

エンディングノート
もしものときの連絡帳



氏名

基本情報

私のプロフィール

氏名: _____ 性別 _____

生年月日: _____ 年 _____ 月 _____ 日生 血液型: _____

住所: _____

本籍地・筆頭者: _____

出生地: _____

電話番号: _____ FAX: _____

携帯電話: _____ メール: _____



ここがポイント!!

相続を始め、死亡時のさまざまな手続きには故人の戸籍(除籍)謄本が必要ですが、戸籍謄本を取得するには、本籍地・筆頭者を正確に把握しておく必要があります。

ご自身の住民票を取得する際に、「本籍地・筆頭者を記載したもの」を発行してもらうことができます。ご親族がスムーズに手続きを進められるよう、正確な本籍地を調べておきましょう。

緊急連絡先

氏名: _____ 私との関係: _____

住所: _____

連絡先: _____

氏名: _____ 私との関係: _____

住所: _____

連絡先: _____

氏名: _____ 私との関係: _____

住所: _____

連絡先: _____

健康に関する情報



ここがポイント!!

自分自身で意思表示ができないような重篤な病気や事故に遭ったとき、かかりつけの病院や処方されている薬、既往歴などが分かることで、医療機関から適切な措置を受ける手助けになります。

現在、治療中の病気や病院

病名:

病院名:

科目:

担当医:

通院日/頻度:

処方薬:

備考:

現在、治療中の病気や病院

病名:

病院名:

科目:

担当医:

通院日/頻度:

処方薬:

備考:

現在、治療中の病気や病院

病名:

病院名:

科目:

担当医:

通院日/頻度:

処方薬:

備考:

健康に関する情報

既往歴(過去に治療した病気や怪我など)

病名:

病院名:

科目:

担当医:

時期:

備考:

既往歴(過去に治療した病気や怪我など)

病名:

病院名:

科目:

担当医:

時期:

備考:

既往歴(過去に治療した病気や怪我など)

病名:

病院名:

科目:

担当医:

時期:

備考:

薬や食べ物のアレルギー、健康上の注意点など

各種資格証



ここがポイント!!

公的機関等から発行されている各種資格証は、所有者の死亡に伴う返納手続きの他、各種手続きを要する場合があります。保管場所や手続きの窓口についてまとめておくことで、ご家族や周りの方が漏れなく手続きを進めることが可能になります。

持っているものに☑を入れてください

種類/証書番号	保管場所	手続きの窓口/連絡先
<input type="checkbox"/> 国民健康保険証 <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 後期高齢者医療保険証 ()		
<input type="checkbox"/> 介護保険証 ()		
<input type="checkbox"/> 年金手帳 ()		
<input type="checkbox"/> 運転免許証 ()		
<input type="checkbox"/> パスポート ()		

連絡先リスト(親族)



ここがポイント!!

葬儀に呼ぶ人の人数は、葬儀のプランや費用(饗応の飲食費や会場の規模など)に影響してきます。また、高齢であったり遠方にいるご親族は参列が難しいかもしれません。ご自身の希望と相手の状況を考慮しながら決めていきましょう。

← 連絡が済んだらチェック(家族使用欄)

氏名: _____ 間柄: _____

住所: _____ 連絡先: _____

入院時の連絡: 意識があるうちに会いたい 危篤時のみ しない 任せる

死亡時の連絡: すぐにする 葬儀後でよい しない 任せる

葬儀の参列: 呼んでほしい 呼ばないでほしい 任せる

備考: _____

← 連絡が済んだらチェック(家族使用欄)

氏名: _____ 間柄: _____

住所: _____ 連絡先: _____

入院時の連絡: 意識があるうちに会いたい 危篤時のみ しない 任せる

死亡時の連絡: すぐにする 葬儀後でよい しない 任せる

葬儀の参列: 呼んでほしい 呼ばないでほしい 任せる

備考: _____

← 連絡が済んだらチェック(家族使用欄)

氏名: _____ 間柄: _____

住所: _____ 連絡先: _____

入院時の連絡: 意識があるうちに会いたい 危篤時のみ しない 任せる

死亡時の連絡: すぐにする 葬儀後でよい しない 任せる

葬儀の参列: 呼んでほしい 呼ばないでほしい 任せる

備考: _____

連絡先リスト(友人・知人)

← 連絡が済んだらチェック(家族使用欄)

氏名： _____ 間柄： _____

住所： _____ 連絡先： _____

入院時の連絡： 意識があるうちに会いたい 危篤時のみ しない 任せる

死亡時の連絡： すぐにする 葬儀後でよい しない 任せる

葬儀の参列： 呼んでほしい 呼ばないでほしい 任せる

備考： _____

← 連絡が済んだらチェック(家族使用欄)

氏名： _____ 間柄： _____

住所： _____ 連絡先： _____

入院時の連絡： 意識があるうちに会いたい 危篤時のみ しない 任せる

死亡時の連絡： すぐにする 葬儀後でよい しない 任せる

葬儀の参列： 呼んでほしい 呼ばないでほしい 任せる

備考： _____

← 連絡が済んだらチェック(家族使用欄)

氏名： _____ 間柄： _____

住所： _____ 連絡先： _____

入院時の連絡： 意識があるうちに会いたい 危篤時のみ しない 任せる

死亡時の連絡： すぐにする 葬儀後でよい しない 任せる

葬儀の参列： 呼んでほしい 呼ばないでほしい 任せる

備考： _____

介護が必要になった場合

暮らしたい場所

- 自宅 病態にあった病院や施設
 家族に任せる その他()

お世話をお願いしたい人

- できるだけ家族をお願いしたい プロのヘルパーをお願いしたい
 その他()

お願いしたい人の氏名 :

そう思う理由 例) 家族の負担にならないようにしたい。住み慣れた自宅を離れたくない。など

介護費用について

- 用意していない その他()
 私の預貯金で 口座名 :
 保険金で 保険商品名 :
連絡先 :



ここがポイント!!

介護保険制度を知っておこう

病気や障害になったときに要介護認定を受けると、原則1割の自己負担で、居宅介護や介護施設でのサービスを利用することができます。

また、自宅に手すりをつけたり、段差をスロープにしたりする住宅改修費の助成や、車いすやベッドなどの福祉用具貸与など、さまざまなサービスがあります。

介護保険制度をうまく利用すれば、ご家族、そしてあなた自身の肉体的・精神的・金銭的な負担を軽減する大きな助けになります。

役場の**介護保険課**や**地域包括支援センター**で、介護保険のパンフレットを貰ったり、相談をしたりして、もしものときにどんなサービスが受けられるか、一度確認しておきましょう。

もちろん、要介護状態にならないことが一番ですので、日頃から食事や運動などの健康管理について、注意しておきましょう。自治体が主催する介護予防のための各種教室もありますので、一度、区報や市報などに掲載されているお知らせをチェックしてみてください。

介護が必要になった場合

通帳や印鑑、権利証など貴重品や財産の管理をお願いする人

- 家族 任意後見人
 社会福祉協議会の財産管理サービス その他()

お願いする人・団体：

間柄：

連絡先：

住所：

契約の有無

- 任意後見契約をしている 財産管理契約(委任契約)をしている
 契約はしていない

備考



ここがポイント!!

家族に任せる場合はトラブルに注意

財産を管理する家族が財産を流用する、あるいは、離れて暮らす他の家族が流用を疑うことで相続が発生した際に揉めごとになる、といったケースがよくあります。

家族の無用な争いを防ぐのであれば、専門家の後見人に管理を任せる、遺言書で財産分与について決めておく、といったことが重要になります。



ここがポイント!!

任意後見契約を活用しよう

認知症になる前に、あらかじめ自分の財産管理や医療・介護契約の手助けをしてくれる後見人を選んでおき、契約を結んでおくことができます。(任意後見契約といいます。)

後見人の仕事ぶりは、家庭裁判所が定期的にチェックしてくれるので、不正が起こりにくく、安心して認知症になった後の財産管理を任せられます。転ばぬ先の杖として、信頼できる専門家に相談して任意後見契約を結んでおきましょう。



ここがポイント!!

社会福祉協議会を活用しよう

お住まいの地域の社会福祉協議会を利用すると、低料金で福祉サービス利用に関する相談や、日常的な金銭管理を依頼することができます。

後見人に関する相談や法律の専門家への橋渡しもしてくれますので、「いきなり法律相談は敷居が高い」といった方でも気軽に利用することができます。

病名告知や延命治療、尊厳死などについて

命に関わる病気にかかってしまった場合の告知について

- すべてありのままに告知してほしい
- 病名・余命ともに告知しないでほしい
- 家族の判断に任せる
- その他()

備考

回復の見込みがない病気にかかり、自分の意思を伝えられない状態になった場合の延命治療について(尊厳死について)

- どんな場合でも延命治療を続けてほしい
- できるだけ治療をしてほしいが、苦痛を伴う場合は延命治療を止めてほしい
- すべての延命治療は止めてほしい ⇒ 尊厳死の宣言書を作成している (はい・いいえ)
- その他 ()

備考 例) 胃ろうなどの人工栄養による治療は止めてほしい など



ここがポイント!!

尊厳死の宣言書を作っておこう

尊厳死とは、傷病で「不治かつ末期」になったときに、自分の意思で、死にゆく過程を引き延ばすだけに過ぎない延命治療をやめてもらい、人間としての尊厳を保ちながら死を迎えることです。

尊厳死を望む意思表示をした場合、95%以上の医師が、尊厳死を許容してくれると言われています。(尊厳死の意思表示には法的効力がないので100%ではありません。)

尊厳死の意思表示は「宣言書」という形で残しておきます。

作成にあたっては、家族あるいは代理人となる知人も同席して、ひとつひとつの医療措置について、医師から詳しく説明を受け、十分に内容を理解しておいてください。

尊厳死の宣言書は次ページのサンプルのほか、公証役場でも相談することが可能です。

尊厳死宣言書

私は、私の傷病が不治であり、かつ死が迫っていたり、生命維持措置無しでは生存できない状態に陥った場合に備えて、私の家族、縁者ならびに私の医療に携わっている方々に次の要望を宣言いたします。

この宣言書は、私の精神が健全な状態にある時に作成したものであります。

したがって、私の精神が健全な状態にある時に私自身が破棄するか、または撤回する旨の文書を作成しない限り有効であります。

- ① 私の傷病が、現代の医学では不治の状態であり、既に死が迫っていると診断された場合には、ただ単に死期を引き延ばすためだけの延命措置はお断りいたします。
- ② ただしこの場合、私の苦痛を和らげるためには、麻薬などの適切な使用により十分な緩和医療を行ってください。
- ③ 私が回復不能な遷延性意識障害（持続的植物状態）に陥った時は生命維持措置を取りやめてください。

以上、私の宣言による要望を忠実に果たしてくださった方々に深く感謝申し上げますとともに、その方々が私の要望に従ってくださった行為一切の責任は私自身にあることを附記いたします。

年 月 日

住所：

氏名：

(印)

病名告知や延命治療、尊厳死などについて

臓器提供について

希望しない

希望する

意思表示カードの保管場所：

提供を希望する臓器

脳死後・心停止後いずれでも可 心停止後のみ可

心臓 肺 肝臓 腎臓 脾臓 小腸 眼球

献体について

希望しない

希望する

登録機関：

連絡先：



ここがポイント!!

臓器提供で誰かの命を救う

重い病気や事故などにより臓器の機能が低下し、移植でしか治療できない方と、「死後に臓器を提供してもいい」という方を結ぶ医療を**臓器移植**といいます。臓器移植(提供)は脳死後、あるいは心臓が停止した死後にできます。

臓器移植は、第三者の善意による臓器の提供がなければ成り立たない医療ですが、日本で臓器の提供を待っている方はおよそ13,000人、それに対して移植を受けられる方は年間およそ300人です。(日本臓器移植ネットワークホームページより)

自分が最期を迎えたときに、あなたの意思で救える命があるかもしれません。**自分の意思を尊重するためにも、臓器提供について考え、家族と話し合い、提供する」「提供しない」のどちらかか意思表示をしておくことが大切です。**但し、高齢の方の臓器は移植に適さない場合がありますので、必ず臓器提供の希望が実現するわけではありません。

意思表示の方法は①臓器移植ネットワークにインターネットで申込む、②意思表示カードやシールへの記入、③健康保険証や運転免許証の意思表示欄への記入、となっています。



ここがポイント!!

献体で医学の発展に貢献する

献体とは、医学・歯学の大学における解剖学の教育・研究に役立てるため、自分の遺体は無条件・無報酬で提供することをいいます。

生前から献体したい大学または、これらに関連した団体に名前を登録しておき、遺族あるいは関係者がその遺志にしたがって遺体を大学に提供することによって、献体が行われます。

申込みは、献体の会、または医科および歯科の大学におこないます。もっとも、**地域によっては献体を希望する方の数が多く、受付を中止している大学もありますので、必ずしも献体の希望が叶わない場合もあります。また、家族の同意も必須です。**

献体され研究に用いられた遺体は、大学が火葬し、遺骨を遺族に返還します。遺骨が返還されるまで、通常1年～2年ほどの期間がかかるようです。

ペットについて

基本情報

名前： ♂ ♀ 生年月日： 年 月 日(歳)

種別： 品種：

血統書： 無・有 → 保管場所：

避妊・去勢手術： 無・有

接種済予防接種：

エサについて

いつものエサ： 回数・頻度：

好きな食べ物： 嫌いな食べ物：

飼育上の注意点

かかりつけの獣医

病院名： 連絡先：

住所：

ペット保険

保険会社名： 連絡先：

補償内容：

ペットについて

お世話をお願いしたい人

- 家族にお願いしたい 家族以外にお願いしたい人がいる
- ペット保護施設に引き取ってほしい → 里親を探してほしい はい・いいえ

お願いする人・団体：

住所：

連絡先：

謝礼の金額：

備考：

ペットが亡くなったとき

- 遺骨を引き取ってほしい 火葬場に処理してもらう
- 遺骨の埋葬場所が決まっている 特に決めていない
- その他()

埋葬場所：

連絡先：

住所：

備考：



ここがポイント!!

お世話をお願いする人には相当の謝礼を準備しよう

餌代や病院代、散歩や糞尿の処理など、ペットの飼育には少なくない負担がかかります。

「〇〇万円を譲るのでペットの世話をしてほしい」など、遺言やペット信託といった方法で、お世話をお願いする人に想いを託しておきましょう。もちろん、事前に了承を得ておくことは必須です。

身近に頼れる人がいない場合は、ペット保護施設を利用します。里親(新しい飼い主)を探してくれるところもありますので、謝礼がいくらからい必要か、信頼できる施設・団体かどうかをきちんと調べておきましょう。

葬儀について

喪主をお願いしたい人

氏名：

間柄：

葬儀社について

決めていない・調べていない

決めている → 生前予約している

特に希望はない

その他()

葬儀社名：

担当者名：

連絡先：

葬儀会場について

下記の場所でおこなってほしい

特に希望はない

会場名：

住所：

葬儀費用について

用意していない

私の預貯金からで支払ってほしい

()が受取人の死亡保険金で支払って欲しい

その他()



葬儀社に見積りをしてもらっている ⇒ 見積り額：約_____万円

見積りはしていない ⇒ おおよそ_____万円くらいの予算でしてほしい

無理のない範囲で構わない

家族の判断に任せる



ここがポイント!!

必ず葬儀社に見積もりを依頼しよう

葬儀には、祭壇の費用、式場・火葬場の利用料、饗応の料理代、心付けなど、様々な名目で多額の費用がかかります。料理代・ドライアイス代など、状況によって変動する費用もあるので葬儀社に見積りを依頼し、詳細について、ひとつひとつ説明を受けましょう。

見積りや相談は複数の葬儀社に依頼し、納得できるプランを提示してくれるところを選びましょう。

見積書や生前予約契約書は、このノートと一緒にファイルしておくといよいでしょう。

葬儀について

供物・供花・香典について

- いただく 辞退する
- 家族の判断に任せる その他()

遺影について

- 使ってほしい写真がある 特に決めていない

保管場所：

棺に入れてほしいもの

- 入れてほしいものがある 特に希望はない

名称： 保管場所：

火葬場への連絡事項

- ペースメーカーが入っている チタン等の人工関節が入っている



ここがポイント!!

遺影用の写真は事前に用意しておこう

普段、自分の写真を撮る機会が少ない方もおられるでしょう。そのような方が亡くなると、遺影に適した写真がなく、集合写真から切り抜いて拡大した不鮮明なものや、免許証の証明写真しか準備できない、といった事態も起こりえます。

日頃写真を撮る機会がない、適当な写真がないという方は、一度、プロのカメラマンに依頼して写真を撮っておきましょう。

遺影用というと気が重いかもしれませんが、家族の記念写真の撮影を兼ねておこなえば思い出作りにもなりますし、気軽に撮影できるのではないのでしょうか。



ここがポイント!!

火葬時の注意事項

棺に愛用の品、思い出の品を入れたいという希望がある場合、何でも入れられるわけではないので注意が必要です。例えば、メガネやゴルフクラブのような金属、スイカやメロンなどの燃えにくい大型の果実、ダイオキシン等の有害物質が発生する物などは、棺に入れることが禁止されています。

また、ペースメーカーは火葬中に爆発の危険があったり、人工関節は燃え尽きずに残る場合がありますので、安全のため、事前に火葬場に申告が必要です。

該当する場合は、前もって葬儀社の担当者に伝えておきましょう。

葬儀について

その他、葬儀に関する連絡事項

流してほしい曲、飾ってほしい物、弔辞をお願いしたい人などこだわりたいところ

お墓について

遺骨の取扱いについて

- 家の墓に埋葬 永代供養墓・納骨堂へ埋葬
- 散骨 樹木葬
- その他() 家族に任せる

お墓の場所

- 購入・契約済(先祖代々の墓を含む) 購入・契約はしていない

名称：

連絡先：

住所：

使用权者：

管理費等：

備考

散骨を希望する場所

場所：



ここがポイント!!

遺骨の取扱いは家族とよく相談しよう

遺骨をどのように供養するかは、原則として遺族の自由な意思で決めることができます。もし、**自身の遺骨の取扱いに希望があるのであれば、永代供養料や管理費などの金銭的負担や手続き的負担をよく考慮し、想いを託す家族としっかり相談しておきましょう。**

先祖代々のお墓も遠方であればお参りすることが難しくなります。近くの墓地や納骨堂へ**改葬**することを検討しているのであれば、菩提寺の住職や墓地の管理者に相談を試みましょう。

樹木葬は、墓地として整備・登録された場所でしかおこなえません。勝手に自宅の庭や野山に遺骨を埋めれば法律違反になります。希望がある場合は専用の墓地と契約する必要があります。樹木葬墓地は交通の便が悪い郊外にある場合が多いので、お参りがしにくい点を考慮する必要もあります。

散骨は、専門の業者に依頼し、遺骨を粉状に加工したうえで、船で沖合に出ておこないます。**(日本国内の陸上では行えません。)**業者に支払う費用はかかりますが、墓地・墓石の購入費などがかからない点がメリットです。しかし、お参りをする場所がないという問題がありますので、家族の意見も聞きながら判断しましょう。

各種契約について

住宅費 自己所有 賃貸 () の名義(契約)

大家・管理会社：

連絡先：

家賃・管理費：

円/月

固定資産税：

円/年

現金手渡し

口座振込み

口座引き落とし

カード決済

支払先・引落先：

電気代 自分名義の契約 () の名義(契約)

会社名：

連絡先：

お客様番号：

利用料：

円/月

コンビニ等で支払い

口座引落とし

カード決済

支払先・引落先：

水道代 自分名義の契約 () の名義(契約)

会社名：

連絡先：

お客様番号：

利用料：

円/月

コンビニ等で支払い

口座引落とし

カード決済

支払先・引落先：

ガス代 自分名義の契約 () の名義(契約)

会社名：

連絡先：

お客様番号：

利用料：

円/月

コンビニ等で支払い

口座引落とし

カード決済

支払先・引落先：



ここがポイント!!

毎月、電力会社から届く電気使用量のお知らせ(検針票)や請求書には、カスタマーセンターの電話番号やお客様番号が記載されていますので、メモをしておきましょう。特に、お客様番号を控えておくと、電力会社のホームページから申込みができたり、さまざまな手続きがスムーズになります。

各種契約について

固定電話 契約していない ()の名義(契約)

自分の電話番号：

会社名： 連絡先：

お客様番号： 利用料： 円/月

コンビニ等で支払い 口座引落し カード決済

支払先・引落先：

携帯電話 契約していない ()の名義(契約)

自分の電話番号：

会社名： 連絡先：

お客様番号： 利用料： 円/月

コンビニ等で支払い 口座引落し カード決済

支払先・引落先：

インターネット 契約していない ()の名義(契約)

会社名： 連絡先：

お客様番号： 利用料： 円/月

コンビニ等で支払い 口座引落し カード決済

支払先・引落先：

NHK受信料 契約していない ()の名義(契約)

手続きの窓口： 連絡先：

利用料： 円/月

コンビニ等で支払い 口座引落し カード決済

支払先・引落先：

各種契約について

ケーブルTV・衛星放送 契約していない () の名義

会社名： 連絡先：

お客様番号： 利用料： 円/月

コンビニ等で支払い 口座引落し カード決済

支払先・引落先：

ケーブルTV・衛星放送 契約していない () の名義

会社名： 連絡先：

お客様番号： 利用料： 円/月

コンビニ等で支払い 口座引落し カード決済

支払先・引落先：

新聞・雑誌の定期購読 契約していない () の名義

会社名： 連絡先：

お客様番号： 利用料： 円/月

現金手渡し 口座振込み 口座引き落とし カード決済

支払先・引落先：

新聞・雑誌の定期購読 契約していない () の名義

会社名： 連絡先：

お客様番号： 利用料： 円/月

現金手渡し 口座振込み 口座引き落とし

支払先・引落先：

各種契約について

クレジットカード

会社名：	連絡先：
カード番号：	使用期限：
決済日：	利用料： 円/月
支払方法：	主な用途：

クレジットカード

会社名：	連絡先：
カード番号：	使用期限：
決済日：	利用料： 円/月
支払方法：	主な用途：

クレジットカード

会社名：	連絡先：
カード番号：	使用期限：
決済日：	利用料： 円/月
支払方法：	主な用途：

クレジットカード

会社名：	連絡先：
カード番号：	使用期限：
決済日：	利用料： 円/月
支払方法：	主な用途：

各種契約について

習い事や加入団体、会員サービス

団体の名称：

連絡先：

会員番号(ID)：

パスワード：

支払方法：

会費：

備考：

習い事や加入団体、会員サービス

団体の名称：

連絡先：

会員番号(ID)：

パスワード：

支払方法：

会費：

備考：

習い事や加入団体、会員サービス

団体の名称：

連絡先：

会員番号(ID)：

パスワード：

支払方法：

会費：

備考：

習い事や加入団体、会員サービス

団体の名称：

連絡先：

会員番号(ID)：

パスワード：

支払方法：

会費：

備考：

保険契約について(生命保険、損害保険、傷害保険など)

保険会社名 :

保険の種類 :

担当者名 :

連絡先 :

証券番号 :

証券保管場所 :

契約日 :

満期年月日 :

支払保険料 :

支払満了日 :

契約者 :

被保険者 :

保険金受取人 :

保険金額 :

備考 :

保険会社名 :

保険の種類 :

担当者名 :

連絡先 :

証券番号 :

証券保管場所 :

契約日 :

満期年月日 :

支払保険料 :

支払満了日 :

契約者 :

被保険者 :

保険金受取人 :

保険金額 :

備考 :



ここがポイント!!

保険契約の内容を確認しておこう

死亡保険金の請求手順や必要な書類などは、保険会社の担当者に事前に相談して確認をしておけば安心です。

その際、主契約・特約の支払事由や給付内容をよく確認しておきましょう。年齢を重ねれば必要な保証も変わってきますし、本当に自分に合った保証内容になっているか、この機会に見直しをしてみてもいいかもしれません。

土地について

基本情報

所在地(地番) :

地積 :

権利証の保管場所 :

固定資産評価額 :

土地の用途 :

権利の種類

所有権(全部)

所有権(持分 : 分の)

借地権

その他()

抵当権(担保)の設定 : あり なし

担当者連絡先 :

(共有者がいる場合)

氏名 :

連絡先

氏名

連絡先

(借地契約をしている場合)

地主又は借主 :

連絡先 :

住所 :

不動産会社 :

連絡先

住所 :

契約書の保管場所 :

契約日 :

次回更新日 :

前回の更新料 :

賃料 :



ここがポイント!!

土地の所在地は登記上の地番を記載しよう

登記簿上に割り振られている地番は、住居表示(住所)と異なる場合があります。登記簿謄本や固定資産税の課税明細書、権利証に記載されている地番を記載しましょう。

建物について

基本情報

所在地(地番) :

家屋番号 :

戸建て

マンション等(一棟)

マンション等(一戸)

その他()

権利証の保管場所 :

固定資産評価額 :

建物の用途 :

権利の種類

所有権(全部)

所有権(持分 : 分の)

抵当権(担保)の設定 : あり なし

担当者連絡先 :

(共有者がいる場合)

氏名 :

連絡先

氏名

連絡先

(借家契約をしている場合)

借主 :

連絡先 :

住所 :

不動産会社 :

連絡先

住所 :

契約書の保管場所 :

契約日 :

次回更新日 :

預り済の敷金 :

賃料 :

預貯金について

金融機関名：

支店名：

普通 定期 当座 () 口座番号：

通帳・カードの保管場所：

備考：

金融機関名：

支店名：

普通 定期 当座 () 口座番号：

通帳・カードの保管場所：

備考：

金融機関名：

支店名：

普通 定期 当座 () 口座番号：

通帳・カードの保管場所：

備考：

金融機関名：

支店名：

普通 定期 当座 () 口座番号：

通帳・カードの保管場所：

備考：

金融機関名：

支店名：

普通 定期 当座 () 口座番号：

通帳・カードの保管場所：

備考：

株式について

銘柄：

株数：

証券会社：

支店名：

顧客番号：

担当者：

連絡先：

備考：

銘柄：

株数：

証券会社：

支店名：

顧客番号：

担当者：

連絡先：

備考：

銘柄：

株数：

証券会社：

支店名：

顧客番号：

担当者：

連絡先：

備考：

銘柄：

株数：

証券会社：

支店名：

顧客番号：

担当者：

連絡先：

備考：

銘柄：

株数：

証券会社：

支店名：

顧客番号：

担当者：

連絡先：

備考：

有価証券・投資信託等について

種類： 保有数：

窓口機関： 担当者：

証券番号： 額面金額：

連絡先： 備考：

種類： 保有数：

窓口機関： 担当者：

証券番号： 額面金額：

連絡先： 備考：

種類： 保有数：

窓口機関： 担当者：

証券番号： 額面金額：

連絡先： 備考：

種類： 保有数：

窓口機関： 担当者：

証券番号： 額面金額：

連絡先： 備考：

種類： 保有数：

窓口機関： 担当者：

証券番号： 額面金額：

連絡先： 備考：

その他の財産について

種類・名称：

保管場所：

シリアルナンバー：

特徴：

証券番号：

額面金額：

種類・名称：

保管場所：

シリアルナンバー：

特徴：

証券番号：

額面金額：

種類・名称：

保管場所：

シリアルナンバー：

特徴：

証券番号：

額面金額：

種類・名称：

保管場所：

シリアルナンバー：

特徴：

証券番号：

額面金額：

種類・名称：

保管場所：

シリアルナンバー：

特徴：

証券番号：

額面金額：

種類・名称：

保管場所：

シリアルナンバー：

特徴：

証券番号：

額面金額：

種類・名称：

保管場所：

シリアルナンバー：

特徴：

証券番号：

額面金額：

貸付金・借入金

貸付金

貸付先：

連絡先：

貸付総額：

残額：

年 月時点

契約日：

弁済期限：

弁済方法：

担保の設定：

契約書の保管場所：

備考：

借入金・ローン

借入先：

連絡先：

借入総額：

残額：

年 月時点

契約日：

弁済期限：

弁済方法：

担保の設定：

契約書の保管場所：

備考：



ここがポイント!!

借入金がある場合は存在を明らかにしておく

借入金やローンなど「マイナスの財産」を残すのは後ろめたい気持ちがあるかもしれませんが、存在を隠してしまうと、利息や遅延損害金が増え、余計に遺族の負担になってしまいます。

大切な家族をトラブルから守るためにも、借入金・ローンがある場合は、その存在を明らかにしておきましょう。

死亡後の手続きリスト(役所への届出)

死亡届、火葬・埋火葬許可申請	
手続きの窓口	<ul style="list-style-type: none"> ●死亡した人の本籍地の市区町村役場 ●死亡地の市区町村役場 ●届出人の現住所の市区町村役場
手続きの期限	死亡から7日以内
手続きの内容 人が亡くなって最初にする手続きは、死亡届です。死亡届の用紙は、右側に 死亡診断書 (死体検案書)が付いていて、これが死亡届の添付書類になります。 亡くなった病院で医師が死亡診断書を書いて渡してくれますので、遺族は死亡届の欄に必要事項を記入します。 死亡届を役所に提出する際、同時に 埋火葬許可の申請 をおこないます。このとき交付される火葬許可証が火葬をするために必要です。火葬許可証は火葬場の係員に提出しますが、火葬が終わると火葬済み証明を書いて返してくれます。これが今度は 埋葬許可証 になります。 納骨をする際は、墓地や納骨堂の管理者に埋葬許可証を提出します。墓地の形態によっては提出しないこともあります。が、 埋葬許可証は5年間の保存義務があるので、捨てないように注意しましょう。	



ここがポイント!!

死亡診断書はいろいろな場面で必要

生命保険金の請求や遺族年金の請求など、相続の手続きではいろいろな場面で死亡診断書が必要になります。役所に提出すると手許の控えがなくなってしまうので、死亡届を出す前に何枚かコピーを取っておくと便利です。

世帯主変更届	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場
手続きの期限	死亡から14日以内
手続きの内容 世帯主である方が亡くなり、かつ、その世帯に2人以上の家族がいる場合は、新しい世帯主を届出ることが必要です。なお、世帯員が1人のみになる場合は、その方が必然的に世帯主になるため届出は不要です。	

死亡後の手続きリスト(各種契約)

公共料金・生活費等の契約名義変更、解約、精算手続き	
手続きの窓口	各会社最寄りの営業所やカスタマーセンターなど
手続きの期限	できるだけすみやかに
手続きの内容 電気、ガス、水道や賃貸住宅など、亡くなった人が契約・支払いしていたものは、契約名義の変更が必要です。場合によっては、解約をしたり、未払い料金の精算が必要になります。 金融機関が死亡の事実を届出ると、 故人の預金口座は取引が停止される ので、口座引落としにしていたものは料金が支払われなくなります。 すみやかに手続きを行わないと延滞料金が発生する場合もあるので注意しましょう。	

生命保険(死亡保険金)の請求	
手続きの窓口	保険会社のコールセンター、保険会社の担当者や営業所など
手続きの期限	死亡から3年で時効
手続きの内容 故人が生命保険契約の被保険者の場合は、契約で定められた受取人に死亡保険金が支払われます。 死亡保険金は、葬儀代などの大きな出費や残された家族の生活に役立てることができる大切なお金です。 せっかく納めた保険料が無駄にならないよう、請求漏れはないようにしましょう。 保険証券の保管場所や、請求時の連絡先などを確認しておき、すみやかに請求手続きがおこなえるように備えておきましょう。	

傷害保険や損害保険の解約・名義変更	
手続きの窓口	保険会社のコールセンター、保険会社の担当者や営業所など
手続きの期限	できるだけすみやかに
手続きの内容 故人が契約していた傷害保険や損害保険は、解約または名義変更の手続きが必要です。保険料を故人の口座から引落としにしていたものは、口座が凍結されれば、保険料が引き落とされなくなります。 保険料不払いの状態が続くと、保険会社に契約解除されてしまう可能性もあります ので、保険会社にすみやかに連絡が取れるよう、備えておきましょう。	

死亡後の手続きリスト(社会保険)

健康保険証の返却	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場、または事業主
手続きの期限	死亡から14日以内
手続きの内容 公的医療保険には、自営業者や無職の人が加入する 国民健康保険 、サラリーマンが加入する 健康保険 （公務員は 共済組合 ）、75歳以上の人などが加入する 後期高齢者医療制度 があります。いずれの場合も死亡により被保険者の資格を失いますので、 市区町村や健康保険組合などに被保険者証を返却することが必要です。 このほか、高齢受給者証など、交付されている資格証などは原則としてすべて返却が必要です。 返却が必要なものは散逸しないよう、できるだけまとめておきましょう。	

葬祭費・埋葬料などの請求	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場、または事業主
手続きの期限	死亡(葬儀)から2年以内
手続きの内容 後期高齢者医療制度や国民健康保険の被保険者が亡くなった場合、多くの自治体では 葬儀をおこなった人に対して葬祭費を支給 しています。支給額は自治体によって異なりますが、おおむね3万円～10万円となっています。また、違う名目で同様の給付を行っている場合がありますので、役場の年金保険課などに確認してみましょう。 一方、健康保険の被保険者がなくなったときは 埋葬料 または 埋葬費 、被扶養者が亡くなったときは 家族埋葬料 が支給されます。 これらの給付金は 自分から請求しないともらえません 。健康保険証の返却手続きのついでに窓口の担当者に相談すれば手続きがスムーズに進みます。なお、請求手続きには、葬儀代の領収書の添付が必要です。	

	国民健康保険	健康保険(共済組合)		
	葬祭費	埋葬料	埋葬費	家族埋葬料
受給者	葬祭をおこなった人	故人に生計を維持されていた人	実際に埋葬をおこなった人	被保険者 ※扶養家族が亡くなった場合
支給額	おおむね 3～10万円 ※自治体により異なる	5万円	5万円の範囲内で埋葬に要した実費	5万円
請求窓口	市区町村の年金保険課など	健康保険組合など(勤務先を通じて)		

死亡後の手続きリスト(社会保険)

被扶養者の国民健康保険加入	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場
手続きの期限	死亡から14日以内
手続きの内容 故人の健康保険の被扶養者になっていた家族は、新たに国民健康保険に加入する必要があります。市区町村役場の年金保険課などで加入手続きをとりましょう。 なお、他の家族が健康保険に加入していれば、そちらの被扶養者になるという選択肢もありますので、その場合は勤務先を通じて加入手続きをとりましょう。	

年金受給権者死亡届	
手続きの窓口	最寄りの年金事務所、街角の年金相談センター
手続きの期限	死亡から10日以内(国民年金の場合は14日以内)
手続きの内容 故人が老齢年金などの公的年金を受給中だった場合には、年金を止めるための届出が必要です。提出先は、 最寄りの年金事務所 、または 街角の年金相談センター です。 この届出が遅れると、あとで過払いの年金を返さなければいけないこともあるので注意が必要です。届出には 戸籍謄(抄)本や死亡診断書のコピー など、故人の死亡を証明する書類の添付が必要です。	

未支給年金の請求	
手続きの窓口	最寄りの年金事務所、街角の年金相談センター
手続きの期限	年金受給権者死亡届と同時に
手続きの内容 故人が亡くなった月分までの年金のうち、まだ受け取っていないものについては、未支給年金としてその方と生計を同じくしていた 遺族が受け取ることができます 。 ここでいう遺族とは、故人と生計を同じくしていた①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹で、優先順もこの順です。 請求手続きの際には、死亡届提出時の書類に加えて、 故人の年金手帳、請求者と故人の関係を証明するために住民票の写し、振込先の金融機関の通帳 などが必要です。	

死亡後の手続きリスト(社会保険)

加給年金対象者不該当届	
手続きの窓口	最寄りの年金事務所、街角の年金相談センター
手続きの期限	死亡から10日以内
手続きの内容 厚生年金を受け取っている方で、その方と生計を同じくする 65歳未満の配偶者や、18歳未満の子、または20歳未満で1級・2級の障害を持つ子 がいれば、支給年金額が加算されている場合があります。 加算対象になっている配偶者や子が亡くなった場合は、届出する必要があり、届出が遅れるともらいすぎの年金を返さなければいけないこともあるので注意が必要です。	

配偶者(第3号被保険者)の国民年金加入	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場
手続きの期限	すみやかに
手続きの内容 会社員や公務員(第2号被保険者)に扶養されている60歳未満の配偶者は、 第3号被保険者 として保険料の支払いを免除されています。 第2号被保険者の方が亡くなった場合、配偶者の方は新たに国民年金に加入する必要があります。 勤務先でもらえる扶養でなくなったことの証明書や年金手帳を持参し、役所の年金担当課で手続きをおこなひましょう。	

遺族年金・遺族厚生年金の裁定請求	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場(国保の場合)、最寄りの年金事務所
手続きの期限	死亡から5年で時効
手続きの内容 国民年金や厚生年金に加入している方が亡くなった場合、故人と生計を同じくする配偶者や18歳未満の子など、 一定範囲の遺族に対して、遺族年金や遺族厚生年金が支給される場合があります。 支給要件に関しては細かい規定がありますので、故人や申請者の年金手帳を持参し、 最寄りの年金事務所などで相談 をしましょう。	

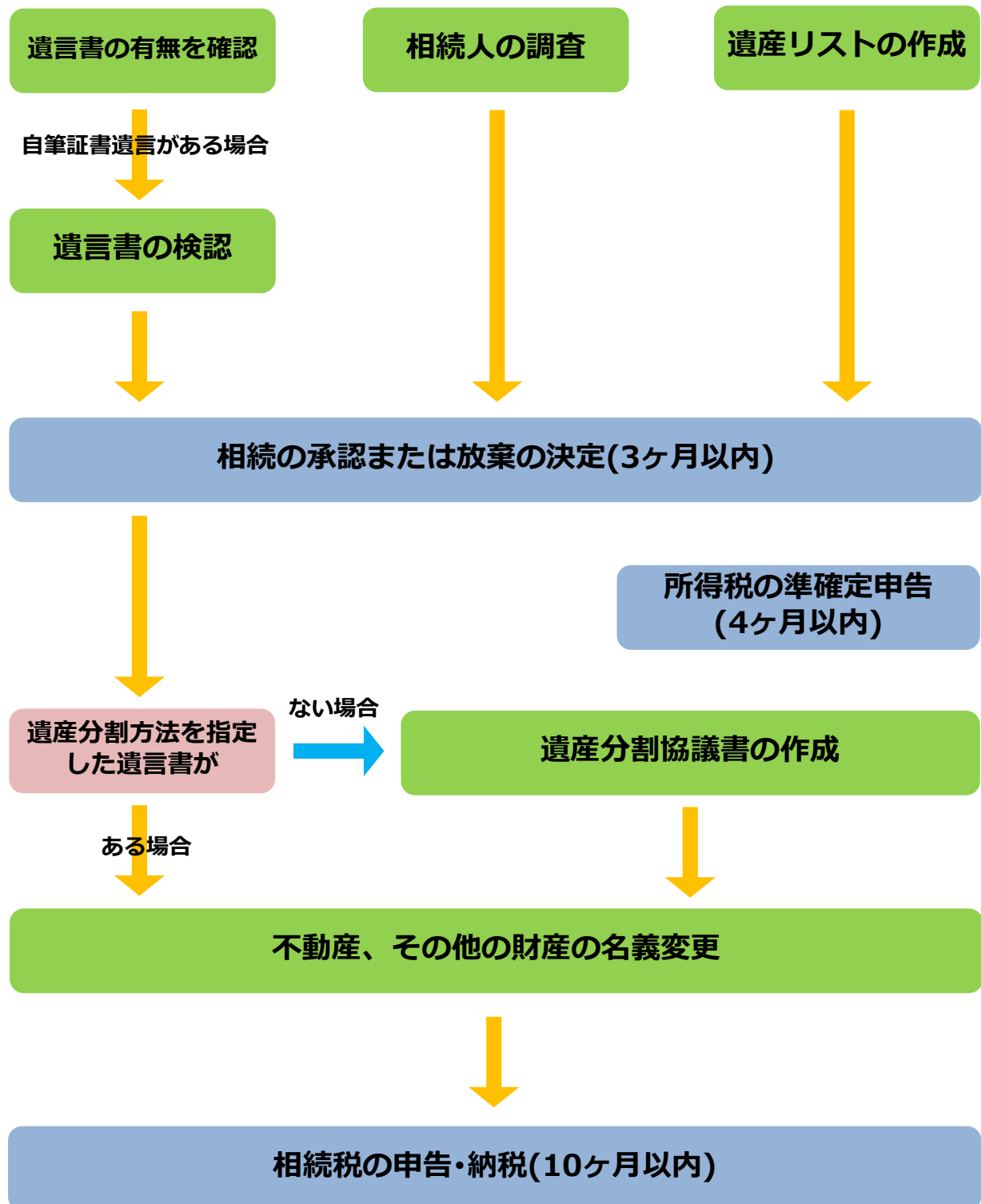
死亡後の手続きリスト(社会保険)

死亡一時金の裁定請求(国民年金)	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場、最寄りの年金事務所
手続きの期限	死亡から2年で時効
<p>手続きの内容</p> <p>第1号被保険者(国民年金)として保険料を納めた月数が36月以上ある方が老齢基礎年金・障害基礎年金を受けないまま亡くなった時、その方と生計を同じくしていた遺族（①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹の中で優先順位の高い方）に支払い月数に応じた一時金が支給されます。</p> <p>遺族基礎年金を受けられない遺族への救済措置ですので、遺族基礎年金が支払われる場合には支給されません。また、寡婦年金の受給条件も満たす場合にはどちらか一方しか受給できません。</p>	

寡婦年金の裁定請求(国民年金)	
手続きの窓口	住所地の市区町村役場、最寄りの年金事務所
手続きの期限	死亡から5年で時効
<p>手続きの内容</p> <p>第1号被保険者として保険料を納めた期間（免除期間を含む）が25年以上ある夫が亡くなった時に、10年以上継続して婚姻関係にあり、生計を維持されていた妻に対して60歳から65歳になるまでの間支給されます。</p> <p>亡くなった夫がすでに年金を受給していた場合には支給されません。遺族基礎年金や死亡一時金と同時に受給することはできないので、それぞれの受給資格を満たす場合は、一番有利なほうを選ぶことになります。</p>	

死亡後の手続きリスト(相続)

相続手続きのスケジュール



相続税がかからないケースでは、名義変更がゴール

死亡後の手続きリスト(相続)

遺言書の検認(自筆証書遺言のみ)	
手続きの窓口	遺言者の住所地の家庭裁判所
手続きの期限	すみやかに
手続きの内容 自筆証書遺言(手書きの遺言書)がある場合は、家庭裁判所に遺言書を持ち込み、 検認 という手続きをする必要があります。 検認は遺言書の現況を記録して、偽造や変造を防ぐための検証手続きです。検認をしなくても遺言書が無効になることはありませんが、実務上は、 検認済証明のない遺言書では不動産登記や預貯金の解約などの手続きがおこなえません 。手続きの進め方が分からない場合は、法律の専門家に相談しましょう。	

相続人の調査	
手続きの窓口	故人の本籍地の市区町村役場、相続人の本籍地の市区町村役場など
手続きの期限	すみやかに(できれば死亡から3ヶ月以内に)
手続きの内容 不動産の名義変更や預貯金の解約などの相続手続きをおこなう際には、 故人の出生から死亡までの戸籍謄本・除住民票や相続人の戸籍謄本・住民票などを収集 し、誰が相続権のある人(相続人)であるかを証明する必要があります。 相続人調査に必要な資料の収集は、行政書士など相続の専門家に依頼することが可能です 。役所が遠方であれば手続きに手間と時間がかかりますし、正確を期すのであれば専門家に相談をしてください。	

遺産リスト(財産目録)の作成	
手続きの窓口	法務局、金融機関など
手続きの期限	すみやかに(できれば死亡から3ヶ月以内に)
手続きの内容 故人名義の財産はすべて遺産となり、相続の対象になります。 遺産のリストを作っておけば、 遺言書を作る際の手助け になりますし、遺言書を作らない場合でも、遺族が遺産の種類や所在を把握できるので、 スムーズに相続手続きを進めるための手助け になります。	

死亡後の手続きリスト(相続)

相続放棄の申述(遺産が債務超過の場合)	
手続きの窓口	故人の住所地の家庭裁判所
手続きの期限	相続人になったことを知った日から3ヶ月以内
手続きの内容 遺産調査の結果、 明らかに債務超過(借金・ローンなどマイナスの財産が多い)場合は、相続放棄 をするとよいでしょう。相続放棄をすれば、プラスの財産を引き継がない代わりに、マイナスの財産の相続を免れることができます。 相続放棄の手続きは、個人の住所地を管轄する家庭裁判所でおこないます。また、相続人それぞれが個別に手続きできますので、必ずしも相続人全員がおこなう必要はありません。 申述には 3ヶ月以内 という期間があるので、 相続放棄を検討する場合は、すみやかに司法書士や弁護士に依頼することが必要です。	



ここがポイント!!

遺産に手をつけると相続放棄できない

相続人が故人の預貯金などの遺産に手をつけると**単純承認**といって、相続を承認したとみなされます。**単純承認した場合には、相続放棄をおこなうことができませんので、注意が必要です。**故人の残した債務を支払った場合も同様に単純承認とみなされる場合があります。



ここがポイント!!

相続放棄は親族全員で協力する

例えば、故人の子全員が相続放棄をすれば、第2順位の親、あるいは第3順位の兄弟姉妹…というように相続権のある人が変更されていきます。

次順位の相続人に相続放棄をすることをきちんと伝えておかないと、「自分は相続人でないと思っていたのに、いきなり借金を背負うことになった…」といったトラブルになりかねません。**相続放棄は親族全員で協力**しておこないましょう。



ここがポイント!!

自分は遺産をもらわない=相続放棄ではない

「自分は遺産をもらうつもりはない」という意思表示を「**相続放棄**」と表現される方はとても多いですが、このような場合、通常の遺産分割協議をおこなえばよく、**家庭裁判所で難しい相続放棄の手続きをおこなう必要はありません。**

正式に相続放棄をすると、新たに相続権のある人が発生して、かえって話しがややこしくなる可能性があるので注意が必要です。

死亡後の手続きリスト(相続)

特別代理人選任の申立て(未成年者とその親権者が相続人になる場合)	
手続きの窓口	故人の住所地の家庭裁判所
手続きの期限	すみやかに
手続きの内容 例えば、夫が亡くなり、その妻と未成年の子が相続人になったとします。本来であれば、未成年の子を代理して親権者が遺産分割協議をおこなうのですが、この場合、妻は自らの相続人としての立場と、親権者として子を代理する立場で、 それぞれの利益が相反する立場 に置かれます。 このような場合、子に代わって妻と遺産分割協議をおこなう 特別代理人 を選ぶ必要があります。特別代理人選任の申立ては家庭裁判所におこないます。就任にあたって特に資格は必要ありませんが、相続に直接関係ない親族に頼むのが一般的です。	



ここがポイント!!

遺言書があれば特別代理人は必要ない

未成年者が相続人になることが想定される場合、**遺言書で遺産の分け方を指定**しておけば、遺産分割協議をおこなう必要がないので、**特別代理人選任の申立てもおこなう必要がありません。**

子育て世代の若い夫婦も、もしものときに備えて遺言書を作っておく必要があるといえます。



ここがポイント!!

認知症の高齢者が相続人になる場合は後見人が必要

相続人の中に認知症の方がいれば、遺産分割協議という重要な意思決定をおこなうことが不可能ですので、家庭裁判所に申立てて、その方に代わって遺産分割協議に参加する**成年後見人**を選任する必要があります。

成年後見の申立ては、**医師の鑑定費用や申立て書類作成の手間がかかり、手続き完了まで数カ月かかる**など、特別代理人選任のように一筋縄ではいきません。

高齢な親族が相続人になることが想定される場合には、遺言書で遺産の分け方を指定しておけば、スムーズな相続手続きが可能になります。

死亡後の手続きリスト(相続)

所得税の準確定申告	
手続きの窓口	故人の納税地(通常は住所地)の税務署
手続きの期限	死亡から4ヶ月以内
手続きの内容 故人が 死亡した年の1月1日から死亡日までの所得 (給与や年金収入)を計算し、税務署へ申告をおこなう必要があります。これを 準確定申告 といいます。 勤務先で年末調整を受けている人は必要ありませんが、給与以外に20万円以上の収入のある人は申告の義務があります。また、医療費控除などで還付金を受けたい場合も申告をすることができます。 (つまり、普段から自分で確定申告を行っている人には原則必要です。) 申告の期限は 死亡から4ヶ月以内 です。申告に必要な証明書などの発行に時間がかかる場合がありますので、税務署の窓口や税理士に相談し、早めに準備をしましょう。	

遺産分割協議書の作成(遺産分割方法を指定した遺言書がない場合)	
手続きの窓口	相続人全員の協議で
手続きの期限	すみやかに(できれば10ヶ月以内に)
手続きの内容 遺言による具体的な遺産分割方法の指示がなければ、相続人全員による話し合いで遺産の分け方を決めることとなります。この話し合いを 遺産分割協議 と言い、遺産分割協議が整ったら、その内容を記録する 遺産分割協議書 を作成します。 協議書は記録を残して、 話しの蒸し返しなど無用なトラブルを防ぐ という意味もありますが、それ以上に、不動産の名義変更や預貯金の解約手続きなどの際、関係機関が提出を求めらるので 実務面でも作成することが必要 な書類です。 また、相続税の申告が必要な人にとっては、協議書が様々な税額軽減の特例を受けるために、税務署に提出する添付書類になります。 遺産分割協議書の作成は行政書士など相続の専門家に依頼することができます。	



ここがポイント!!

遺言書があれば面倒な遺産分割協議は必要ない

遺産分割協議は、相続人全員の話し合いでおこない、協議書には各相続人が署名、実印で捺印する必要があります。それゆえに、さまざまな相続人の思惑が絡みあって遺産を巡る争いが起こり、**なかなかスムーズに決着しない**ものです。

遺言書で具体的に遺産の分け方を指示しておけば、原則として指示どおりに遺産を分けることになるので、相続の手続きがスムーズに進み、争いが起きる心配もありません。

その遺言書も、法律のルールに従って作成しないと無効になるおそれがあり、良かれと思って作成したものが、かえって相続人を混乱させてしまうことがあります。**遺言書を作るのであれば、必ず行政書士など、相続の専門家に相談してください。**

死亡後の手続きリスト(相続)

不動産その他の財産の名義変更	
手続きの窓口	不動産を管轄する法務局、預金口座のある銀行の支店など
手続きの期限	すみやかに
<p>手続きの内容</p> <p>不動産を相続したら、不動産を管轄する法務局で相続登記(名義変更)の手続きをする必要があります。不動産以外の財産も、基本的に名義のあるものは、名義変更の手続きが必要になります。</p> <p>必要な書類は、相続関係を証明する書類(故人および相続人の戸籍謄本等)、遺言書または遺産分割協議書に加えて、各機関が指定する届出書や申請書です。</p> <p>各機関が指定する届出書・申請書にも、相続人全員の署名・捺印が必要な場合があります。何度も書類に署名・捺印をしないといけないとなると、手続きが完了するまで時間がかかってしまいますし、ストレスも溜まってしまいます。必要な書類をまとめ、スムーズに手続きが進むように備えましょう。</p> <p>不動産は司法書士、その他の財産は行政書士に名義変更手続きを依頼することが可能です。</p>	

おもな名義変更手続き

財産の種類	手続き先
不動産	不動産を管轄する法務局
預貯金	口座のある金融機関
株式	株主名簿管理人(信託銀行など)または預託証券会社
普通自動車	新しい所有者の住所地の運輸支局または検査登録事務所
電話加入権	NTT
ゴルフ会員権	ゴルフ場
生命保険契約・損害保険契約	保険会社(契約の内容による)
借地権・借家権	地主や家主または借主
貸付金・借入金	債権者または債務者

死亡後の手続きリスト(相続)

相続税の申告・納税	
手続きの窓口	故人の住所地の税務署
手続きの期限	死亡から10ヶ月以内
手続きの内容	<p>基礎控除額を超える財産を相続した人は、相続税の申告・納税が必要になります。</p> <p>さまざまな控除や税額軽減の特例を利用するには遺産分割協議が整っていることが必要です。申告期限の10ヶ月から逆算して手続きを進める必要がありますので、早めに税理士に相談をしましょう。</p>

基礎控除額の計算式

$$3,000\text{万円} + 600\text{万円} \times \text{法定相続人の数} = \text{基礎控除額}$$

例:相続人が3人の場合、基礎控除額は4,800万円