

市民学コース 「行政と市民生活」
富士見市の高齢者福祉政策と

人生 100 年時代の必須知識

～ 老いを迎え、どう生き、どう逝くか～
第 4 回

終活とエンディングノート



－自分らしい生をまっとうする
－必要な人生の棚卸しと死後事務への備え

日 時 10 月 2 8 日 (土) 13:30～(13:00 開場)

会 場 鶴瀬コミュニティセンターホール

講 師 尾川宏豪氏 全国地域生活機構

参加者 20 名

46 期行政と市民生活講座は、「富士見市の高齢者福祉政策と人生 100 年時代の必須知識、～ 老いを迎え、どう生き、どう逝くか ～」をテーマに行われている。

第 4 回講座は尾川宏豪氏（全国地域生活機構）を講師に下記テーマで実施された

終活とエンディングノート

－自分らしい生をまっとうする

－必要な人生の棚卸しと死後事務への備え－



講 師 尾川 宏豪氏

最初に講師及川氏の経歴等の自己紹介と活動の原点が「銀行窓販のリスク性商品販売勧誘ルール調査」にあること、および所属する「全国地域生活支援機構」の目的や事業内容等の説明がされた。



講座のアウトライン (あらまし) は以下の通り

■ 本日のお話

「終活」から「続活」へ

1. 超高齢社会とは
2. 人生の下り坂ー現代版隠居のススメ
3. 終活とエンディングノート
4. 死後事務委任

1. 超高齢社会とは

1. 80代の4人に1人・90代の3人に2人は「認知症」
2. 誰しも最後は「おひとり様」
3. 高齢者の不安は「認知症」「亡くなった後」
「自分は大丈夫」「まだ大丈夫」
自分の老後、成り行き任せで本当に「大丈夫」？

2. 人生の下り坂ー現代版隠居のススメ

1. 終活の本質は「人生の棚卸し」
2. 「終活」が済んだら「続活」を
3. 人生の「下り坂」で転倒しないための「学び」が必要
老後の備え・終活は
「大人の義務教育」「第二の義務教育」

3. 終活とエンディングノート

1. 「終活」は親の責任、人生の先輩としての最後の教え
2. エンディングノートの本質は、人生の「可視化」
3. 「書いたら終わり」ではなく、親子や友人と「対話」を
「エンディングノート」は「エバーノート」
「ネバーエンディングノート」にしないこと

4. 死後事務委任

1. おひとり様には必須となる「死後事務委任」と「遺言」
2. 受任者との「信頼関係」こそがすべて
3. できれば生前中に「準備と契約」を
備えあれば憂いなしー死後事務委任と遺言





講座資料

富士見市民大学講座「行政と市民生活」



終活とエンディングノート

- －自分らしい生をまっとうする
- －必要な人生の棚卸しと死後事務への備え

2023年 10月 28日



一般社団法人
全国地域生活支援機構

一般社団法人全国地域生活支援機構
尾川 宏豪

〒162-0822
東京都新宿区下宮比町2-28
飯田橋ハイタウン 431号

はじめに

活動の原点 – 銀行窓販のリスク性商品販売勧誘ルール調査



2008年リーマンショック
高齢者トラブルの急増

外貨建保険・仕組債
などに注意

販売勧誘ルール実態調査（アンケート&ヒアリング）

適合性判断
2012年2月～5月

アフターフォロー
2012年9月～12月

乗換勧誘・センシティブ情報
2013年11月～2014年3月

金融機関（主要行・地銀・第二地銀）ヒアリング

- 「うちのおじいさん、少し前から特養に入っていますけど。」
- 「本人には内緒にしてるけど、少し前から認知症の薬を飲んでるから、危ない取引をやっているようなら止めて欲しいんだけど。」
- 「今度、東京の高度先進医療ができる病院に入院することになって、多額のお金がかかるから、おじいさんが取引している投資信託解約したいんだけど。」

金融機関における認知症高齢者対応に関する実務の構築が必要

はじめに

全国地域生活支援機構（JLSA） – プロフィール

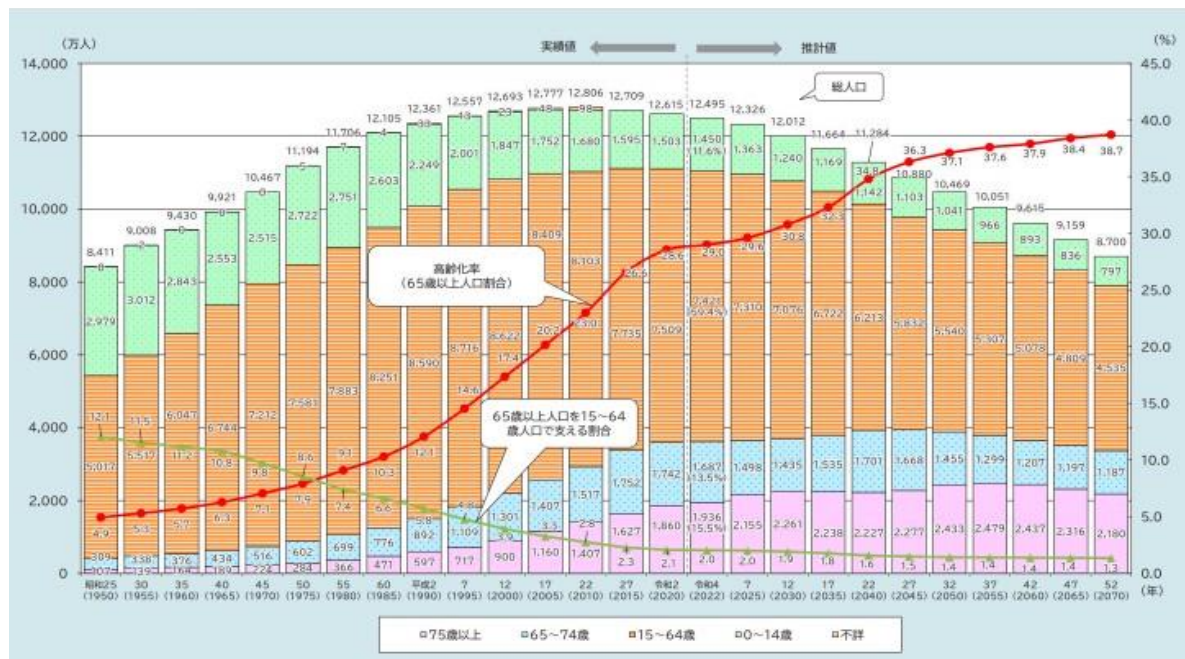


- 名称：全国地域生活支援機構 JLSA (Japan Local Life Support Association)
 - 設立：2015年6月20日
 - 目的：高齢者や障害者の生活支援や権利擁護および福祉の増進
 - 事業内容：
 - 日常生活支援・法人後見支援・継続プロジェクト・教育研修
 - 会員向けサービス事業（団体保険受け皿）・データ入力代行サービス事業
 - 後見受任（自己決定支援センターふらっと・任意後見中心）
 - 代表：宮崎進一
 - 取引先：自治体・社会福祉協議会・大学・民間企業・市民団体
- 公式ホームページ：<https://jlsa-net.jp/>

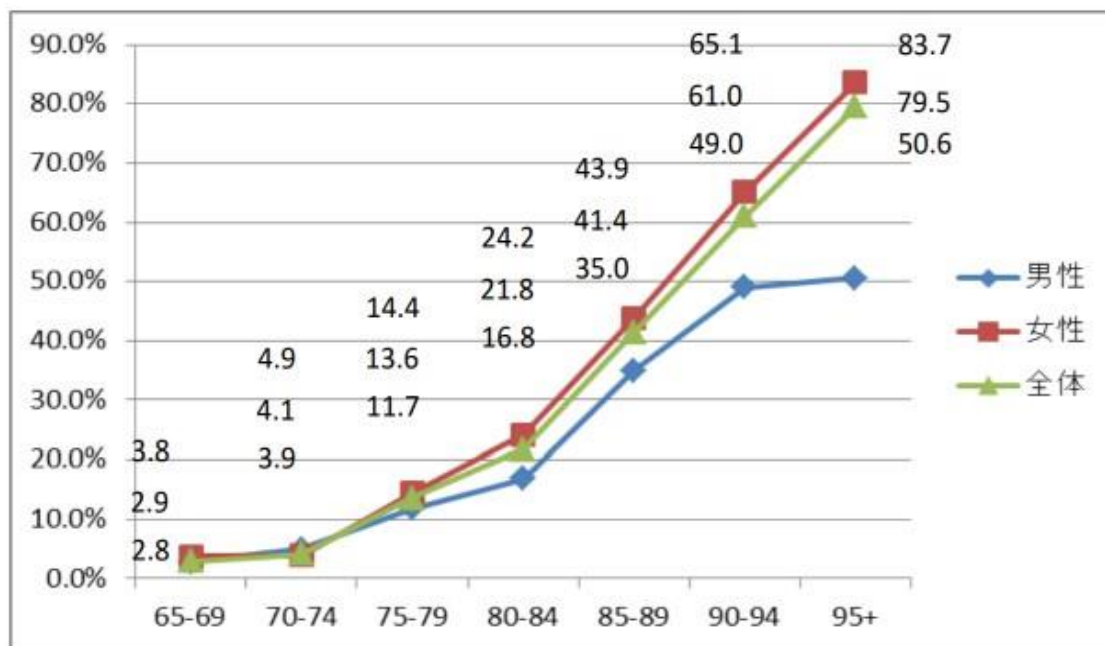
本日のお話 「終活」から「続活」へ

1. 超高齢社会とは
2. 人生の下り坂－現代版隠居のススメ
3. 終活とエンディングノート
4. 死後事務委任

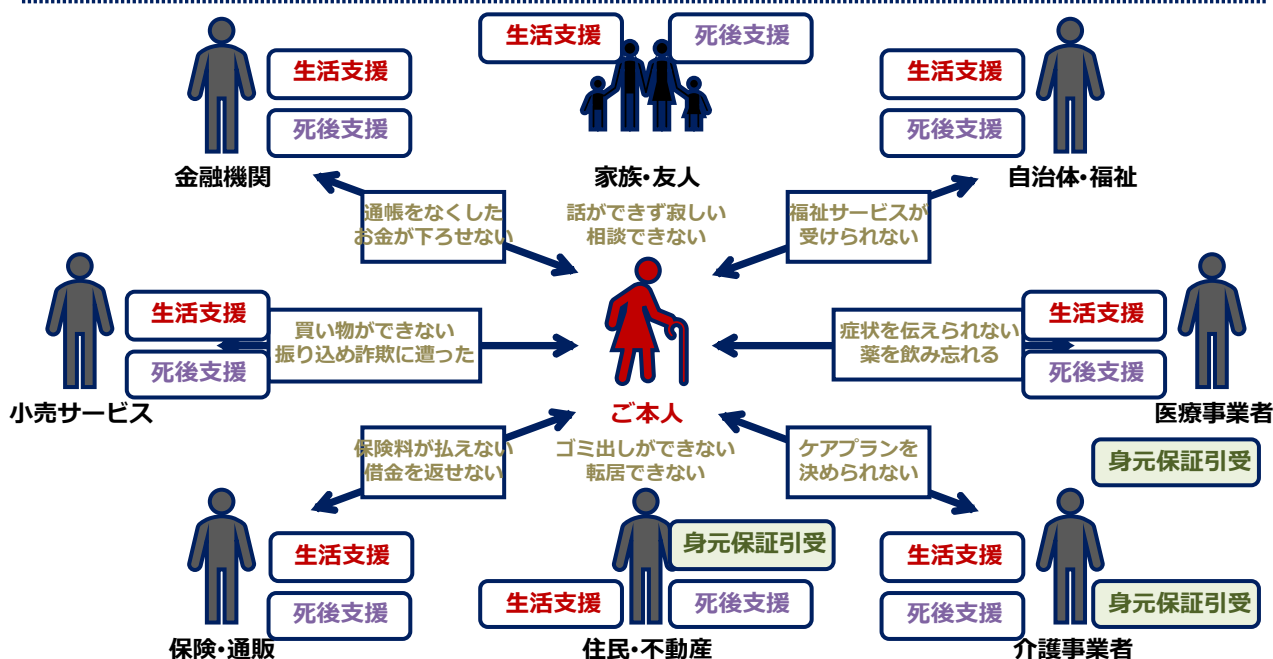
1. 超高齢社会とは 高齢化の現状と将来像 －2.5人に1人は高齢者になる社会



1. 超高齢社会とは 人生100年時代 – 誰もが認知症になる時代

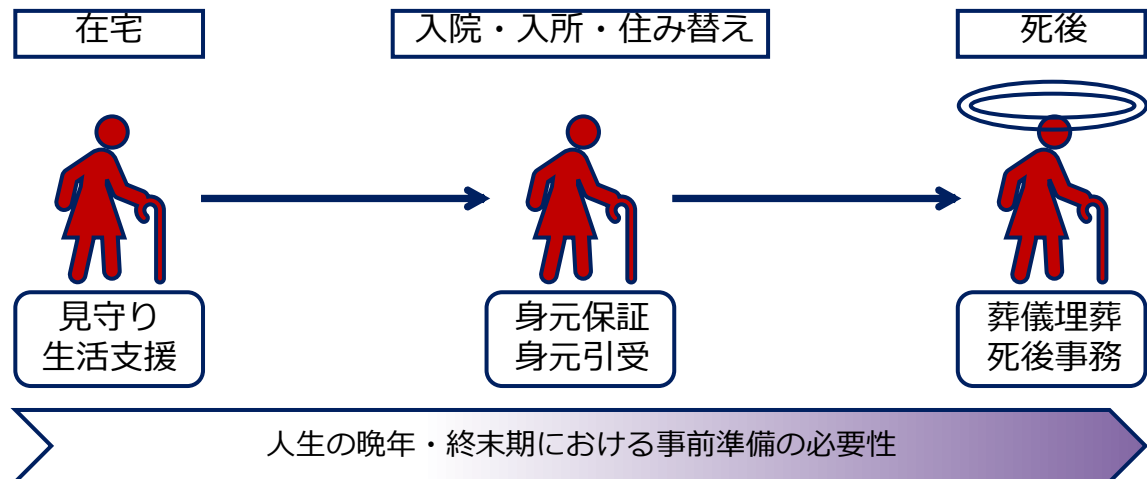


1. 超高齢社会とは 複合化する困りごと – 3つに分類される困りごと



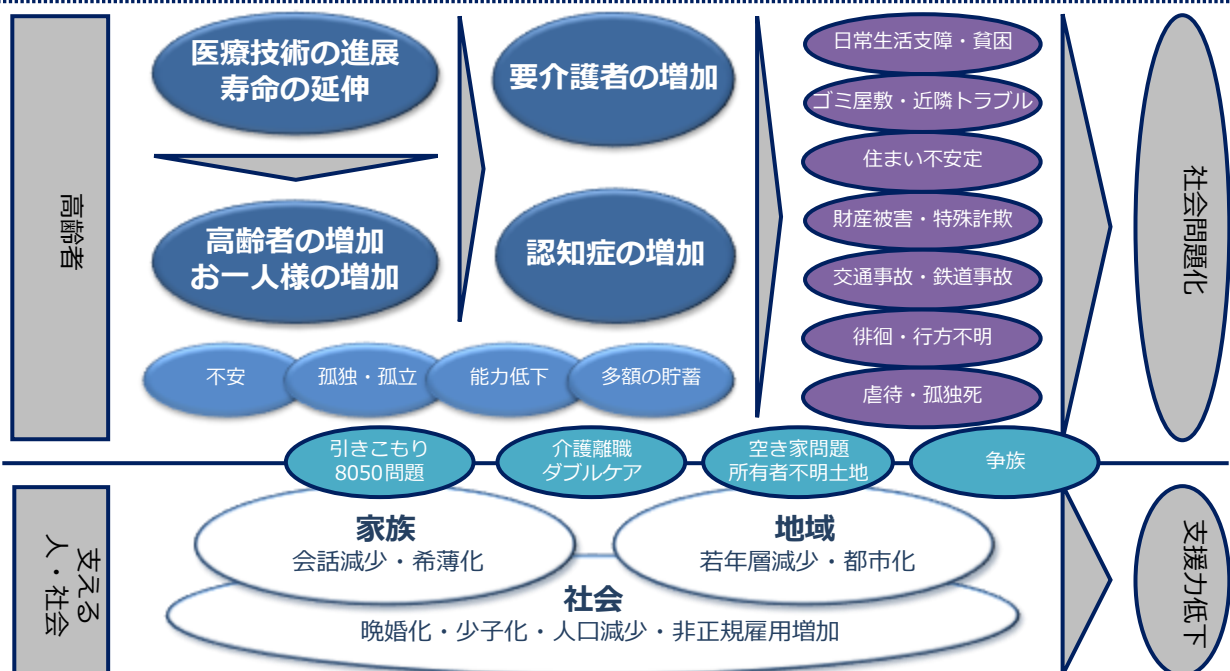
1. 超高齢社会とは

おひとりさま高齢者の困りごと – 連続する生前と死後の悩み



1. 超高齢社会とは

変質する社会 – 求められる家族の代替機能と孤立防止



1. 超高齢社会とは まとめ

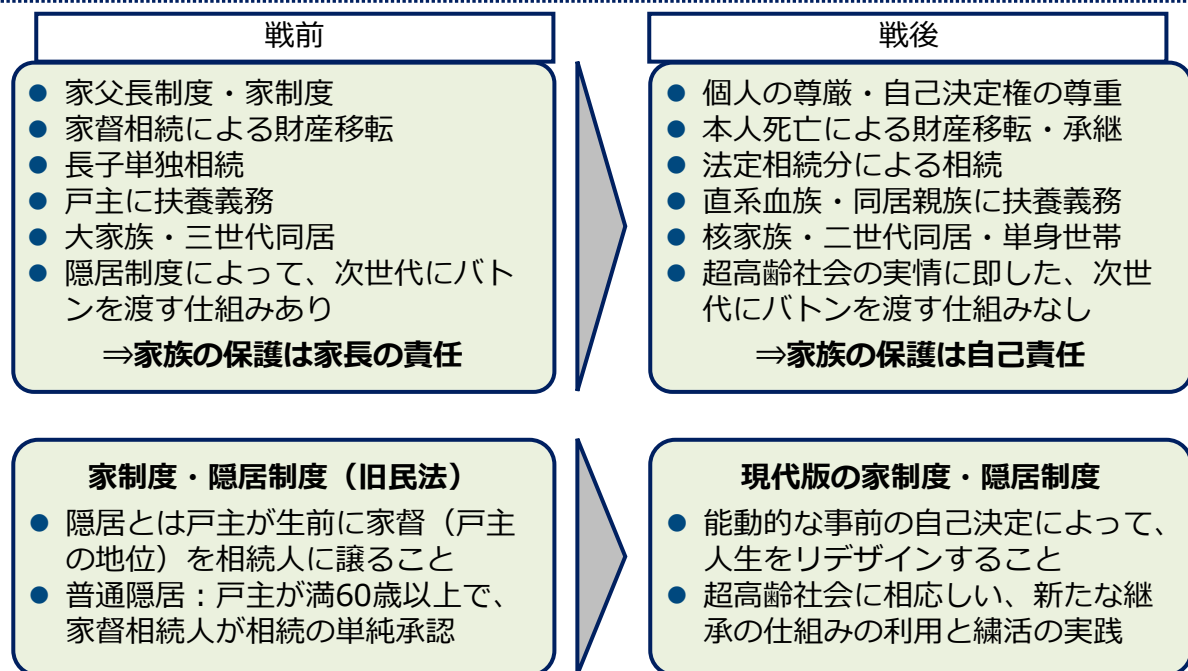
■80代の4人に1人・90代の3人に2人は「認知症」

■誰しも最後は「おひとり様」

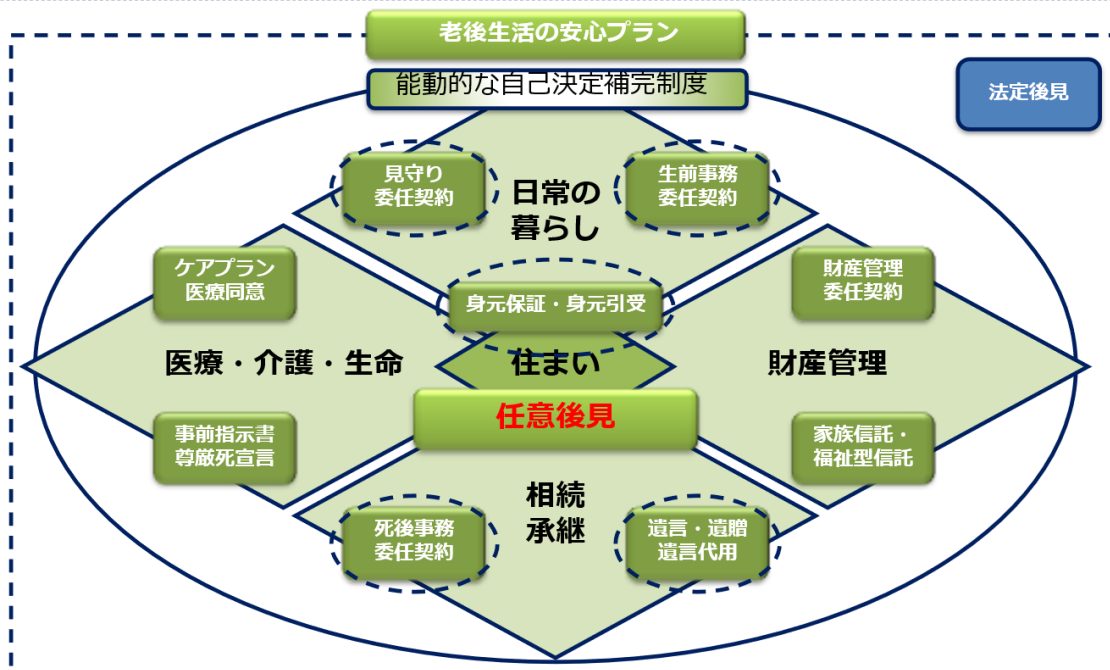
■高齢者の不安は「認知症」「亡くなった後」

「自分は大丈夫」「まだ大丈夫」
自分の老後、成り行き任せで本当に「大丈夫」？

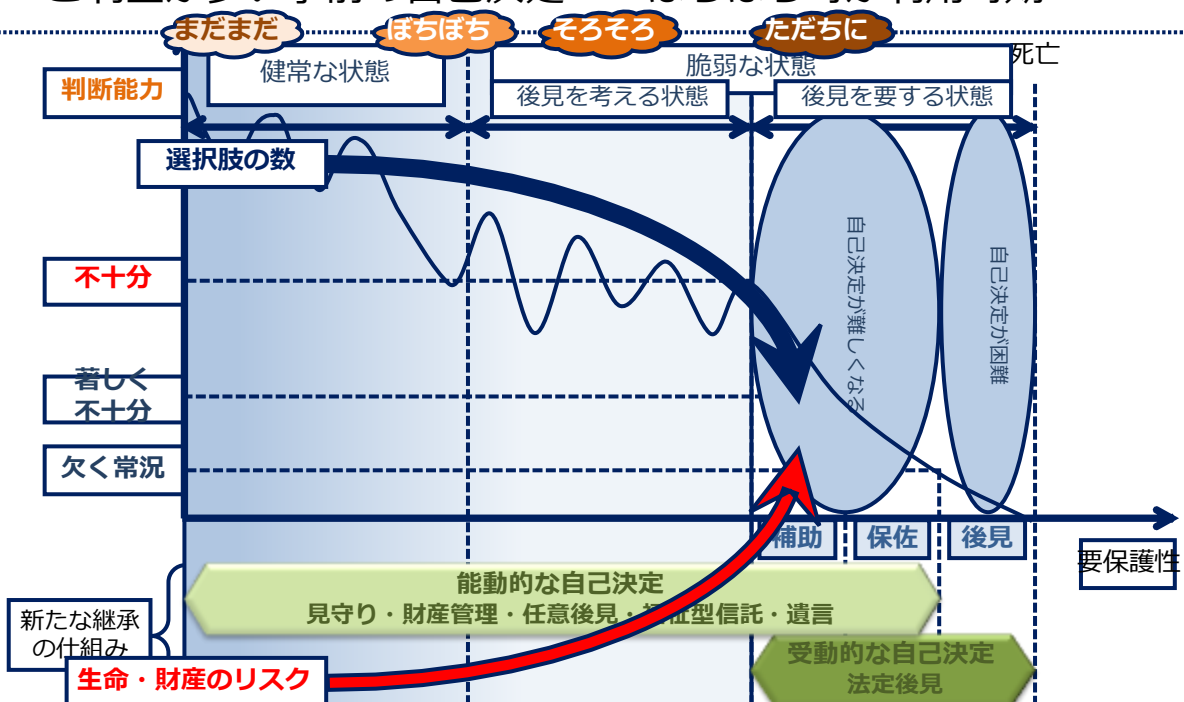
2. 人生の下り坂－現代版隠居のススメ 変質する家族のあり方－求められる新たな継承の仕組み



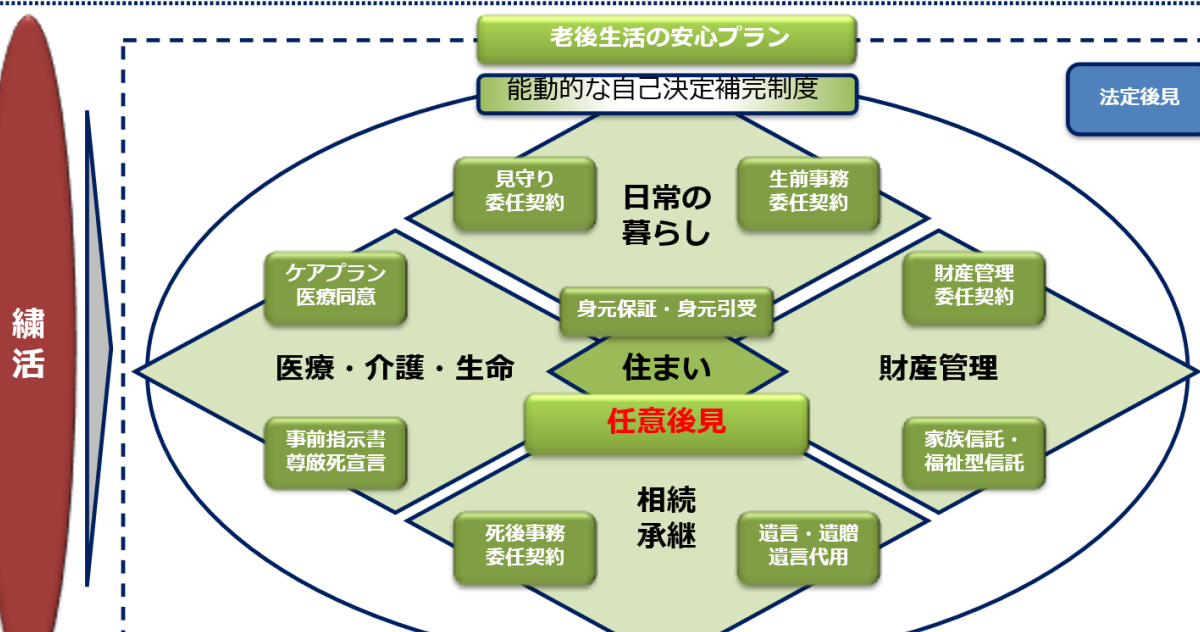
2. 人生の下り坂－現代版隠居のススメ 新たな継承の仕組み－老後生活の安心プラン



2. 人生の下り坂－現代版隠居のススメ ご利益が多い事前の自己決定－ぼちぼち時が利用時期



2. 人生の下り坂－現代版隠居のススメ 繕活－老後生活の安心プラン



2. 人生の下り坂－現代版隠居のススメ 行動に移す「きっかけ」作り－古稀式

武蔵野大学しあわせ研究所 第1回 高齢者シンポジウム

古稀式

さらなる豊かな人生の門出を祝う会

2022.9.11日
13:00~16:00
(予定)

会場 武蔵野大学 武蔵野キャンパス
(東京都武蔵野市有明町三丁目)

お申込み方法
<https://www.musashino-u.ac.jp/grosode/kokishiki2022.html>または
右下のQRコードよりアクセスしてください。

対象 主に70歳以上の方
(ご参加の人数は未定です)

内容 しあわせに生きるための「基調講演」、「各セッション」を開催します。
(詳細は後述のとおりです)

主催 武蔵野大学しあわせ研究所
後援 武蔵野大学 武蔵野キャンパス
共催 三井住友銀行武蔵野支店、一般社団法人全国地域生活支援機構(国・民)

入場無料

古稀「七十五」の由来について。
中国・唐の詩人である杜甫の詩の一句「人生七十古来稀なり」という言葉の由来について。

武蔵野大学しあわせ研究所は、建学の精神である仏教の教えを土台に、超高齢社会における「しあわせ」のあり方を研究しています。

日本だけではなく世界的な課題に関する学際分野である「高齢者学」への挑戦の1つとして、自治体と連携し、高齢者の思いをすることにも、高齢者のプランニングの重要性や課題についての学びと楽しみ、コミュニティでの知恵のつくりの場を提供します。

詳細はコチラ

武蔵野大学

武蔵野大学しあわせ研究所 第2回 高齢者シンポジウム

古稀式

さらなる豊かな人生の門出を祝う会

2023.9.30土
13:30~17:00
(予定)

会場 武蔵野大学 武蔵野キャンパス
(東京都武蔵野市有明町三丁目)

お申込み方法
<https://www.musashino-u.ac.jp/grosode/kokishiki2023.html>
または右のQRコードよりアクセスしてください。

対象 主に70歳以上の方
(ご参加の人数は未定です)

内容 しあわせに生きるための「基調講演」、「各セッション」を開催します。
(詳細は後述のとおりです)

主催 武蔵野大学しあわせ研究所
後援 武蔵野大学 武蔵野キャンパス
共催 三井住友銀行武蔵野支店、一般社団法人全国地域生活支援機構(国・民)

入場無料

古稀「七十五」の由来について。
中国・唐の詩人である杜甫の詩の一句「人生七十古来稀なり」という言葉の由来について。

武蔵野大学しあわせ研究所は、建学の精神である仏教の教えを土台に、超高齢社会における「しあわせ」のあり方を研究しています。

日本だけではなく世界的な課題に関する学際分野である「高齢者学」への挑戦の1つとして、自治体と連携し、高齢者の思いをすることにも、高齢者のプランニングの重要性や課題についての学びと楽しみ、コミュニティでの知恵のつくりの場を提供します。

詳細はコチラ

武蔵野大学

2. 人生の下り坂－現代版隠居のススメ まとめ



■終活の本質は「人生の棚卸し」

■「終活」が済んだら「続活」を

■人生の「下り坂」で転倒しないための「学び」が必要

老後の備え・終活は
「大人の義務教育」「第二の義務教育」

3. 終活とエンディングノート 終活アンケート調査 1 / 3



無印：WEB調査／※郵送調査

No	調査者	調査内容	調査時期	対象者	調査人数
1	ライフメディア	本人の終活・エンディングノート	2014/6	40歳以上の男女	3,494
2	墓石コネクト	本人の終活	2015/9	20代～60代の男女	5,497
3	AmazingLife	本人の終活	2016/3	－	110
4	全国石製品協同組合	本人の終活	2016/11	40代～70代の男女	2,045
5	SBIいきいき少額短期保険	本人の終活	2016/12	保険契約者男女 ※	1,400
6	鎌倉新書	終活に関する親子の意識比較	2017/11	20歳以上の男女	835
7	鎌倉新書	親の終活に関する子の意識	2018/10	40歳以上の男女	548
8	全国石製品協同組合	本人の終活	2018/11	40代～70代の男女	2,370
9	SBIいきいき少額短期保険	本人の終活	2018/12	保険契約者男女 ※	2,225
10	楽天インサイト	本人の終活	2019/4	20代～60代の男女	1,000

3. 終活とエンディングノート 終活アンケート調査 2 / 3



無印：WEB調査／※郵送調査

No	調査者	調査内容	調査時期	対象者	調査人数
11	安心葬儀	親の終活に関する子の意識	2019/10	60代以上の親を持つ男女	428
12	ベンナビ相続	本人の終活	2020/9	15歳以上の男女	1,000
13	NPO法人ら・し・さ	本人の終活	2020/11	20歳以上の男女	3,096
14	ハルメク	本人の終活	2021/3	60～74歳の男女	1,008
15	よりそう	本人の終活	2021/10	20代以上の男女	1,200
16	NTTファイナンス	本人の終活	2021/11	50～80歳の男女	1,089
17	NTTファイナンス	親の終活に関する子の意識	2021/12	35～39歳の男女	1,093
18	安心葬儀	親の終活に関する子の意識	2022/2	60代以上の親を持つ男女	1,003
19	燦ホールディングス	本人の終活	2022/3	40代～70代の男女	1,000
20	MMD研究所・NTTF	終活に関する親子の意識比較	2022/11	子どもがいる高齢者と高齢者の親がいる子ども	1,000

3. 終活とエンディングノート 終活アンケート調査 3 / 3



無印：WEB調査／※郵送調査

No	調査者	調査内容	調査時期	対象者	調査人数
21	ベスト・ファーム	本人の終活	2022/11	20代～80代	206
22	三重平安閣	本人の終活	2022/12	60歳以上の男女	928
23	ベンチャーサポート相続税理士法人	本人の終活	2022/12	介護を受けていない70歳以上の男女	1,021
24	大和ハウス工業	本人の断捨離	2023/1	暮らし情報コム来訪者	437
25	ハルメク	本人の終活	2023/2	50～79歳の男女	2,000
26	クリエイトアソシエ	本人の終活	2023/6	40歳以上の男女	500
27	CONNECT	終活と遺族間トラブル	2023/7	遺族間トラブルを経験者／司法書士・行政書士	1,024

3. 終活とエンディングノート 調査結果から窺えること



■回答者自身に対する主な質問項目

- 終活の認知度や必要性
- 終活の実践の有無や具体的な取組内容
- 終活における不安・気がかりなこと
- 終活の相談者
- 終活の開始時期
- エンディングノートに記載する内容

■親子の意識の相違や親の終活に対する主な質問項目

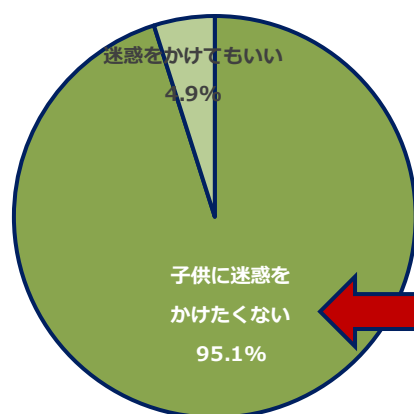
- 親子間のコミュニケーションと話し合いのきっかけ
- 親の終活で取り組んで欲しいこと

3. 終活とエンディングノート 「子供には迷惑をかけたくない」－親子の意識のギャップ

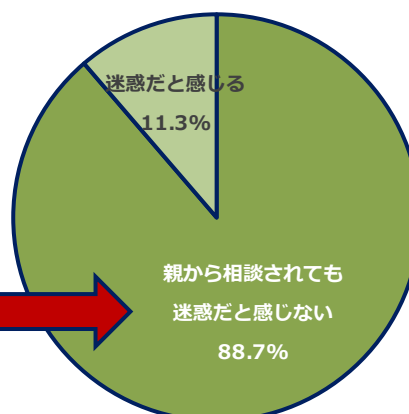


親：老後に関する子への思い（n=496）

子：親の終活に関する親への思い（n=548）



2017年「自身の終活に関する意識調査」



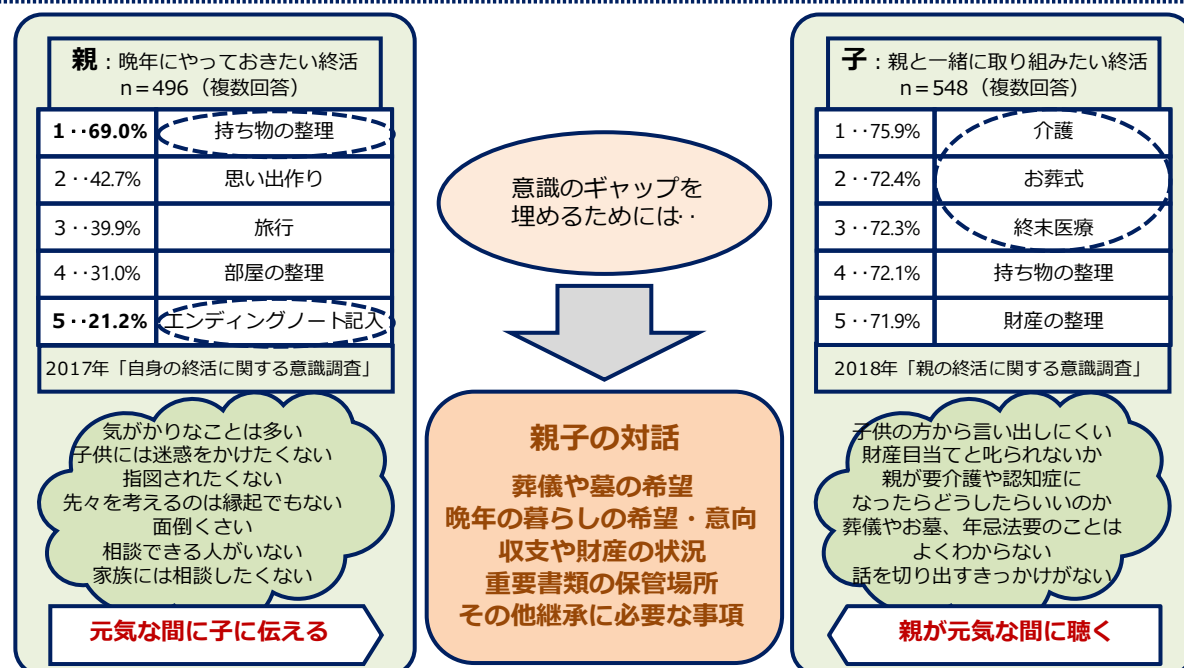
2018年「親の終活に関する意識調査」

2017年調査：20歳以上の全国男女（有効回答＝835人）
2018年調査：実親が存命の40歳以上の全国男女（有効回答＝548人）

親から相談して欲しいと思う子供は
自分から相談したい子供の倍以上いる

3. 終活とエンディングノート

親子共同の終活へ – 対話のある「家族に乾杯」



©一般社団法人全国地域生活支援機構2023

(株)鎌倉新書「親の終活」に関する意識調査（2018年）」より作成

21

3. 終活とエンディングノート

エンディングノートとは



■歴史と意義

- 日本では90年代から登場。
- 人生の終末期に、亡くなった後に備えて自分の希望を記しておくノート。

■内容

分野	記載内容		
パスポート	医療・介護への希望	葬祭関連・死後事務	相続に対する考え
準備	付託手段	自宅・終の棲家	財産目録
緊急時対応	家計収支・日常生活情報	基本属性・医療介護情報	引継情報
終活	思い出	自分史／趣味・暮らし	叶えたい・やりたいこと

©一般社団法人全国地域生活支援機構2023

22

3. 終活とエンディングノート

エンディングノートは2つに分けられる



■目的による区分

① 天国への旅立ち

- a. **遺族への配慮**－財産目録・断捨離・デジタル遺品の整理など
- b. **最終遺志の実現**－葬儀・埋葬など死後の意思表示

② 残りの人生

- a. **現在の状況**－財産状況・家計収支の把握など
- b. **人生の棚卸し**－過去の半生を元に自分らしい暮らしを発見

■記載内容による区分

- ① 事実を記載するもの …①及び②のa
- ② 希望や意思を記載するもの …①及び②のb

3. 終活とエンディングノート

エンディングノート作成の留意点 – 伝わるように書く



■エンディングノート作成の留意点

- 書けるところ・書きやすいところから書く
- 変化があったときに書き換える（定期的な見直しも）
- 情報の時点：直近の情報か、過去も含む情報か
- 時には、家族や友人に相談することも（気づき）

■エンディングノートとは

- 家族に対しては「人生の引継書」
- 支援者に対しては「自己紹介のためのツール」

エンディングノートとは…「私のトリセツ」

3. 終活とエンディングノート

エンディングノートとは - 「私のトリセツ」



■実際にエンディングノートを書いてみましょう

- 「自分がこれまでで最も思い出に残っていること」

- ①

- ②

- ③

- 「自分がこれからやりたいこと」

- ①

- ②

- ③

3. 終活とエンディングノート

まとめ



■「終活」は親の責任、人生の先輩としての最後の教え

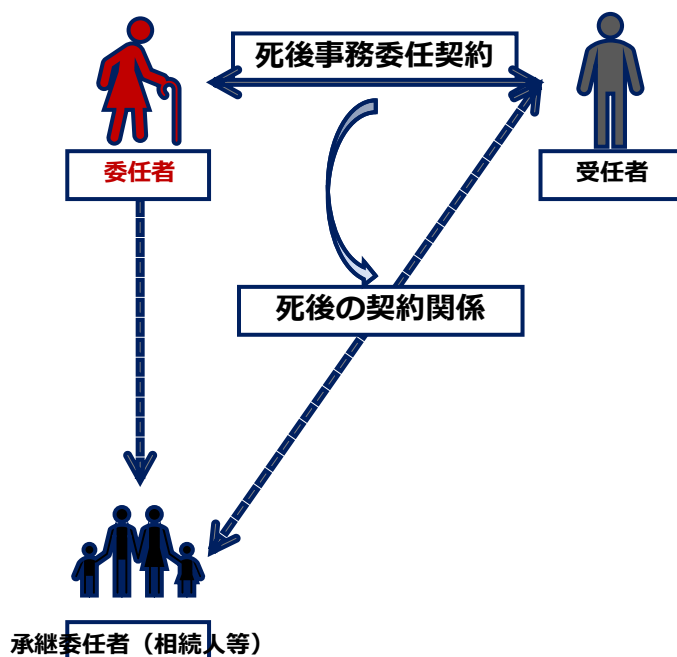
■エンディングノートの本質は、人生の「可視化」

■「書いたら終わり」ではなく、親子や友人と「対話」を

「エンディングノート」は「エバーノート」
「ネバーエンディングノート」にしないこと

4. 死後事務委任

死後事務委任とは – 自分が死んでから始まる契約



■死後事務委任の内容

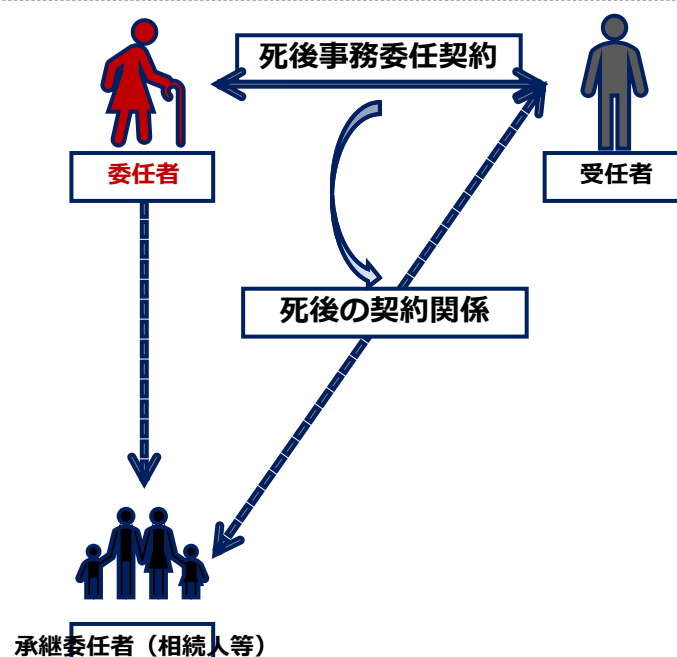
- ご本人と受任者の契約に基づき、本人死亡後の葬儀など死後の事務を委任すること
- 委任事務：葬儀・納骨、行政官庁への届け出、未払債務の支払い、遺品整理等

■契約上の留意点

- 委任者の死を起点とする契約 → 委任者がいなくなる・交代する
- 中途解約時の預り金を巡るトラブルが発生
- 死亡後の受任者の債務不履行リスクがある
- 相続人等がない場合もある
- 相続法との競合・衝突が発生

4. 死後事務委任

死後事務委任とは – 自分が死んでから始まる契約



■死後事務委任の内容

- ご本人と受任者の契約に基づき、本人死亡後の葬儀など死後の事務を委任すること
- 委任事務：葬儀・納骨、行政官庁への届け出、未払債務の支払い、遺品整理等

■契約上の留意点

- 委任者の死を起点とする契約 → 委任者がいなくなる・交代する
- 中途解約時の預り金を巡るトラブルが発生
- 死亡後の受任者の債務不履行リスクがある
- 相続人等がない場合もある
- 相続法との競合・衝突が発生

4. 死後事務委任

委任事務の概要 – 何を頼んでもよいのか？



1. 葬儀・埋葬・納骨・法要

2. 行政機関等への届出・通知

3. 未払債務の支払・未収債権の受取

4. 契約の終了手続き

5. 家財道具処分・遺品整理等

6. 他人への贈与・受任者の報酬支払

7. 遺族等の世話・その他

問題となりうる委任事務の例

- 葬儀：直葬にして欲しい
- 埋葬：海洋散骨にしたい
- 年忌法要：年忌法要をやって欲しい、永代供養にして欲しい
- ペットの世話：愛するペットの世話を頼みたい
- デジタル遺品：SNSのアカウントをそのまま残しておいて欲しい
- 謝礼の支払い：世話になった介助人に謝礼を払って欲しい
- 遺族の世話：障害の子の世話を頼みたい

4. 死後事務委任

死後事務委任を巡るトラブル – 預託金の管理



■冠婚葬祭互助会の消費者トラブル

- 加入契約総数約2,200万件、前受金約2兆5千億円
- 2015年セレマ訴訟、2016年日本セレモニー訴訟
- 高額な解約手数料・約款条項を巡る消費者問題

■日本ライフ協会事件

- 2016年公益財団法人日本ライフ協会が経営破綻
- 契約者数2521人、預託金総額8億円
- 預託金が高額な役員報酬・賃料支払いに流用

4. 死後事務委任 契約上の主な留意点（1）



■費用と報酬の確保

- ①委任者取り置き
 - －遺言の併用・任意後見人等
- ②受任者預託金
 - －分別管理義務が必須
- ③信託契約
 - －法的な安全性では最優位
- ④保険契約
 - －生命保険の生前特約の活用可能性

4. 死後事務委任 契約上の主な留意点（2）



■生前意思の明確化

- 申込書、**意向確認書**、**重要事項説明書**、**支援計画書**、面談記録等の記録保管

■受任者の義務・責任の明確化・強化

- 意向確認義務**、**記録の開示義務**、**預託金の分別管理義務**、**アドバイスや情報提供義務**、**経済合理性の検証**、**対価性の説明義務**

■受任者の監督

- 監督者の設置**、**承継委任者の設置・指定**、**契約譲渡契約（承継委任者を含めた三者間契約）**

4. 死後事務委任 契約上の主な留意点（3）



■契約の変更・解除

- 委任事務ごとに、承継委任者による変更解除の可否と理由の明記**

■遺言との関係

- 遺言なしの場合、法定相続分通り、死後事務受任者と遺言執行者を同一人化、**遺言優先条項**の設置

4. 死後事務委任 まとめ



- おひとり様には必須となる「死後事務委任」と「遺言」
- 受任者との「信頼関係」こそがすべて
- できれば生前中に「準備と契約」を

備えあれば憂いなし－死後事務委任と遺言

ご清聴ありがとうございました。
ご不明の点がございましたら、遠慮なくご連絡ください。



- 氏名：尾川 宏豪（おがわ ひろひで）
- 所属：一般社団法人全国地域生活支援機構（JLSA）副代表理事
：慶應義塾大学 経済学部 経済研究所
：ファイナンシャル・ジェロントロジー研究センター特任講師
：京都府立医科大学 医学部医学科 精神医学教室 客員講師
：武蔵野大学大学院 法学研究科 博士後期課程
- 連絡先：090-8597-0173, ogawa@jlsa-net.or.jp

参考関連書籍

- 『日常生活支援から始まる成年後見事業』（2016年 共著 金融財政事情研究会）
- 『法人後見のてびき』（2017年 共著 日本加除出版）
- 『後見預金』（2018年 単著 金融財政事情研究会）
- 『金融取引における認知症高齢者支援の手引』（2020年 監修共著 全国地方銀行協会）
- 『高齢者との金融取引Q & A 第2版』（共著, 2021年, 金融財政事情研究会）