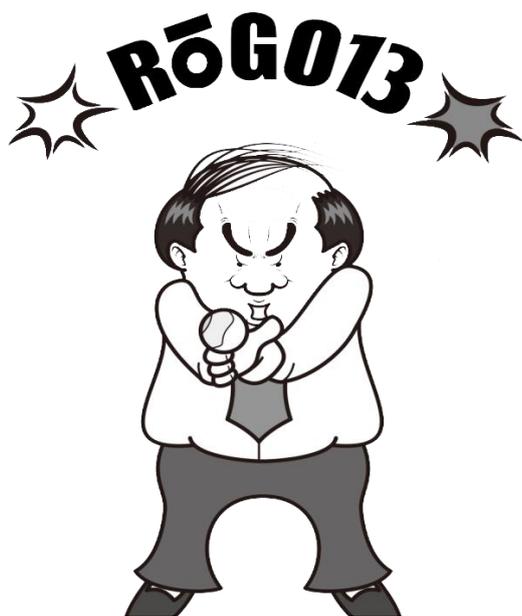


エンディングノート作成の手引き

残しておけば家族が助かる。
エンディングノート記入必須 13 項目



NPO 法人 しらかみ終活相談所

はじめに

エンディングノートを書き始めるにあたって、実際に亡くなった父親のエンディングノートを手にした方々から頂いたアンケートをもとに、ファイナンシャルプランナーの視点でポイントを整理してみます。作成時の参考にしてください。

負債、借金は正直に書く

不動産や預貯金などの資産の記入が大事と思いがちですが、遺族にとって最も迷惑なのが家族の知らない負債です。もしものときに相続放棄ができるのは、亡くなってから3カ月までです。莫大な借金を遺族が返済しているケースもあります。

預貯金の金融機関と口座番号

まとめておかないと「まだあるのではないか」と家族は探さなくてはいけなくなります。特にネット証券などは郵送による通知が無かったりします。ただしキャッシュカードの暗証番号、通帳、印鑑をまとめておくのは危険です。口座の一覧があれば、あとは何とかできます。

葬儀や埋葬の希望

病院で死を迎える方が多いと思いますが、遺族はさまざまな連絡や手続きなどで忙しく動かなくてはいけないため、病院に出入りしている業者に任せるケースも少なくありません。この場合、大規模な葬儀になったり費用が割高になったりします。

縁者・知友人のリスト

死亡の通知をしてほしい親族や友人のリストは忘れずにまとめておきます。

▷▷ 70歳を迎える直前の父親を亡くしたFさん（東京在住）は、残してくれたエンディングノートと遺言書があったおかげでとても助かったといいます。「東京で働いている私にとっては、遠くの実家に何度も通うことなく済ませることができました」と仰っています。次ページからは、エンディングノート作成に必要な「残しておけば家族が助かる記入必須13項目」を紹介しますので、思い立ったら作成を始めてください。

残しておけば家族が助かる「記入必須 13 項目」

1. 基本情報

名前

住所 〒

電話

携帯電話

本籍

Point 戸籍謄本を 1 通用意しておくといよい。家系図を記しておくこともお勧め。

2. 遺言書の有無

種類 自筆証書遺言 公正証書遺言

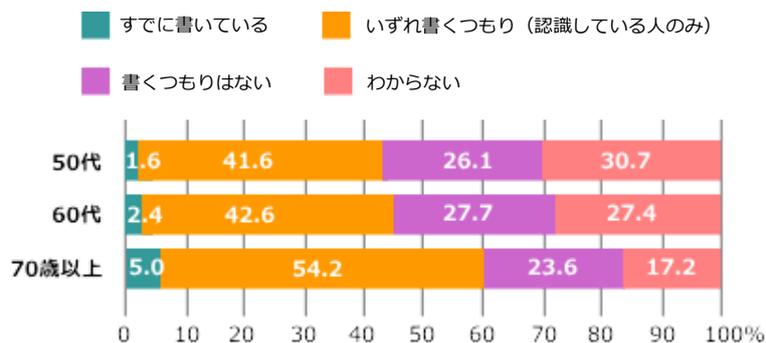
公証役場の所在地 []

作成日 年 月 日 | 保管場所

遺言執行者 | 連絡先

Point 遺言書を作成しているかどうか分からないと、遺言書の存在を知らずに、ご家族が遺産分割協議をしてしまったり、あるかどうか分からない遺言書を探し回ることになる。できればエンディングノートをきっかけに遺言書の作成にも挑戦してみよう。

●エンディングノートの作成経験・意向 (経済産業省 2012 年)



資 産

3. 預貯金

金融機関	支店名	口座種類	口座番号

Point いくつもの金融機関に口座がある場合、生前からある程度統合しておく、残された家族は助かる。細かな金額は書かなくても良い。

4. 不動産

物件 土地 一戸建て マンション 田畑 その他

用途 自宅 別荘 投資用 その他

名義 自分 (100%) 共有 (持ち分: %)

住所 〒

登記上の所在地

Point 法務局で登記事項証明書を取得すれば、詳細を確認できる。

5. 株式・投資信託など

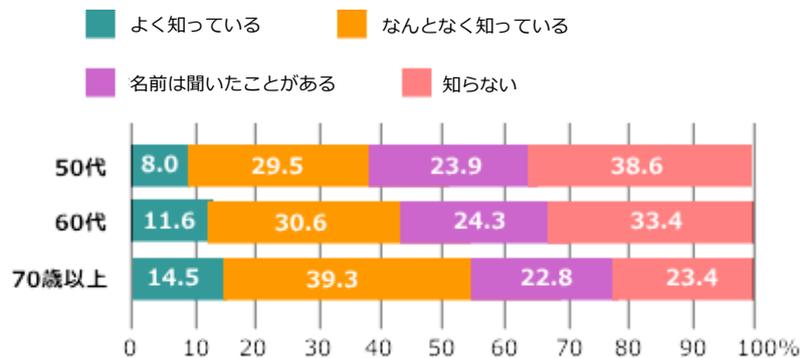
金融機関	支店名	支店コード・口座番号

Point 郵便による通知がないネット証券などの取引は、残された家族が存在を知ることが難しいので明記しておく。

6. その他の資産 ゴルフ会員権など

品目	取扱金融機関名
名義人	数量
購入金額	購入日
覚え書き	

●エンディングノートの認知度（経済産業省 2012 年）



7. 人に貸しているお金

相手の氏名

連絡先

金額

貸付日

相手の氏名

連絡先

金額

貸付日

相手の氏名

連絡先

金額

貸付日

Point 記憶違いで誤った情報を記入しないように注意。

保 険

8. 生命保険

保険会社名

保険の種類・商品名

契約者名

被保険者名

保険金受取人

保険期間

連絡先

その他保全担当者など覚え書き

Point 生命保険の死亡保険金は相続税の対象だが、[500万円×法定相続人数]の非課税枠が認められています。もしものとき遺族がきちんと請求できるように、まとめて記入しておきます。万一保険証券が見当たらない場合でも、残された家族が連絡することで保険会社が適切に対応してくれます。生命保険、医療保険、養老保険など保険の本数分をすべてまとめておきます。

パスワード

9. パソコン・携帯電話

起動時のパスワード

Point パスワードをエクセルなどで管理している人は多いが、パソコン起動時のパスワードが分からないと、家族はアクセスができない。インターネットで金融取引をしている場合は家族間であっても管理に気をつける。

負債

10. ローン

種類 住宅ローン 自動車ローン 教育ローン
カードローン 消費者金融 知人からの借金

借入先

連絡先

借入金額 円 | 借入日 年 月 日

借入残高 円 | 完済予定日 年 月 日

年 月 日現在

Point 相続ではプラスの財産（資産）だけではなく、マイナスの財産（負債）も受け継いでしまう。相続の放棄ができる期間は本人の死後3カ月以内。借金を家族に背負わせ、路頭に迷わせないためにも、隠さずに明記しておくことが肝心。

メモ

葬儀、お墓

11. 葬儀の希望

形式 広く知らせて一般的な形 家族葬 火葬式
 家族葬のあと友人を招いたお別れ会 家族に任せる

宗教 仏教 キリスト教 神道 その他

菩提寺 連絡先

協会 連絡先

神社 連絡先

葬儀社

生前予約している 業者名 連絡先

互助会に加入している 業者名 連絡先

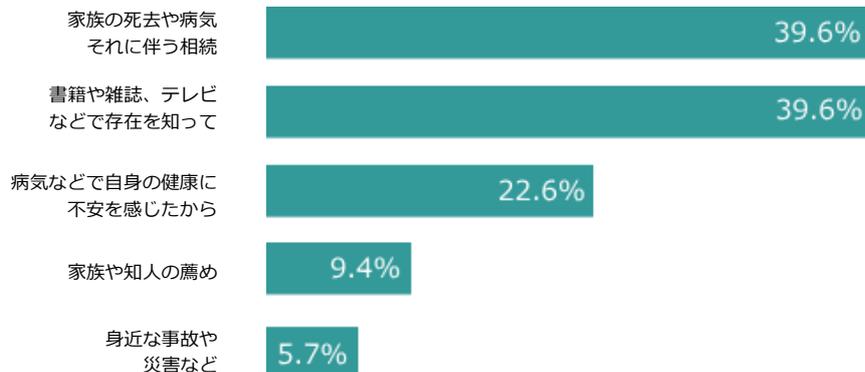
依頼したい業者がある 業者名 連絡先

考えている金額 円

葬儀費用 用意している（預貯金名・保険・その他） 用意していない

Point どんな葬儀を望むのか、あらかじめ葬儀の希望を伝えておきます。もしものとき、家族は悲しみと、さまざまな手続きや連絡に追われパニック状態。葬儀社に言われるままになりがちです。

●エンディングノート作成のきっかけ（経済産業省 2012 年）



12. 埋葬の希望

先祖代々の墓 生前に用意した墓 その他（ ）

墓地名 所在地

契約者名 管理会社

連絡先

新たに購入

希望する埋葬 一般的な墓地 永代供養 納骨堂 樹木葬・散骨

Point お墓がある場合は継いでもらう人を考えておく。ない場合は新たに建てるのか、どのようなスタイルにしたいのか、費用はどうするかなどを記入しておくで家族の負担が減る。

連絡先

13. 親せき、知人、友人連絡一覧

名前 続柄

住所 〒

電話

備考

Point 備考欄に親族のパートナーや子どもの名前を書いておくと便利。大学時代の友人、職場の後輩など、どんな間柄なのかを書き、葬儀の連絡をしてほしいかが分かるようにしておく。

ここに紹介した項目は「エンディングノート記入必須 13 項目」ですが、このほか伝えるべき（伝えたい）項目がある場合は追加記入します。ポイントは「自分が万一の時」に限らず、「自分が認知症になった時」、「自分が介護状態になった時」など、そばにいる家族はどんなことで悩んだり困ったりするのだろうか、病院や施設への入所の際の手続き、必要書類の作成は（家族が離れている場合は特に）誰に依頼しておけばいいだろうかなどを考慮して、分かりやすく項目に分け、文章にする場合は分かりやすい短めの文章にまとめることを心掛けてください。

また、これまで皆さんは、それぞれの「想い」を持ってご家族と過ごしてこられたことと思います。必須項目・追加項目のほか、ご家族、縁者に伝えたい「想い」も、こちらは形式にとらわれず、自由に追記してみてもいいでしょうか。

《ご相談・ご連絡先》

NPO 法人 しらかみ終活相談所 電話 0185-74-6461

《編集者》



日本FP協会会員



ファイナンシャルプランナー 藏本光喜