

**死後の準備は元気な内に!!**

**『笑顔で決めよう死後の事』**



発行：NPO 法人ほっとサポート



NPO法人ほっとサポート  
理事長  
久保下多美子

ひとが老いて死んでいくために、精神的な「安心」と「安全」なシステムが必要です。そのシステムが「生前契約」です。「死」は老いだけでなく、突然の事故や病気で近づいてきます。愛する人の突然の「死」に向き合う時間もなく混乱するだけであったり、「遺す言葉」もなく「逝く」側になったりします。私たちは「よき死」の準備と「よりよく生きる」お手伝いをするために活動しております。

## 自分の死後をどうしますか？

「子供が世話をして当然」と思っていたのに、世話をしてもらえない人が多く居ます。

また、「子供の世話になりたくない」という人が増えているのも現状です。

少子高齢化の中で、気がついたら「完全おひとりさま」という人も増え続けています。

「よき死」の準備と「よりよく生きる」為に、ご自分の環境を再確認してみませんか。

## 人が死んだらしなくてはならない事(手続き)

亡くなった方によって内容が異なりますが、下記のような手続きが必要となります。

- ・年金、健康保険等の手続き
- ・金融機関やカード会社に関する手続き
- ・電話(固定・携帯)、インターネット、ケーブルTVなどの解約
- ・ライフラインの停止
- ・新聞、雑誌の購読契約の解除
- ・公的資格、会員登録の返納手続き
- ・職場への死亡退職届 など



## 人が死んだらしなくてはならない事(後片付け)

「私が死んだら全部捨ててくれたらいい」と言われても、簡単に出来る事ではありません。

- ・貴重品の探し出しと保管、引き渡し
- ・個人情報に関する書類やデータの処分
- ・家電品のリサイクル手続きと処分
- ・大型家具の処分
- ・仏壇(仏具)、祭壇(神具)等の処分
- ・不燃物と可燃物の分別と処分
- ・設置物の撤去、賃貸住宅の返還手続き など



## 人が死んだらしなくてはならない事(財産処理)

「財産なんて全然無いから・・・財産遺言なんて・・・」と言われる方が多いですが、少額でも残っていたら、必ず手続きが必要となります。

そのために原戸籍を取り寄せて財産継承者となる親族を捜し、全ての方から書類を提出して貰わなければなりません。

この作業は煩雑で司法書士等に依頼しなければなりません。簡便に処理できるように公正証書遺言を書いておくことをおすすめします。

## エンディングノートを書いておこう

エンディングノートで可能になること

- ・自分の死後に責任を持つ
- ・遺族や関係者の負担を減らす
- ・自分の意思を明確に伝える
- ・感謝の気持ちを伝える
- ・自分らしい後始末を演出

など





## エンディングノートに書いておく事(葬儀・お別れ会)

どの様な形式を望んでいるのかを明記しておく、遺族や関係者が心置きなく見送ることが出来ます。また、葬儀社としっかりと話し合いが出来、不必要な出費をしなくて済みます。

- 葬儀の形態(葬儀なし、家族葬、一般葬 など)
- 規模、予算(具体的に)
- 儀式や儀礼の有り(仏式/仏式以外)、無し
  - ※宗派や戒名、法名、洗礼名や菩提寺等を明記
- 宗教関係者の連絡先 など

## エンディングノートに書いておく事(埋葬について)

火葬後の遺骨をどうするのか？

- ・先祖の墓に納骨
- ・個人墓に納骨
- ・合葬墓に納骨
- ・樹木葬、自然葬
- ・散骨(国内、国外、海洋)
- ・収骨しない



※お墓に納骨した場合は、以後の管理を誰にして貰うのかも考えておかなければなりません。

## エンディングノートに書いておく事(連絡関係)

連絡を「誰にするのか」ということは勿論ですが、「いつ」するのも大切です。

「危篤時」「死亡連絡」「葬儀連絡」など、どの段階で誰にして欲しいのかを明記すると良いでしょう。

また、上記連絡以外で「死亡のお知らせ」を出したい人も書いておきましょう。

※「連絡が不要の人」や「連絡して欲しくない人」  
についても書いておくことをお勧めします。

## 「託せる人」が居ますか？

これだけの膨大な処理を頼める人が居ますか。  
親族が居たとしても、

- ・親族が遠方に住んでいて頼みづらい
- ・息子や娘とは疎遠になっている
- ・兄弟姉妹も高齢で無理をさせられない
- ・甥や姪に負担を掛けるのも気が引ける

などの理由で、実際に託せる人が居ないという  
声をよく聞きます。

あなたは大丈夫ですか？



## 生前契約は必要？

このように人が一人亡くなると、やらなければならない事がとてもたくさんあります。

家族制度がしっかりしている時代には、これらの事を親族が黙々とこなしてきました。

しかし核家族化・高齢化社会となった今では、これらの事を「知らんぷり」して日常生活を送ることは、死んでから迷惑を掛ける結果となってしまいます。

死後の事を「笑って話せる」うちに、依頼しておく事で、残りの人生を笑顔で過ごしませんか？

## 「生前契約」で、こんな事が出来ます

### 【ライフサポート】

- ・入院や手術の際の身元引受の受託
- ・入院中のサポート
- ・医師の病状や手術の説明等の立会
- ・老人ホーム等の入居身元保証の受託 など



### 【エンディングサポート】

- ・祭祀主宰の受託
- ・死亡に関する手続代行と葬送の実施
- ・自宅の片付け
- ・遺言執行 など





NPO法人ほっとサポート  
事務局長 加藤孝吉

人が亡くなった場合に「しなくてはならない事」をまとめてみました。ご自分の死後に「どうして欲しいのか？」を考える参考にしていただければ幸いです。

---

## 【ご入会案内】

入会金 5万円／年会費 1万2千円  
基本エンディングサポート 35万円～

入会の詳細につきましては、  
直接スタッフにお尋ねいただくかパンフレットをご覧ください。

ご入会に際しては、生前契約アドバイザーによる面談をさせていただき、お引き受けできる状態であるかを審査させていただきます。

特定非営利活動法人(NPO法人)

# ほっとサポート

〒533-0033

大阪市東淀川区東中島

1-7-5

スタジオ新大阪

1031号室

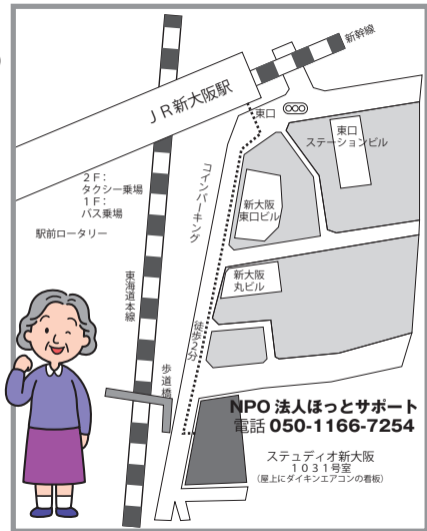
電話:

050-1166-7254

FAX:

06-6322-0575

JR新大阪駅・東口／徒歩2分



NPO 法人ほっとサポート  
電話 050-1166-7254

スタジオ新大阪  
1031号室  
(屋上にダイキンエアコンの看板)