院で亡くなる人が大多数



出典:厚生労働省「平成25年 人口動態調査」  
 ※1994年まで、老人ホームでの死亡は「自宅」または「その他」に含まれる  
 ※小数点第二位を四捨五入のため合計は必ずしも100%にならない

死はあり得ません。医療機関が紹介する葬儀社に「何をどこまで」依頼するかの判断に、遺族はまず迫られます。

金銭面でも精神面でも、葬儀社選びは重要な問題です。後述する「納得の葬儀社選び」をするためにも、病院提携の業者にすべてを任せていいのか判断することが大切。搬送だけお願いする際は、「安置までだけ、お願いします」などと明確に伝えましょう。そして搬送・安置の料金と、葬儀一式の見積もり双方の数字を出してもらいます。後で他の遺族とも相談し、納得したら改めて続きを同じ葬儀社に依頼すればよいのです。

ご遺体が葬儀までの時間を過ぎます安置先は、「おうちに帰って休む」という意味でも自宅が理想的。しかし、集合住宅で周囲にかける迷惑や、家を片付ける遺族の心労を考えると、葬儀社や火葬場にご遺体を預ける選択肢も「あり」です。首都圏には搬送と遺体預かりの専門業者もいます。

故人を布団に横たえ、枕飾りも整えたら、落ち着いてご親族と相談を始めましょう。誰が喪主になるか、故人はお葬式等について何か希望を残していなかったか、そして宗教は……。とくに最近のシ



## 臨終の瞬間から安置までの流れ

### 臨終

#### 医師による死亡確認

病院以外で看取る場合は医師を呼んで確認してもらう必要がある

#### まっこ 末期の水をとる

本来は臨終間際の病人の口を湿らせたもの。現在は臨終後、喪主から故人と縁の深い順に綿に含ませた水を唇につける。病院では看護師が用意してくれることが多い

#### せいしき 遺体の清拭・着替え

綿詰めなどの遺体処理を含む。病院では看護師が行ってくれるため、葬儀の時、故人に着せたい衣装があったら、この時看護師に渡す

#### 近親者に連絡

のうかん  
納棺前に会わせたい親しい人と、相続人程度にとどめる

#### 死亡診断書を受け取る

後の火葬に必要。医師が書いて渡してくれる

#### (葬儀社に連絡)

葬儀社が決まっていたら早めに連絡する

### 搬送

#### 一時安置

病院に霊安室などの設備がない場合、搬送を急かされる可能性もあるので注意

#### 搬送

葬儀社への依頼前は、病院と提携した葬儀社が行うのが普通

主な搬送先は

- ①自宅
- ②葬儀社(の遺体安置室・保冷库)
- ③火葬場(の遺体安置室・保冷库)

### 安置先にて

#### 布団に寝かせる

北枕で布団に寝かせ、顔に白布をかける。通常は、搬送してくれた葬儀社が行う

#### 喪主を決める

祭儀の精神的中心となる人。実務担当者とは別でよい

#### 葬儀費用の打ち合わせ

後払いできる葬儀社が多い

#### 生前契約の確認

自身の葬儀について互助会や葬儀社と生前契約するシニアが増えている。故人の貴重品入れなどをみて、契約の有無を確認する

#### ほだいじ 菩提寺に連絡

故人がとくに葬儀の宗教に関する希望を残していなければ、本家などに聞いて菩提寺に連絡するのが無難。納棺前にお経をあげてもらおう。菩提寺が遠方の場合でも、同じ宗派の僧侶を派遣してくれることが多いので相談してみる

#### 葬儀社選びへ

→20ページへ

POINT

#### 臨終に立ち会ったら

- 1 まず、病院から「どこへ・どのように」連れ帰るかを決める
- 2 病院提携の葬儀社にすべてを任せる必要はない
- 3 生前に葬儀社が決まっていたら病院からすぐ連絡する

ニアにはひとり「終活」を進めている方が少なくありません。子どもたちに迷惑をかけまいと黙って葬儀会社などと契約し、それを伝えないまま亡くなるケースもあります。故人の貴重品入れを<sup>あつた</sup>検めてみたり、他の遺族の心当たりを聞いてみましょう。

故人が、自宅での尊厳死を望んで迎えたような場合は、死後について家族とも話し合う機会があったかもしれない。しかしやはり、そんな会話がないうまま亡くなる方が大多数で、見送りの混乱、後悔のもとになりがちです。できれば身近な人が元気なうちに、「どう見送りたいか」を話し合えるのがベストであることは、いうまでもありません。



## 必ず複数の担当者とお会いしましょう

# 葬儀社選びは「人間力」で決める

明快な見積もりといたわりに満ちた担当者に出会えるまで、複数社をしつかりと比較・検討しましょう。

## 黒子として頼りになる会社を探す

お葬式はもともと、遺族が共同体（ムラ）の助けを借りて行う、つましい儀式でした。清めたご遺体を棺に納め、ムラの墓地まで皆で野辺送りをする、その時に使う提灯や台を提供した「葬具屋さん」が、現在の葬儀社の前身です。いまでも地域に根差した葬儀社が「〇〇葬具店」と名乗っている例をみかけます。

お葬式に関する知識が豊富で、必要な道具一式もある――。葬儀社の意義はそこにあるといってもいいでしょう。葬儀の間は「黒子」に徹して喪主や遺族をサポートし、時にはさりげなくリードして、残された人たちの心が安らぐ

よう計らいます。

地元で長い歴史を誇る葬儀社なら、安心度は高いといえます。喪の仕事は地域の信頼なしには営業できません。地方では、以前は寡占状態に乗じて高めの金額設定をする葬儀社もありましたが、誰もがネットで情報交換することができるようになり、そのような会社はほとんどみかけなくなりました。

故人が互助会などに加入していた場合はそこで行うことも可能ですが、多くの場合で積立金だけでは葬儀費用に満たないため、注意が必要です。

決まった葬儀社がない場合、頼りになるのが葬儀社選びサイトです。葬祭関係企業に限らず、いまは「価格ドットコム」や、

## 互助会と一般的な葬儀社の違い

### 選ばれる理由

### 注意点

### 互助会

(冠婚葬祭互助会)

- ・故人が加入し、すでにお金を積み立てている
- ・自前の斎場を有している

- ・積立金だけでは足りない場合が多い
- ・入退会でクレームを受ける団体もある

### 葬儀社

数が多く、各社独自の工夫をしているため、遺族の希望に沿った会社が見つかりやすい

許認可団体でなく新規参入しやすいため、多方面から信頼性をチェックする必要がある

「イオン」などが運営するサイトでも近隣の葬儀社を探せます。とくにイオンは全国の葬儀社に統一価格の各種葬儀をフォーマット化することで、業界シェアを伸ばしています。

近隣の葬儀社が判明したら、必ず複数社にあたりを付けてください。また、その会社の人（営業担当など）にはメールや電話だけでなく、直接会って見積もりを出してもらおうとお勧めします。愛する人を亡くし、ただでさえナーバスになっている遺族にとって、少しでも「合わない」スタッフが営む葬儀は苦痛でしかありません。施主には負担となりますが、数社の担当者で面談して、自分の希望への回答や見積もりを比較・検討しましょう。

## 小規模葬でも誠実に取り組んでくれるか

葬儀社と打ち合わせに入る前に、葬儀は「家族葬」か「一般葬」かを決める必要があります（左ページ「葬儀の規模をイメージする」参照）。それによって予算や規模が大きく変わりますし、葬儀社の向き・不向きも分かれます。

地縁も社縁も失せつつある現在、お葬式はどんどん簡素化していま



POINT

## 葬儀社を選ぶ際は

- 1 候補を決める前に、おおまかな参列人数をイメージする
- 2 複数社の担当者と会い、比較・検討する
- 3 地元密着業者や互助会は、リスクを調べてから決める

す。人を招かないのみか、斎場や自宅での葬儀・告別式を行わずに火葬場でお別れの儀式をするだけの「直葬」も選択肢のひとつとして定番になりました。送る側の経済事情や人間関係を反映し、さまざまな規模、形式の葬儀が生まれています。

しかしどんな形式にせよ、葬儀社の手は必要になります。彼らのご遺体を扱うプロであり、悲しみに暮れる遺族に寄り添うすべを知っているからです。

必要以上に営業トークをせず、たとえ小規模であっても無碍に扱ったりしない、それが基本です。故人とご遺族のそれぞれの事情を斟酌し、行き届いた配慮をしてくれる会社を選びたいものです。

## 葬儀の規模をイメージする

	概要	会場	費用の目安
市区民葬	自治体と提携した葬儀社が祭壇・霊柩車・火葬一式を提供(制度がない自治体もあり)	自宅 (斎場代は含まれない)	首都圏・最安ランクで 15~18万円程度
直葬 (火葬式)	病院からの搬送、安置、納棺に加え、火葬場でお別れの会を行う	火葬場	15~20万円で 行う業者がもっとも多い
家族葬	参列者を遺族、親族、ごく親しい人だけに限定したお葬式	自宅・斎場	参列者50名までで 50万円程度
一般葬	訃報と葬儀情報を制限せず、一般会葬者が自由に通夜、告別式に参列できる葬儀	自宅・斎場	安くて70万円程度から、 上限はなし

※費用には、読経など宗教者への謝礼は含まない

## 葬儀社選びのコツ

- 遺族の総意を踏まえつつ、代表者ひとりが交渉、決定する(重複を防ぐ)
- 大きい、有名だからいい葬儀社とは限らない
- ホームページだけで判断せず、必ず複数社の担当者と面談する
- 遺族の意図を尊重し、最適なプランが提案されるかをみる
- 見積もりはわかりやすいか、変動要素(香典返しの数など)も誠実にカウントしているかをみる
- 営業マンだけでなく、当日の担当者と十分な意思疎通ができるか確認する
- 個人情報をおの営業活動などに悪用しない旨、明言している葬儀社を選ぶ



納棺から通夜・葬儀、四十九日まで

# 生きていく人たちのため 別れを告げる場を設けます

身近な人を送るのは家族葬が主流になりつつありますが、あまりに閉鎖的なのも考えもの。遺族以外にも故人を悼みたい人はいます。

## 家族葬と決める前に 考えておきたいこと

葬儀や墓などの情報サービス会社「鎌倉新書」の調べによると、現在、参列者が31名以上の一般葬は全体の42%、30名以下の家族葬が32%だといいます（右下グラフ参照）。全体で見ると、いまや一般葬は少数派になりつつある現状がみて取れるでしょう。

家族葬では単なる知人や喪主の会社関係者などの儀礼的な参列をあらかじめ断るだけでなく、香典や献花のたぐいも通常、固辞します。香典返しを用意しない分、費用は安くなります。

この家族葬を「密葬」と同一視する記述もまれにみえますが、これは間違い。密葬は「本葬」と対になる概念で、故人の社会的地位が

### 一般的な葬儀の流れと喪主の仕事

※●は場合によって省略可能、あるいは省略されることが多くなっている手順

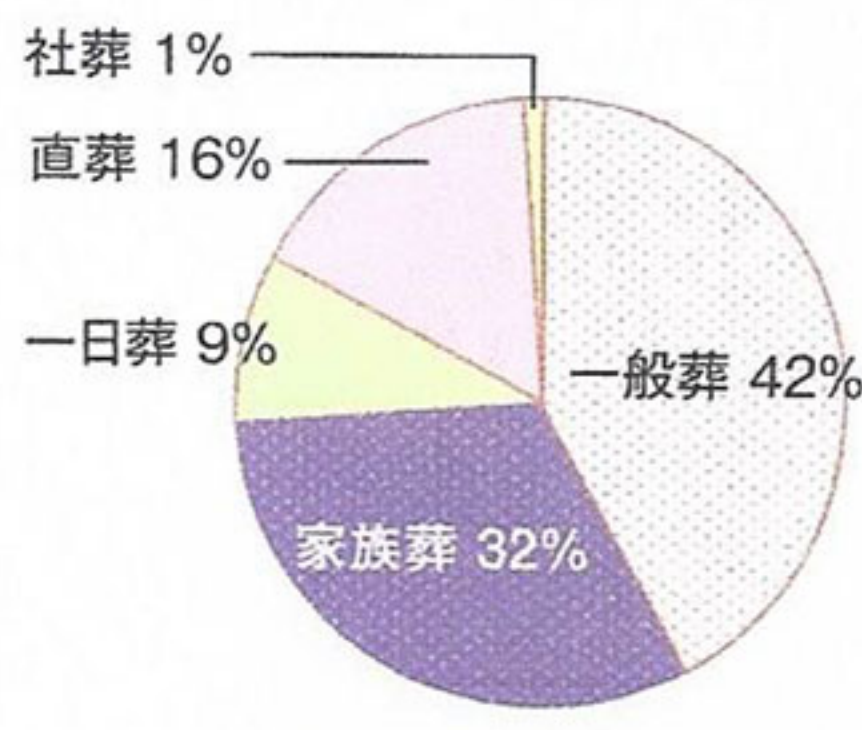
#### 葬儀の1～2日前 納棺

- 枕経をあげてもらおう（安置後、枕飾りが整った後）
- 湯灌（別料金とする葬儀社が多い。病院で措置してもらっている場合は省略可）
- 死装束を着せる
- 納棺（近親者が葬儀社の助けを借りて行い、故人の愛用品なども一緒に納める。僧侶に立ち会ってもら場合もある）
- 葬儀会場へ搬送（通常、葬儀社の遺体搬送車を使う）

#### 葬儀の前日 通夜

- 祭壇・供花の確認（供花などは贈り主の名前を記録し、後日、礼状を送る）
- 受付の担当者を決める（香典を受け取るので、葬儀社任せにせず親族などに担当してもらおう）
- 通夜法要（読経のなか、会葬者の焼香を受ける。会葬者が絶えたら僧侶の法話をうかがって終了。1時間から1時間半程度）
- 通夜振る舞い（祭壇とは別室に簡単な酒食を用意し、参列者に差し上げる）
- 夜とぎ（遺族、親族が一晩中棺の近くにおいて、線香を絶やさないう見守る）

### 増える家族葬、直葬



出典：鎌倉新書「直葬の実態を探る」

高い時、組織で主催する本葬の前に家族だけで見送る儀式です。家族葬で参列者を限定すると、後日、故人をしのぶ人が散発的に自宅を訪ねて来て、かえって消耗してしまいがち。しゃにむに家族葬と決め込まず、故人の死を悼む人は自分たち遺族だけではないかもしれない、と想像したうえで、規模を決めてはいかがでしょうか。

### 法要の問題 ていねいに扱いたい

葬儀の規模と形式が決まると、葬儀社は火葬場を探して葬儀の日程を提案してくれます。団塊の世代が高齢化し、最近、とくに首都圏では火葬場が不足する傾向にあり、また「友引」の日の葬儀はいまだに忌まれます。それらの調整の結果、葬儀・火葬が、亡くなったから1週間後くらいになることもあります。ただ、現代はご遺体



のケア技術も進んでいますから、あまり気にしなくてよいでしょう。

下に、一般葬の流れをチャートにしました。煩雑で驚かれるかもしれませんが、実際は葬儀社の担当者が「次は〇〇をしてください」「〇〇を確認してください」と指示を出してくれるため、細かく記憶する必要はありません。「促されるまま、目先のことをやっつけているうちに済んでしまった」と実感する喪主がほとんどです。それでとくに問題ありません。

主体的に考えるべきは各種法要の方でしょう。とくにご両親のうち片方が残された場合など、順を追った法要が心を癒してくれる面があるため、お子さんが配慮して執り行う必要があります。

たとえば初七日しよなのか。葬儀の当日、火葬後に行う「繰り上げ初七日」は現在、なかば常識になっていますが、最近では葬儀中に行う「式中初七日」まで生まれてきました。そうまでして初七日にこだわると、他日、内輪だけで法要を営もうといった発想も大切です。

葬儀を通じて葬儀社の担当と打ち解けてきたら、それ以降の適切な法要のあり方を相談してみましょう。いい葬儀社はアフターサービスが手厚いものです。

## 葬儀当日 初七日法要

- 還骨法要（骨となって自宅に帰ってきた故人を追悼し、僧侶に読経してもらう。斎場で行う場合もある）
- 自宅に遺骨を安置する（忌明けとなる四十九日まで、お骨を安置する祭壇「中陰壇（後飾り祭壇）」を設ける）
- 繰り上げ初七日法要（正しくは没後7日目に行う祭祀だが、遠方の親族などに配慮し、葬儀・告別式当日に行うことが多くなった。初七日の経を読んでもらう）
- 精進落とし（遺族と僧侶、とくに葬儀でお世話になった人などを招いて会食する）
- お布施（葬儀の翌日に菩提寺を訪ねて渡すのがいいのだが、当日、僧侶が帰る際に渡してもいい）

## 葬儀

- 葬儀式（僧侶に読経してもらう）
- 弔辞奉読（故人と親しい、親族以外の人に頼むのが原則。省略する例も増えた）
- 弔電奉読（事前にすべて目を通し、読み上げる文章を選び、名前にふりがなを振っておく）
- 告別式（一般会葬者が焼香したり、棺に花を捧げたりする）
- 棺に蓋をする（故人との最後のお別れとして、花を飾るのが一般的。その後、釘を石で打って蓋を釘づけする）
- 出棺・喪主挨拶（一般会葬者はここで解散となるため、参列の礼を述べる）

亡くなった日から数えて  
49日目

※平日の場合は直前の土日が多い

## 四十九日法要

- 四十九日法要（近い親族だけで読経してもらう）
- 納骨（四十九日のタイミングでお墓に納めることが多いが、とくに決まりはない）
- お斎（法要を終えた後、親族と僧侶が会食する）

## 葬儀当日 火葬

- 火葬場へ移動
- 火葬許可申請書を提出（29ページ参照）
- 炉前のお別れ（最後に棺の顔の部分を開き、別れを告げる。僧侶に同行してもらい、お経をあげてもらう場合もある）
- 火葬（1～2時間。その間、親族は控室で飲食するなどして待機する）
- お骨上げ（火葬が終わると職員から呼ばれ、職員の指示に従って骨壺に遺族皆でお骨を納める）

POINT

### 別れの場を設ける

- 1 一番悲しんでいる人を癒せるよう、法要を営む
- 2 家族葬でも、親しい人には参列してもらうのが一般的
- 3 その後の法要についても葬儀社に意見を聞いてみる

信

おくやみ

21日 87歳 息老は  
葬儀は白午  
のJA  
虹のホール  
後1時  
のJA  
のJA

### 新聞のおくやみ欄は？

通夜・葬儀の日程が決まると、葬儀社から新聞のおくやみ欄に掲載するか否かを聞かれます。家族葬の場合、その旨を明記して掲載できますが、墓石業者などの勧誘を避けたいなら「掲載しない」という選択もあります。



# 宗教の問題——「菩提寺」に連絡しますか？

## 仏式で葬儀を行うのなら 菩提寺に相談した方がいい

葬式仏教だ、戒名でボロ儲けしているなどと敬遠されがちな檀家制度。仏式葬儀から無宗教葬の転換期にあるいま、双方のリスクに留意しましょう。

### 国の仕組みだった 檀家制度

日本の葬儀の9割以上は仏式で行われています（下グラフ参照）。それには歴史的背景があるのをご存じでしょうか。

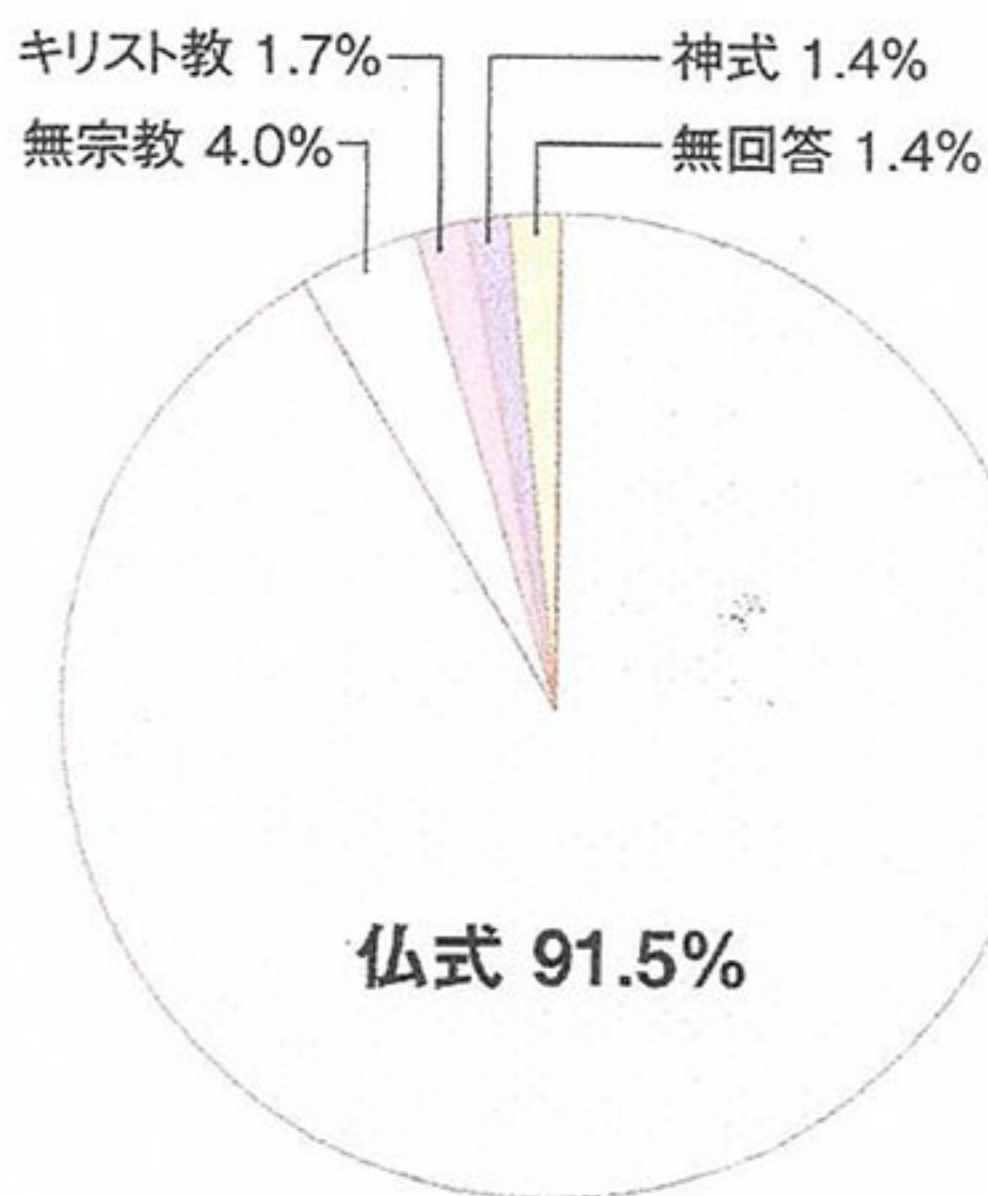
江戸時代初め、幕府はキリシタン弾圧のため、全国に寺請制度を敷きました。日本人は全員、近くの寺に檀家として所属し、各寺は行政府に代わって住民管理を行う制度です。以降その寺、つまり菩提寺の僧侶が檀家の葬儀を営み、戒名や仏壇が必須となります。また、「〇〇家代々之墓」という各家の墓を庶民も建てるようになったのは明治時代、家督意識と火葬技術が発達してからでした。意外と歴史は浅いものの、日本

人ならば「葬儀にはお坊さん」という意識が根付いています。身近な人が亡くなったら、喪主は「お坊さん、どうしよう」と考えるはず。また葬儀社も「菩提寺はありますか？ どちらの宗派でしょうか？」と聞いてきます。

それまで菩提寺との交流が続いていた、故人の家に仏壇があればお寺への連絡は簡単です。しかし、故人が上京して核家族となった人の場合、実家の墓がある寺が、故人の菩提寺にあたるのかどうか、判断に悩む喪主は多いはず。

結論からいうと、親戚に問い合わせでも菩提寺を突き止め、連絡して葬儀式を依頼した方がいいでしょう（故人が特定の宗教に帰依していたり、強く「葬儀不要、または無宗教葬で」との遺思を残

葬儀の9割は仏式



出典:日本消費者協会「葬儀についてのアンケート調査」

していたりしない場合。遠方で派遣が難しい場合でも、近隣の同じ宗派の寺を紹介するなど、相談に乗ってくれるはず。それでも菩提寺を選ぶ2つの理由

どうせ仏式で葬儀を行うなら菩提寺に依頼する、その理由は精神



面と実利面の両方にあります。

まず、菩提寺は何といつても故人のルーツに関わる存在です。故人のご先祖様も聞いたであろう経文に耳を傾け、一族に関する逸話を法話でうかがう時、故人は祖霊となつて見守ってくれるのだと、心細い思いもいくらか鎮まることでしょう。

実利面では、葬儀を同じ宗派で行わないと、菩提寺の墓に入れてもらえない心配があります。

公営墓地や一部の民間墓地は宗教・宗派を問いませんが、寺院の墓地経営は原則として宗教活動の一環であるため、他宗派の仏は受け入れないのです（近年批判が高まっている戒名も同様で、故人に与える仏弟子としての名であるため、戒名がないとその宗派の墓には入



れないという理屈になります。

日本は戦後、団塊の世代を中心に多くの人口が大都会に集中し、その結果、首都圏ではいま墓地不足が深刻になっています。お墓については第5章で詳述しますが、

葬儀を間近に控えて僧侶を探す際、まず菩提寺に連絡するのには、そうした実利的な理由があるのです。

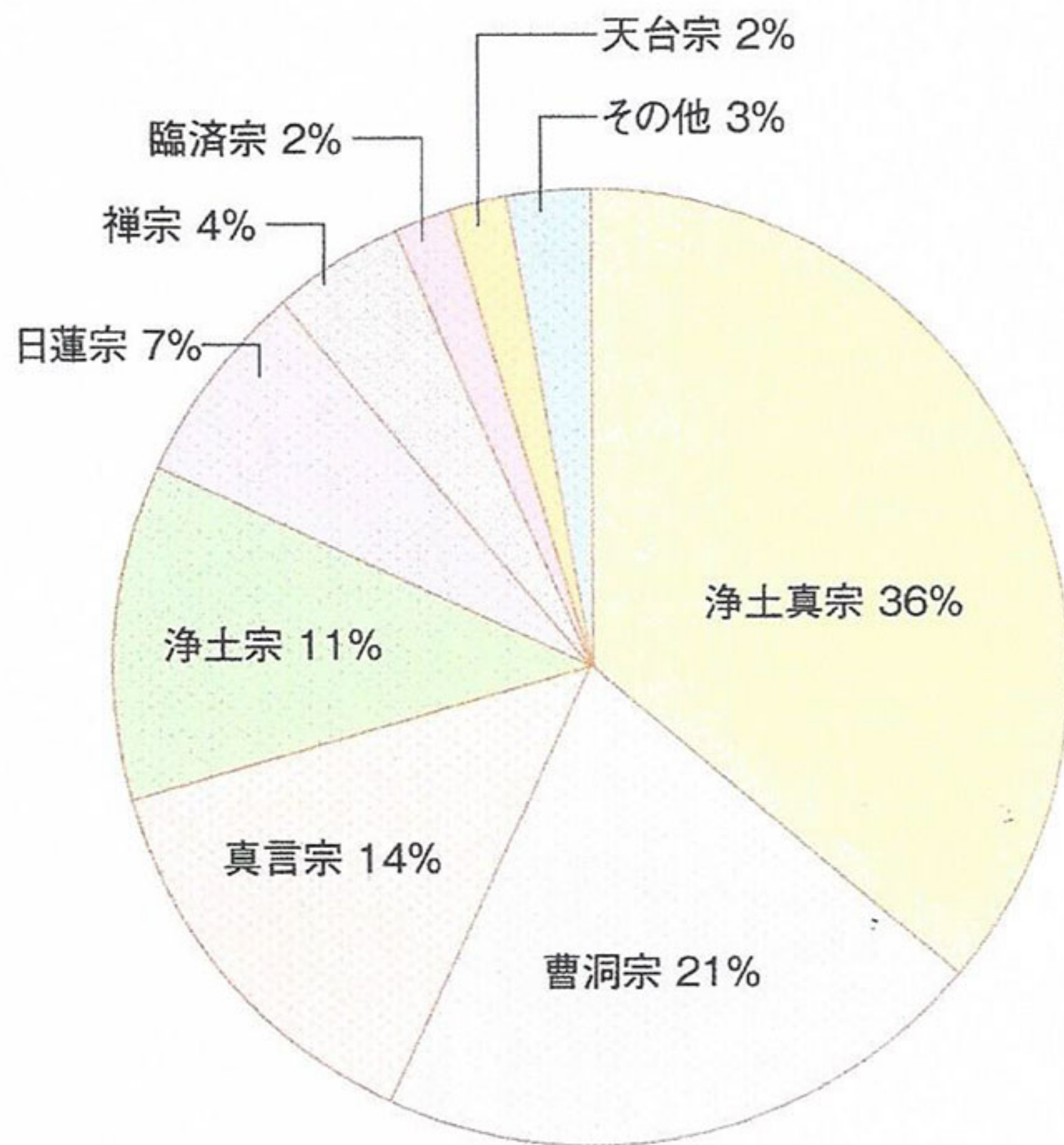
一連の葬儀、法要は菩提寺の指示に従って行い、そのうちにどうしても折り合わない部分が出てきたら「離壇（壇家でなくなる）」「改葬（お墓をよそに移す）」を考

は祭祀継承者の近くに先祖代々の墓を移す改葬例が、非常に多くなっています。

### 無宗教葬は いまだ試行錯誤中

少子高齢化のなか、こうして菩提寺制度は大きな転換期を迎えており、増えているのが「無宗教」の葬儀です。しかし宗教的儀式を伴わずに死者を悼む気持ちに寄り添う無宗教葬の「演出」は、まだ試行錯誤の段階にあるといえます。音楽と弔辞、献花などが定番ですが、「どこで心を込めればいいの

## 仏式葬儀の宗派



出典:日本消費者協会「葬儀についてのアンケート調査」

## 宗教による葬儀の違い

	儀式	死後は	会場
仏式	通夜法要／葬儀式	来世で成仏をめざす	寺・斎場・自宅
キリスト教（プロテスタント）	前夜祭／ミサ（教会葬）	神に召され天国で安息を得る	教会・斎場
キリスト教（カトリック）	通夜の祈り／ミサ（教会葬）		
神式	通夜祭／葬場祭	家の守り神になる	斎場・自宅

POINT

### 葬儀の宗教はどうするか

- 1 全体の9割が仏式で、もともと「無難」な形式
- 2 菩提寺には連絡をした方がいい
- 3 無宗教の葬儀は一概に楽とはいえない

かわからなかった」という感想を持つ参列者も少なくないようです。葬儀社のなかには「無宗教葬」イコール「自由葬」ですから、故人の趣味や仕事からんだ演出を提案する会社も増えていきます。故人が本当にそれを望んでいたならもちろん採用すべきですが、「間をもたせるため」「単価を上げるため」の過剰演出になってしまいう恐れも否定できません。菩提寺で仏式か、シンプルな無宗教葬か。ここは「故人がどう思うか」とともに、「遺族の今後の人生にとって、この葬儀の形式はどう影響するのか」という視点で判断しましょう。無宗教葬はまだ「変わり者」にみられてしまうリスクが高いのです。



故人の死を社会に知らせる「死亡届」

# 死亡届の提出先は、死亡地、本籍地、届出人の住所地のどれか

故人の死に由来する最初の諸手続きに、死亡届の提出があります。死亡から7日以内、火葬前に行わねばならない手続きです。

## 死亡届は死亡診断書と対の書類

人が亡くなったなら、遺族はお葬式の準備をすると同時に、社会的手続きも進めなければなりません。その第一歩が「死亡届」。故人がもう社会にはいないことを宣言する書類であり、ご遺体を火葬に付し、お墓に納めるためにも必要な書類です。

死亡届の書式は「死亡診断書（死体検案書）」と対になっており、まず医師が右側（死亡診断書部分）を記載します。遺族はこれを、

臨終当日か翌日に病院から渡されます。書類の右側は、予想された死、つまり現在治療中の病気で亡くなった場合は死亡診断書、そうでない場合は死体検案書として使い、使わなかった方の書式名を二重線で消してあります。「そうでない死」とは、病院であっても不慮の事態で亡くなった場合

合や路上など医師のいない状況で亡くなった場合など、すべての異状死のこと。病院では、たとえば骨折で入院していたご老人が食べ物を喉に詰まらせて窒息死する例などがこれにあたります。死体検案書を書く医師は、その死に事件性があると認められる場合、警察に届けなければなりません。

死亡診断書（検案書）は後に銀行や保険会社の手続きでも使用するため、もらったら数通コピーを取っておきましょう。

**死亡届は他人が出してもいい**

次はこの書類の左側に必要事項を記載し、市区町村役場に死亡届を提出します。提出する日は戸籍法で、死亡が判明してから7日以内と決まっています。届出人は同居の親族だけでなく、親戚や家主でも大丈夫。届出人が作成した書類を代わりに提出してくれる葬儀

「死亡の原因」欄は、直接の死因からその理由までをたどれるようになっている。

## 死亡届と死亡診断書の書式

死亡届 (Shi no Tsugi)

氏名、性別、生年月日、死亡日時、死亡場所、本籍地、死亡原因、届出人情報、提出先情報。

死亡診断書 (死体検案書) (Shi Tai Ken An Sho)

医師による死因の診断内容、病歴、検査結果、死亡診断の理由。

死亡の原因	直接死因	発症(病状)
(ア) 直接死因		発症(病状)
(イ) 切の原因		又は受傷から死亡までの期間
(ウ) 切の原因		※年月、日時を明記してください。ただし、1日未満の場合は、月、分の明記をお願いします。
(エ) 切の原因		※1部2部、5時間分



死亡届の書き方の例

死亡届

平成 28 年 4 月 21 日届出

長 殿

受理 平成 年 月 日 第 号	発送 平成 年 月 日 第 号					
送付 平成 年 月 日 第 号						
書類調査	戸籍記載	記載調査	調査票	附 票	住民票	通 知

病院で亡くなった場合は、  
病院の住所を記入する

(1) (よみかた)	氏名	鈴木 宏	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
(2) 氏 名	氏 名	鈴木 宏	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
(3) 生 年 月 日	昭和16年 9 月 7 日	(生れてから30日以内に死亡したときは生れた時刻も書いてください)	<input type="checkbox"/> 午前 時 分 <input type="checkbox"/> 午後
(4) 死亡したとき	平成28年 4 月 21 日	<input checked="" type="checkbox"/> 午前 10 時 40 分 <input type="checkbox"/> 午後	
(5) 死亡したところ	東京都葛飾区東新小岩9丁目12	番地 8 号	
(6) 住 所	東京都江東区亀戸10丁目1	番地 16 号	
(7) 本 籍	東京都江東区亀戸10丁目1	番地 16	
(8) 死亡した人の夫または妻	<input checked="" type="checkbox"/> いる (満 70 歳) <input type="checkbox"/> いない ( <input type="checkbox"/> 未婚 <input type="checkbox"/> 死別 <input type="checkbox"/> 離別 )		
(10) 死亡したときの世帯のおもな仕事と	<input type="checkbox"/> 1. 農業だけまたは農業とその他の仕事を持っている世帯 <input type="checkbox"/> 2. 自由業・商工業・サービス業等を個人で経営している世帯 <input type="checkbox"/> 3. 企業・個人商店等(官公庁は除く)の常用勤労者世帯で勤め先の従業者数が1人から99人までの世帯(日々または1年未満の契約の雇用者は5) <input type="checkbox"/> 4. 3にあてはまらない常用勤労者世帯及び会社団体の役員の世界(日々または1年未満の契約の雇用者は5) <input type="checkbox"/> 5. 1から4にあてはまらないその他の仕事をしている者のいる世帯 <input type="checkbox"/> 6. 仕事をじている者のいない世帯		
(11) 死亡した人の職業・産業	職業	産業	
その他	<input checked="" type="checkbox"/> 1. 同居の親族 <input type="checkbox"/> 2. 同居していない親族 <input type="checkbox"/> 3. 同居者 <input type="checkbox"/> 4. 家主 <input type="checkbox"/> 5. 地主 <input type="checkbox"/> 6. 家屋管理人 <input type="checkbox"/> 7. 土地管理人 <input type="checkbox"/> 8. 公設所の長 <input type="checkbox"/> 9. 後見人 <input type="checkbox"/> 10. 保佐人 <input type="checkbox"/> 11. 補助人 <input type="checkbox"/> 12. 任意後見人		
届出人	住所	東京都江東区亀戸10丁目1	番地 16 号
	本籍	東京都江東区亀戸10丁目1	番地 番頭者の氏名 鈴木 宏
	署名	鈴木 洋子	昭和21年 2 月 10 日生
事件簿番号	日中連絡のとれるところ 電話 ( ) 自宅 勤務先 呼出 ( 方 )		

記入の注意

鉛筆や消えやすいインキで書かないでください。死亡したことを知った日からかぞえて7日以内に出してください。死亡者の本籍地でない役場に出すときは、2通出してください(札幌市内に提出する場合は、1通で結構です。)、2通の場合でも、死亡診断書は、原本1通と写し1通でさしつかえありません。

故人の本籍地を記入。死亡届は本籍地にも提出できる

死亡者について書いてください。

届け出られた事項は、人口動態調査(統計法に基づく基幹統計調査、厚生労働省所管)にも用いられます。

字訂正  
字加入  
字削除  
届出印

国勢調査の年度のみ記入する。次回は平成32年4月1日から平成33年3月31日までに亡くなった場合に記す

POINT

死亡届の提出

- 1 医師から「死亡診断書」を受け取りその左側に記入する
- 2 死亡が判明してから7日以内に提出する
- 3 できれば事前に故人の本籍地を知っておく

社もあります。提出先は①故人の死亡地、②故人の本籍地、③届け出する本人の住所地、の市区町村のいずれか。また住民票上の戸主が亡くなると、場合によっては住所地の自治体に「世帯主変更届」を提出する必要があります(28ページ参照)。

なお死亡届には故人の本籍地を記入する欄があります。もし本籍地を知らない場合は、故人の住所地の自治体に相談するか(故人との関係性を証明できれば、住民票がみられる)、故人の血縁の戸籍からたどる方法があります。これに時間がかかる死亡届の締め切りに間に合わなくなる恐れがあるので、心配な方はお元氣なうちにそれとなく確認しておきましょう。



## 火葬、埋葬の許可をもらう

# ご遺体を火葬するには 市区町村の承認が必要です

死亡届を提出したら、火葬許可証をもらいます。申請書が不要な自治体もありますが、火葬場は決めておかなければなりません。

### 地域によって異なる 火・埋葬の書類

死亡届を提出する際、「火葬許可申請書」を同時に提出するよう求める自治体もあります。「も」といったのは、この手続きや書類名が自治体ごとにかなり異なるからです。

- ① 葬儀に関する本などでは、
- ② それをもとに死亡届を提出する、
- ③ 火葬許可申請書を提出する、
- ④ 火葬許可証が交付される、
- ⑤ 火葬後、職員から火葬許可証に「火葬済」印を押してもらおう、
- ⑥ 墓地の管理者に押印した火葬許可証を提示し、納骨する——、と一連の流れを説明するものが多いのですが、自治体によっては③の申請書が不要だったり、交付される書類

## 世帯主を変更する場合は

故人が世帯主だった場合は、その家の新たな世帯主を居住地の自治体に届け出なければならないケースがあります。お父さんが亡くなり、お母さんと社会人の息子が残されたなど、どちらが世帯主になるか、第三者ではわからない場合です（残る家族がひとりだったり、奥さんと小さな子どもなどの場合は不要）。新世帯主か代理人が健康保険証と本人確認書類、印鑑を持って「住民異動届（世帯主変更届）」を市区町村役場の窓口に出します。

住民異動届 (自治体によって名称が異なります。本人を証明できるものを窓口で提示してください。健康保険証・マイナンバーカード・健康保険証など) 代理人の届出は委任状及び実印を本人を証明できるものが必要です。

(あて先) ○○区長

届出の月又は変更の日	平成 28年 4月 21日	届出日	平成 28年 4月 21日	届出人氏名	田中 和子
異動事由 (届出の種類を○で囲んでください。)	1 転入届 (普通・付記) (区外から中央区に引越された方) 2 転居届 (中央区内で引越された方) 3 転出届 (普通・付記) (中央区から区外へ引越された方) ④ 変更届 (世帯主又は世帯を変更される方) 5 その他 ( )				
新しい住所	新宿区西早稲田4-3-2	世帯主	田中 和子	代理人	田中 一郎
本籍地	新宿区高田馬場5-3	世帯主	田中 一郎	代理人	
世帯員	1 田中 和子 男・大・昭和 9年 10月 1日 2 田中 広美 女・大・昭和 35年 6月 15日 3 4 5				

変更届 (世帯主又は世帯を変更される方) を選択する

世帯員を記入する

書式や記載する内容は各自治体によって異なる

名が「火葬許可証」であるなどの違いがあります(④)⑥はおよそ全国で共通していますが、地域によって他の書類も求められることがあります。

左ページに掲げた火葬許可申請書は江東区のもの。東京都は条例で土葬が禁止されているため「埋葬」の言葉は使いません。

誤解されやすいのですが、お骨(焼骨)を墓に納める行為は、正しくは「埋葬」と呼びます。日本では現在99%が火葬→埋葬ですが、地域によっては土葬も残っており、またイスラム教の方など、宗教の関係で火葬ができない人のお墓も今後、増えていくと思われます。「墓地・埋葬に関する法律」もじつは土葬を禁じてはいないため、火葬は各自治体がこうした実情に即して支援するシステムになっているようです。

またひとことで火葬といっても、市区町村によってはその住民の火葬が無料だったり、補助金が出たりする場合がありますので、窓口や葬儀社に聞いてみましょう。

### 申請時には 火葬場を決めておく

火葬許可申請書には火葬場名を書く欄があるため、申請書ならば



# 火葬許可申請書の書き方の例

**注意**

1. 字はハッキリ楷書でお書きください。
2. 届出のとき、印鑑を忘れずに。

係員	係長	課長
----	----	----

第 号

## 死体火葬許可証交付申請書


平成 28 年 4 月 21 日

江 東 区 長 殿

届出人の住所、氏名などを記入。提出先は届出人が所属する自治体でも構わない

字訂正 字加入 字削除
-------------------

この書類にも通常、故人の本籍地を記入する

住所 東京都江東区亀戸10丁目1番  
申請人 氏名 鈴木 洋子  印  
死亡者との続柄 妻

死亡者の本籍	東京都江東区亀戸10丁目1番		
死亡者の住所	東京都江東区亀戸10丁目1番16号		
死亡者の氏名 性別 出生年月日	氏名 鈴木 宏	性別 ①男 2. 女	明治 大正 昭和 平成 16年 9月 7日生
死 因	1. 一類感染症等 ②その他		
死亡年月日時	平成 28 年 4 月 21 日 午 ①前 10 時 40 分 後		
死亡の場所	新小岩病院(葛飾区東新小岩9丁目12番地8号)		
火葬の場所	亀戸火葬場		

危険性の高い感染症(一類感染症)で亡くなった場合、火葬の時期を早めることもある

申請書が必要ない場合もある。また、書類の名前も自治体によってやや異なる

(注)死因欄中第1条第4号に規定する感染症の際は「一類感染症等」に〇印を付すこと。そうでないときは「その他」に〇印を付すこと。

POINT

### 火葬許可申請書を出す

- 1 死亡届と同時に提出する
- 2 死亡届受理だけで火葬許可証を出す自治体もある
- 3 火葬場名を記入する欄がある

に死亡届を提出するタイミングは当然、葬儀社と打ち合わせて火葬場を決めた後になります。火葬場は、もちろん申請した自治体内にある必要はありませんが、あまり遠いところの搬送費がかかってしまいます。地方ではほとんどの火葬場が市営、ないし複数の市町村が広域で運営する第3セクター方式のため、申請時に火葬料を徴収する自治体もあります。

ちなみに、東京都は全国で唯一、民営の火葬場が公営の施設を規模で圧倒(公営2施設に対して民営7施設)しており、火葬料は平均5万3000円と高め。しかし、お骨上げを待つまでの控室のラングが選べ、豪華な斎場を併設した便利さなどが評価されています。



## 葬儀の精算とお礼関係

# 力を抜くのはまだ早い、葬儀が終わったらすぐきいこと

お寺へのお礼は葬儀当日でなく、翌日に訪ねるのが正式とされています。お布施、葬儀社への支払いなど、早めに精算・計上しましょう。



**葬儀が終わっても  
まだ気は抜けません**

火葬を終えると通常、僧侶やお世話になった方、親族を招いた「精進落とし」の宴席を設けて、これまでの労に感謝します。

また自宅には「後飾り」という簡素な祭壇を設け、四十九日法要までお骨を安置します。お骨が還る先はこれまで暮らした家、お子さんが暮らす家などさまざまですが、後飾りにお骨を安置した瞬間、遺族は「やっと帰れたね」と、寂しさ半分、安堵半分の気持ちになるものです。

しかし、あと少し「後片付け」が残っています。宗教者へのお礼、葬儀一式の精算、香典返し、喪中はがきの手配などです。

宗教者（一般的には僧侶）に払

## 葬儀に関する出納帳の記入例

年月日	概要	入金額	出金額	残高
2016 5 1	本人手持ち現金	110,000		110,000
1	太郎(長男) 拠出	300,000		410,000
2	〇〇葬儀社支払い(搬送・安置)		162,000	248,000
2	花子(長女) 拠出	200,000		448,000
3	太郎交通費(バス・市役所まで)		620	447,380
3	〇〇寺 お車代		30,000	417,380
4	香典	873,000		1,290,380
4	〇〇寺 お車代		50,000	1,240,380
4	△△さん、〇〇さん 手伝い心づけ		6,000	1,234,380
4	〇〇亭精進落とし飲食費(15名)		129,600	1,104,780
5	〇〇寺 お布施		450,000	654,780
5	挨拶回りガソリン代		1,746	653,034
7	太郎 拠出	1,000,000		1,653,034
7	△△葬儀社精算		1,296,000	357,034
8	〇〇〇生命 保険金	3,000,000		3,357,034
9	香典 追加分	31,000		3,388,034
<b>合計</b>		<b>5,514,000</b>	<b>2,125,966</b>	<b>3,388,034</b>





う金額は皆が悩むところ。通夜・葬儀2日間の読経と戒名料を合わせて、全国平均45万円（2014年、日本消費者協会調べ）というデータもあれば、イオンが「目安は25万円」と発表して仏教界の猛反発を受けたりもしました。菩提寺の僧侶に直接「いかほどですか？」と尋ねても、「お気持ちで」と返されるのが普通で、本当に悩ましいものです。

### 「お気持ち」の値段を知る方法

お礼の金額を尋ねた際、菩提寺の僧侶に「お気持ちで」と返されても、「その『お気持ち』の相場を存じませんで……皆さんいかにどの程度でしょうか？」と重ねて問えば、お坊様もそのお寺の標準額を教えてくださいようです。そう、残

念ながら実際に「聞いてみないと」わからないのです。

釈迦は教えを金に換えることを強く戒めてきました。僧侶に渡すのは代金でなくお布施、まさに「お気持ち」です。ネット申し込みで僧侶が派遣される昨今、仏教界も「坊主丸儲け」などといわれぬよう、自浄を進めています。地元の葬儀社も相場を教えてくださいようから、菩提寺の示唆した額と勘案して決めてください。

できれば葬儀の翌日に「お布施」と書いたのし袋を持参してお寺を訪ね、「戒名と読経のお礼です」と伝えてお渡ししましょう。菩提寺との縁が切れかけていた一家は、これを機に今後の法要や墓の管理について、改めて打ち合わせします。

### 葬儀社への支払い全体の精算

葬儀から数日以内に、葬儀社から請求書が届きます。事前に取った見積もりと見比べ、疑問点があったらすぐ確認しましょう。カード払いを受け付けるイオンは稀な例で、多くは担当者が電話のうえ、請求書を持参します。その場で払えない場合は事前に相談しましょう。

### 喪中とはいつまで？

喪中につき年末年始の

ご挨拶を謹んでご遠慮申し上げます

本年中に賜りましたご厚情を深謝いたしますとともに  
明年もいつそのご交誼のほどお願い申し上げます

香典返しは使わなかった分が後日換金できるので、遅れて香典を送ってくれる人のためにしばらく置いておきます。

そうした、葬儀に関わる入出金は右ページの「葬儀に関する出納帳の記入例」のように記録しておくといでしょう。香典は相続遺産でなく、葬儀への援助や喪主への贈与とみなされますから、香典も加算して、相続が始まる前に遺族間の貸し借りは精算しておいた方が安心です。

### POINT 葬儀が終わったら

- 1 お骨は「後飾り」に安置する
- 2 菩提寺にお礼に行き、今後の相談をする
- 3 葬儀社の請求書をチェックして支払う

故人や自分が毎年、年賀状を交換している相手には、その年の12月初めまでに、はがきで年賀欠礼の挨拶状を送付します。

「喪に服する」のに、誰がいつまで、という決まりはありません。神道を厚遇した明治政府の「服忌令」に父母・夫の死は13カ月、子や兄弟は90日間喪に服すべしとあり、それにならうことが多くようです。一方で妻への服喪期間は90日と封建的な内容だったため、法令自体は昭和22年に廃止されています。



できれば、事前に

# これだけ聞いておけば 心穏やかに見送れるでしょう

「ああしてやればよかった」「これもしてやれなかった」……遺族は必ず後悔するもの。可能なら旅立つ人に余裕があるうちに、できる限りの希望を聞きましよう。

## 人を見送ると人は傷つく

葬儀が終わっていつもの日常を取り戻す……。そうしてやがてやってくるのが、深い疲労と後悔の念です。

医師のエリザベス・キューブラー・ロスによれば、人は死に際し、

①否認、②怒り、③取引、④抑うつ、⑤受容、の順で運命に向かい合うといえます。これは親しい人の死に接した時も一緒でしょう。

葬儀の時、たとえば葬儀社のスタッフのささいなひと言にひどく憤ってしまったりするのは、②の「怒り」期にあるからです。③の「取引」で運命に「あの人に会わせてほしい」と願い、やがて④の深い絶望状態がやってきます。初七日、二七日……六七日忌法要と

毎週亡き人に手を合わせ、7週目に⑤の「受容」に至ろうとするのが、仏教の四十九日法要です。故人との関係性によって濃淡はあるものの、人は身近な人の死に対し、傷つかずにはられません。

### お互いが元気なうちに話をしておく

そんな悲嘆を少しでも軽くするには、「いま」行動することが大切です。先にも述べましたが、年老いた親御さんがいる方は、お互いが元気なうちに話し合いましう。ポイントは「私が終活するなら」という姿勢です。

左ページに、親御さんに聞いておきたいリストを掲げました。いきなりこのような質問をしたら、お年寄りには機嫌を損ねてしまうかもしれません。しかし、相手が病

## 一時危急遺言とは

「疾病その他の事由によって死亡の危急に迫った者」に認められる遺言。病人の願いを口述筆記し、3人以上の証人が認める。いまわの際の言葉は、この手続きで遺言となります。



気になってから「預金通帳はどこ？」などは、もう絶対に聞けないのです。親も自分も元気な時に、「俺、子どもの成人を機に、そろそろ人生の柵おろしを始めたんだけど……」などと、「自分の話」として持ちかけてみましょう。そしていよいよ親御さんの「その時」が近づいたら、できる準備はしておきます。

まずはお金に関して。入院費用、葬儀費用、お布施……現金は用意してあるに越したことはありません。しかし、故人の口座に触ると、後の相続協議でトラブルになります。親御さんの病気がわかった時点で、兄弟姉妹（相続人）と相談のうえ、本人の貯金をおろさせてもらうなどしておくといでしょう。

また各書類に捺印していく際、その印鑑の「身分証明」である印鑑登録証明書を求められることがあります。これは事前に印鑑登録をして登録証を入手しておくこと、自動交付機が使えて便利です。大切なのは「まだ親は闘病中なのに、縁起でもない」などと思わないこと。実際に「その日」が来たら、あとは怒涛の日々です。準備をしておくことこそが、親孝行と心得ましよう。



## 親が元気なうちに教えてもらいたいこと

### 総合

- リビングウェルノート・エンディングノート・遺言書の有無と場所
- 手助けが必要な時、もっとも助けてほしい人

### 健康について

- 介護保険証の種類と番号・介護認定
- 後期高齢者医療被保険者証の番号
- 介護が必要となった際の希望
- 延命治療はどこまで希望するか

### 人間関係について

- アドレス帳・電話帳の場所
- 手紙類の保管場所
- ご近所の親しい人(名前・電話番号)
- 親友(名前・電話番号)

### 資産について

- 手持ち現金の所在とおろし方
- 切手・金券等の保管場所
- 口座のある金融機関
- 不動産の有無・種類
- 有価証券の有無・種類
- ゴルフ場、互助会等の権利商品の有無・種類
- 借金の有無・種類
- 生命保険の加入会社と受取人

### 万が一の時

- 万が一の時、会いたい人
- 行きたい場所
- 食べたいもの
- 誰が喪主になってほしいか
- 葬儀に呼ぶ人に関する希望
- 入りたいお墓