

2025年  
夏号  
Summer

# お金とくらしの JA通信

＼相続の専門家がお届けします／  
明石シニアコンサルティング  
明石行政書士事務所  
代表 明石 久美  
Akashi Hisami

お金とくらしに役立つトピックスをお届けします。

## 今日から始める「終活」のススメ

©よりぞう



### ● 終活とは

「病気やケガ、判断力の低下、亡くなった時など、万が一の場合に備えて準備をすること」が終活です。主に、①医療や介護、葬儀、墓、所有している財産などに関する「自分の要望や今ある情報の整理」と、②遺言書の作成や相続税対策など「財産に関する対策」があります。

ポイントとなるのは、エンディングノートなどを活用して「自分しか知りえない情報や要望を整理し、残しておく」ということです。

### ● 終活をしなかったら……？

自分で行えなくなったときの財産管理、余命の告知や延命治療などの判断、訃報の連絡、預貯金や有価証券などの財産やパソコン・スマホ内の情報など、多くのことを家族が判断したり調べたりしなければなりません。

自分の考えや要望が正しく家族に伝わらないと、最悪の場合、相続の際に家族でもめること（争族）につながってしまう可能性もあります。

#### 生前整理で 自分の現状を把握

- ・ 自分の資産状況（老後資金など）
- ・ 葬儀の形式
- ・ お墓の場所 など

元気なうちから  
取り組むことで

#### 家族の 負担軽減

#### 自分の考えを 家族と共有 （争族回避）

#### 最期を自分で 決められる

- ・ 医療の希望
- ・ 介護の希望 など



これからの人生を明るく充実したものに！