

選べるプレゼント キャンペーン

抽選で
総計14名様に
当たる!

応募期限：2024年6月19日(水)必着

同封のアンケートハガキにご回答いただいた方の中から抽選で当たる!

映画『お終活 再春! 人生ラブソディ』ペアチケット

ベストファームが公式宣伝アンバサダーを務める映画

「お終活 再春!
人生ラブソディ」
映画ペアチケットプレゼント!

抽選で/
6組
12名様



『お終活』シリーズ第2弾誕生! 【再春】—青春時代の夢に、もう一度、挑戦しよう!
熟年夫婦の悲喜こもごも、親子の葛藤、介護の本音。実力俳優陣による豊かな人間群像劇が痛
快な笑いと胸を熱くする感動を呼び起こす。終活世代にお役立ちの最新情報も満載です。

福島のおいしいお酒 3点セット

福島のおいしいお酒
銘酒3点セット
プレゼント

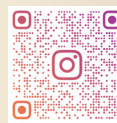
抽選で2名様に当たる!

「酒スーパー」を展開されている須賀川瓦斯(株)様より選りすぐりの福島県の銘酒をプレゼントします。

お酒のことならなんでも「酒スーパー」におまかせ!

人気、定番の銘柄から話題のお酒まで、季節の行事やイベントに応じて幅広い品揃えでお待ちしております。また、
日本屈指の酒処福島地域の酒も数多く取り揃えております。県外の方へのお土産や、大切な方への贈り物
をお考えの際は、是非当店にお立ち寄りくださいませ! 重い荷物も元気なスタッフがお車までお運びいたします。

- ① 会津はまれ 極 純米大吟醸
リンゴや洋ナシを感じるなめらかな香りが
特徴。旨みとやわらかい酸味があり、
スッキリとした喉越しのお酒です。
- ② ブレンデッドウイスキー 山桜 黒ラベル
厳選したウイスキー原酒にグレーンをブレ
ンドしマイルドで口当たりが良く、
飲むほどに楽しい味わいに仕上げました。
- ③ 奥の松 純米吟醸 遊佐
奥の松名杜氏: 殿川慶一が仕込んだ最新酒。
華やかな香りに味わい深い旨味が楽しめる
コスパに優れたお酒です。



協賛
御礼

厳正なる抽選のうえ、商品発送をもって発表とかえさせていただきます。

定期購読のご案内

当季刊誌の定期購読をご希望の方は、氏名・送付先
住所を右記お問い合わせ先までご連絡下さい。

0120-165-246

次号冬号 2024年12月下旬頃お届け

本誌はベストファームにご依頼いただいたお客様や会員様にお送りしております。万が一の送付停止をご希望される方は、
アンケートハガキに記載されているQRコードから解約停止の手続きを行ってください。

2024
初夏号

有資格者がお贈りする“暮らしにいいこと”マガジン

じかくとまる

じかくいい Column

ベストファームグループから専門家ならではの
暮らしに役立つ情報をお届けします。

特集

最低限知っておきたい

小さくはじめるお終活

簡単なことからひとつずつ

終活チェックリスト

ベストファームニュース

映画「お終活 再春! 人生ラブソディ」の
公式宣伝アンバサダーになりました

品質は思いで決まる【ベストファーム】
BEST FIRM





ベストファームグループは、公式宣伝アンバサダーとして、
「お終活 再春!人生ラブソディ」を応援しています!

小さくはじめるお終活

もしものときに、家族や周りの大切な人たちに迷惑をかけないように、
元気なうちにできることを済ませておく… 今や、シニアの新常識といえるのが「終活」です。
エンディングノートを書き始める方や、断捨離をはじめる方など「終活」と一口にいっても、
その内容は十人十色です。今回は、最低限おさえておきたい終活の知識をまとめました。
最低限といっても、やることはたくさんあります。小さなことから構わないので、
できるところからはじめましょう。

はじめての終活 01 …………… お金や財産の知識

自分の財産を把握して整理する

亡くなった後、ご家族（相続人）に引き継がれる財産を把握していますか？
「預金」や「自宅」を思い浮かべると思いますが、実は遺産として引き継がれるものはこんなにあります。

遺産として引き継がれるもの

- ☒ 預金
- ☒ 保険（生命保険、共済保険、損害保険など）
- ☒ 有価証券（株式、投資信託、債権など）
- ☒ 不動産（家、土地）
- ☒ 車
- ☒ 貴金属、美術品、骨董品
- ☒ 家具・家財
- ☒ 債務（クレジットカードの未払い分、ローン、借金など）

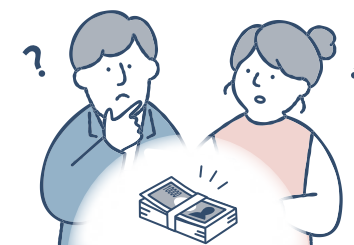
POINT

左記の一覧を参考に
自分の財産を書き出しましょう

書き出したうえで「通帳は引き出しの上から一番目」
「保険関係書類は二番目」「不動産の権利証は三番目」
などと分かりやすく保管。タンス預金はせずに口座に預
け、金庫があれば所在も明確に書き残しておきます。

自宅だけでなく、遠方にある別荘、実家、畑など家族も知らないような不動産があれば漏れなく書き出しておきましょう。
書き出すタイミングで不動産の名義は自分の名義になっているか確認します。先代名義のままだと相続登記の義務を放置している状態
になるので「相続登記」を行いましょう。

CASE STUDY



自分しか知らない財産や
家族に内緒にしている債務はありませんか？

ご家族が相続する際に、もし遺産の調査漏れがあると後述の「遺産分割協議」をやり
直さなくてはなりません。遺産分割協議のやり直しは家族がもめる原因にもなります。
財産をきちんと整理し、所在を一覧にして残しておいてあげることが大切です。
整理できる財産があれば売却などを検討しましょう。

預金口座、有価証券、クレジットカードの整理

不要なら解約！

預金口座

1つの口座にまとめておいた方が相続の手続きの手間が省けます。複数の口座に預金がある場合、主要な口座を残し解約しておきましょう。

遠方に口座があり、解約しにいけない時は近場の銀行（他行でもOK）で「代金取立」を依頼すると解約・残金の送金をしてもらえます。

現金化を検討！

有価証券

相続の際はご家族の間で誰がどの程度の配分で引き継ぐか決めます。株や投資信託、債権は現金化せずにそのまま引き継ぐことができますが、**価値が変動することや配分の決め方が難しいことを考えると現金化しておいた方が無難**かもしれません。現金化しない場合でもスムーズに引き継げるように証券会社の支店名や口座番号などを書き残しておきましょう。

不要なら解約！

クレジットカード

未払いがあれば「マイナスの財産」としてご家族に引き継がれます。ご家族は未払い分を支払ったうえで、カードを解約しないといけません。ゆえに**会社の名前、連絡先、引落口座は記録しておきましょう**。なお判断能力が衰えてしまうとカードを浪費したり、紛失したりする恐れもあるので、解約して枚数を減らしておき、残すカードも限度額を低めに設定しておくことをおすすめします。

はじめての終活 02 …………… お墓と葬儀の知識

家族に任せっきりにしない！ できる限りの幕引きの準備を

「喪主は悲しみに暮れる暇もない」という話をよく聞きますよね。亡くなった後、遺された家族は1週間程の短い時間で葬儀からお墓のことまで決めなくてはなりません。「最後は家族に惜しまれながら温かく見送ってもらえる」と考えていても、見送る家族側は「納骨まで無事に終わられるか」で頭がいっぱい。ある程度準備しておいてあげると、ご家族の気持ちにも余裕が生まれます。

Goal

Step

01

菩提寺と宗派を確認する

葬儀をしようにもそもそも宗派がわからないことも多いです。先祖が眠るお墓があるお寺（菩提寺／ぼだいじ）があれば、宗派を確認して家族に伝えておきましょう。

Step

02

葬儀に呼ぶ人の連絡リストを作成

家族は誰を葬儀に呼ぶのか、どうやって連絡をとるかで困ります。葬儀に参列してほしい人がわかるように名前と連絡先のリストを作っておきましょう。**ポイントは「元同僚」「同級生」など関係まで記載すること。**関係が分らないと連絡先が分かっても連絡しづらいです。親戚を葬儀に呼ばないとあとから「なぜ呼ばなかったんだ」と言われることもあるので、遠い親戚も全員リストに入れておいた方が確実です。

Step

03

希望する葬儀内容は具体的に伝えよう

「私の葬儀は身内だけでひっそりやりたい」「派手でなくていいからね」と何となく口頭で意向を伝える方は非常に多いです。希望があいまいだとご家族はどのような葬儀にすれば…と悩んでしまいます。身内とは誰なのか、何人呼ぶのか、家族葬か一般葬か、菩提寺はどこかなどはしっかり伝えておきます。

なお、近年は音楽好きの人を生演奏や好きな音楽で見送る音楽葬（自由葬）も登場。理想の葬儀を決めるだけでなく、葬儀を実現できる**葬儀社まで決めておく**と**家族の対応がスムーズになります。**

最後は「先祖代々のお墓に入る」…だけではない！ 自分らしく旅立つ準備をする

「お墓は「祭祀財産（さいしざいさん）」と呼ばれ、基本的にはご家族といった「祭祀承継者」が引き継ぎます。まずはご家族にお墓を引き継げるか相談しましょう。誰も継げない場合やおひとり様の場合は「墓じまい」をして、お墓の中の遺骨については永代供養を検討しましょう。

CASE STUDY

納骨堂・樹木葬・海洋散骨… 多様化する供養

近年では供養のされ方も多様化。納骨堂（ロッカー式など屋内施設で保管）や樹木葬（樹木の下に埋葬）、海洋散骨、宇宙葬（遺灰をカプセルに入れてロケット発射時に宇宙に打上げ）などがあります。選択肢はお墓に入るだけではないので、自分の理想に近いものを選んで希望を家族に伝えてみてはいかがでしょうか。



POINT

まずはお墓のあるお寺や霊園に相談 墓じまい施工の相談先は葬儀社や石材店

墓じまいは今あるお墓を解体、撤去することなので、自己判断で決めず、ご家族とよく話し合いましょう。自分は「次の世代に管理の手間を押し付けたくない」と思っているかも知れませんが、**なお、墓じまい後に永代供養となると最終的には他の遺骨と一緒に合祀（合祀墓・合葬墓への改装）となる場合があります、遺骨の取り出しができなくなります。**

はじめての終活 03 …………… 亡くなった後の手続きの知識

証書類の保管場所を家族に伝えておく

ご家族は葬儀と同時並行で死亡届の提出や健康保険資格喪失の手続き、年金受給停止手続きなどの手続きを進めます。手続きには期限があり、ご家族は対応に追われます。書類の所在が分からずに大慌てで探すことも。**必要な証書類はご家族に「探させない」ことを意識します。**保管場所を伝えておくと、ご家族はスムーズに対応できます。

亡くなった後に必要になる手続き

● 年金証書	・年金受給停止手続き ・未支給年金の請求 ・遺族年金の請求
● 健康保険証	・健康保険資格喪失の手続き（返却手続き）
● 介護保険証（要介護認定を受けた場合）	・介護保険の資格喪失の手続き（返却手続き）
● 免許証	・返納手続き
● パスポート	・返納手続き

※マイナンバーカード、マイナンバー通知カード、住民基本台帳カードの返却は必要ありません

公共料金など各種契約をリストアップする

以下は死後に解約の手続きが必要になります。契約しているサービスがあれば、ご家族がわかるようにしておきましょう。

死後に手続きが必要なもの



電気・ガス・水道



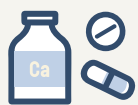
インターネット



携帯電話



自宅の固定電話



サプリなどの定期購入



雑誌などの定期購読



動画配信サービス



SNSのアカウント

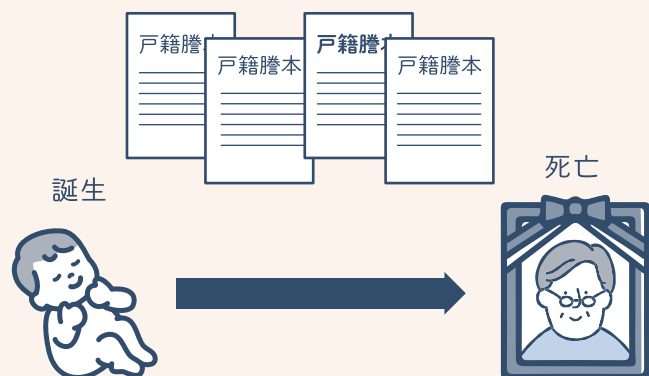
POINT

サービス名、料金の引き落とし口座・支払い用のクレジットカード、解約時の連絡先などをどこかに記載しておくのがベストです

はじめての終活 04 …………… 相続の知識

出生からの戸籍謄本を集めておく

相続の手続きにはあなたの「出生から死亡までのすべての戸籍謄本」の取り寄せが必要です。亡くなったときの本籍地から遡り、過去に本籍のあった各自治体に問い合わせて戸籍を取り寄せなくてはなりません。あまりの大変さに「家族に最も面倒をかける手続き」といわれることも…。戸籍謄本に有効期限はないので事前に集めておきます。



POINT

死後に最新の戸籍謄本だけは取得していただくようお願いします

相続発生後には死亡の記載がある戸籍が必要となるので、ご家族には死後に最新の戸籍謄本だけは取得していただくようお願いします。また書類の提出先によっては「死亡日以後に取得された書類でない」と受け付けられないという独自ルールがある場合があることを伝えておきましょう。

遺言で遺産の分け方を決めておく

遺産はご家族が「相続人」として引き継ぎます。遺産の分け方を決めないまま亡くなると、相続人全員で話し合いをして遺産の分け方を決めることになります（遺産分割協議）。円満に決着が付けば何も問題はありますが、ドラマのように遺産を巡ってもめることは実はよくあるのです。

CASE STUDY

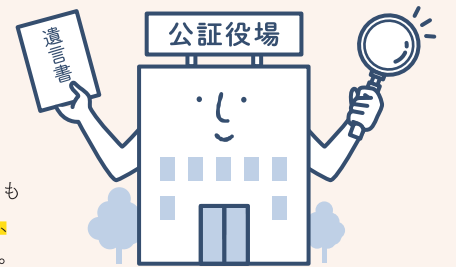
遺言を作成したこと(遺言の有無)をご家族に知らせましょう

遺産の分け方を書き残した「遺言書」があれば、法的に「遺言者の意思」が最優先となるので話し合いは不要。相続人たちは遺言書の内容に基づいて分け合います。遺言書は「自筆証書遺言」といって本人が直筆で配分を書き残すことができます。手軽に作れて費用がほとんどかからない一方で、紛失や改ざんの恐れがあるのが欠点。また、先述の通り遺言が最優先になるので、後から遺言が見つかったと相続の手続きをやり直さなくてはなりません。

POINT

自筆証書遺言ではなく、「公正証書遺言」がおすすめ

公正証書遺言とはお近くの「公正役場（法務省管轄の役所、市役所ではない）」で公証人に作成してもらう遺言です。手数料が数万円かかり、証人が2名必要ですが、**公正役場で厳重に保管されるため、紛失や改ざんの心配はありません。**遺言検索システムがあるのでご家族が遺言を見つけやすいです。



相続税対策をする

ご家族が遺産を引き継ぐ際に発生する「相続税」の税率は、10～55%と高めに設定されています。さらに相続税の課税対象となる遺産は現金だけではなく、不動産なども含まれるため、相続税の納付額が高額になることがあります。それにもかかわらず、**現金一括納付が原則**となっており、納付時の負担が大きい税金の代表格といえます。相続財産が不動産ばかりで現金が少ない場合など、納付に必要な現金の用意に苦労するケースもあります。

代表的な相続税対策

01



生前贈与する

生前贈与とは元気なうちにご家族に財産を引き継いでおくことです。その際は「**相続時精算課税制度**」や「**暦年贈与**」を利用します。

02



祭祀財産を購入する

お墓や仏具のような**祭祀財産**は**相続税の課税対象外**となるので、生前に購入しておきましょう。

03



死亡保険に加入する

死亡保険金にも相続税はかかりますが、非課税枠(基礎控除)があります。加入しておけば、現金や預金としてそのまま相続させるよりも**相続税を減額**できます。

POINT

財産が多い方、相続人が少ない方は、ご家族のためにも**相続税の対策をおすすめします**

相続税対策についてわからないことがあれば「税理士」に相談しましょう。

終活関連サービス

人生100年時代が現実のものとなった昨今、高齢者が生活していくためのサービスや終活のサービスを提供する事業者が増えています。自力でできることには限界があるので、サービスを利用して賢く終活をしましょう。いくつか代表的なサービスをご紹介します。

Q 急な体調不良や事故などに備えておきたい！

A

安否確認サービスがあります

訪問型…サービス提供社の社員が契約者の自宅などに来てくれます。郵便局のみまもりサービス、ヤクルト届けてネットなど
通報型…異常時にボタンを押すだけで担当者が駆けつけてくれるサービス。
アルソックみまもりサポート、ココセコムなど。



Q 免許を返納した後の交通手段はどうしよう！

A

シニアカーはどうでしょうか

シニアカーは最高時速6km/hほどしか出ないないので、歩行者と同じ扱いで、免許も要りません。

「SUZUKI」、「WHILL」などから発売されています。



Q 食事の量が減った、食事の準備が難しい！

A

宅食・配食サービスをご検討ください

民間だけでなく、お住まいの地域によっては行政が宅食・配食サービスを提供しています。

民間サービスには「ワタミの宅食」や生協の「コープデリ」など。



Q 遺言書を作って、自分が死んだ後に家族がもめないようにしておきたい！

A

遺言書をチェックしてもらいましょう

「公証役場」や「法テラス」などで相談ができます。作った遺言書は最寄りの「法務局」で預かってもらうことができます。ただ、遺言内容については税理士、司法書士、行政書士などの士業に相談に従う必要がありますし、書いた内容で自分が意図した効力を発揮できるかを専門家にチェックしてもらった方が良いでしょう。



Q 相続税はものすごく高いと聞いたが、何か対策はないか？

A

税理士に相談しましょう

相続税は財産が多い人ほど大きな負担になります。また一括納付が原則なので、まとまった現金が必要です。相続税を生前の工夫で少しでも節約できないか？とお考えなら、とにかく税理士に相談しましょう。



Q 家族に葬儀代の負担をかけたくない！

A

「葬儀保険」という葬儀費用を準備する死亡保険があります

掛け捨てですが、保険料が割安です。また、葬儀社の「互助会」に加入するという方法もあります。葬儀社の互助会は、毎月一定額を積み立てて、将来の葬儀費用を準備するシステムです。互助会がある「葬儀社」に相談してみましょう。



Q 自分が死んだ後、愛するペットが心配

A

「ペット信託」があります

飼い主が亡くなった後もペットが安心して暮らせるように、財産を信託してペットの飼育費用を遺す仕組みです。予め信頼できる人や団体にペットを託す約束をして、ペットを飼育できなくなったときはその財産から飼育費用を支払うことによって、飼い主が死んだ後もペットが生きていけるようにしておく仕組みです。



Q 自分の死後を託せる人がいない！

A

死後事務委任契約をご検討ください

「死後事務委任契約」なら、葬儀・納骨、行政手続き、病院代や施設などの支払い、公共料金やカード会社の支払い・解約、車の名義変更や廃車、遺品の整理などを一括して誰かに託すことができます。司法書士や行政書士などの士業が代行してくれます。



ここまでの記事の内容をふまえた、終活のやることチェックリストを作りました。あくまで簡易的なものですが、それでもやることはたくさんあります。全部埋めることを目標にするのではなく、小さなことから始めて徐々に埋めていきましょう。ある程度埋めることができれば、このページを切り離して保管しておいてください。

終活チェックリスト

【身辺整理】

- ☐ 捨ててよいものを捨てる（価値あるものは売却やリサイクルショップへ）
- ☐ 年賀状じまい（翌年以降の年賀状を辞めること）をしておく
- ☐ 免許やパスポートの返納を済ませる
- ☐ マイナンバーカードや年金手帳などをまとめておく（場所：_____）
- ☐ iPhoneの場合は、AppleIDの故人アカウント管理連絡先を追加しておく
- ☐ 不要な定期購入サービスの解約

残すサービスは下記にまとめる 定期購入サービスの利用状況（サービス名・アカウント・引き落とし先・金額など）

【財産とお金の整理】

- ☐ 自宅の不動産の名義は自分の名義になっているか確認する
- ☐ 故人の名義のままとなっている場合は必ず相続登記をする
- ☐ 不動産の権利書などの重要書類をまとめておく
- ☐ 不要な銀行口座やクレジットカードを解約する

不動産の情報を下記にまとめておく

残す口座やカードの情報を下記にまとめておく

口座がある金融機関（支店名・口座番号など）

クレジットカード（会社名・引き落とし先など）

保険の情報をまとめておく 保険の加入状況（保険会社名・種類・保険証券番号・契約者・被保険者）

老後にかかる 不安や悩み ご相談ください

ベストファームグループには司法書士や行政書士、税理士などの専門家が在籍。
終活に関してご相談いただければ窓口一本で各専門家と弊社スタッフが連携し、
みなさんの終活を包括的に支援いたします。

グループ全体
相談実績
82,000件
以上

※2005年1月～2023年12月までの
グループ全体のお問合せ実績

終活でお悩みなら、ベストファームグループにご相談ください

遺言書作成や相続税対策など、終活には法律が関わってくるので難易度が高く、法律の専門家に相談・依頼した方が確実です。

..... ベストファームが協力できること

遺言書作成

相続税対策

死後事務委任契約

ベストファームでは、専門家が様々なご相談に親身にご対応いたします。



東京本店
〒103-0027
東京都中央区日本橋三丁目12番2号
朝日ビルディング3F
Tel.03-6261-0158 / Fax.03-6261-0159

司法書士 行政書士 社会保険労務士
宅地建物取引士



いわき店
〒970-8026
福島県いわき市平字童子町4番地13
Tel.0246-35-6233 / Fax.0246-35-6234

司法書士 行政書士 土地家屋調査士
税理士 宅地建物取引士



郡山店
〒963-0107
福島県郡山市安積三丁目101番地
Tel.024-937-3060 / Fax.024-937-3061

司法書士 行政書士 土地家屋調査士
税理士 宅地建物取引士



石川店
〒963-7836
福島県石川郡石川町塩沢字広畑44番地1
Tel.0247-26-7320 / Fax.0247-26-7325

司法書士 行政書士



福島店
〒960-8018
福島県福島市松木町9番11号
松木町共栄ビル4F
Tel.024-529-5961 / Fax.024-529-5962

行政書士



白河店
〒961-0856
福島県白河市新白河一丁目36番地
エスプランサY102号室
Tel.0248-21-7181 / Fax.0248-21-7182

行政書士



南相馬店
〒975-0004
福島県南相馬市原町区旭町一丁目10番地
Tel.0244-32-0901 / Fax.0244-32-0902

行政書士



会津若松店
〒965-0037
福島県会津若松市中央一丁目4番15号
中央通りビル
Tel.0242-23-7961 / Fax.0242-23-7962

行政書士

品質は思いで決まる[ベストファーム]

BEST FIRM



詳しくはベストファームグループ総合受付フリーダイヤルへ

0120-165-246

電話受付時間
9時～19時
(日曜定休)

□ ベストファーム司法書士法人
□ ベストファーム税理士法人
□ ベストファーム社会保険労務士法人

□ ベストファーム行政書士法人
□ ベストファーム土地家屋調査士法人
□ 比佐善宣公認会計士事務所

□ BF・H株式会社
□ ベストファームエステート株式会社
□ 一般社団法人 東京シルバーライフ協会

□ ベストファーム株式会社
□ ベストファームモーゲージ株式会社
□ 一般社団法人 全国シルバーライフ保証協会

金融資産についてまとめておく その他株や証券などの金融資産の保有状況（金融機関・支店名・口座番号など）

使用している決済サービスをまとめておく 決済サービス（PayPayなど）の利用状況（サービス名・アカウント名・パスワードなど）

【入院・終末期について】

☐ 入院に備えて入院セットを用意する ☐ 延命治療に対する自分の考えをまとめる

延命治療 ☐ 希望する ☐ 希望しない ☐ 緩和治療を望む
余命や病名を ☐ 知りたい ☐ 知りたくない

【葬儀とお墓について】

- ☐ 葬儀費用を準備しておく（葬儀保険や互助会、葬儀の予約など）
☐ 喪主をお願いしたい人を決める（喪主：）
☐ 遺影用の写真を決める（保管場所：）
☐ 葬儀の希望をまとめる（家族葬、一日葬、直葬など）
☐ 先祖の墓に入るか墓じまいするか決める（墓の場所：）
☐ 墓じまいしてお墓がない場合は、埋葬方法の希望を決める
☐ 入るお墓がある場合は、宗教・宗派・菩提寺を下記にまとめておく

宗教・宗派・菩提寺の連絡先など

【死後の手続きの準備】

- ☐ 自分の訃報を伝える連絡先リストを用意する
☐ 戸籍情報をひとまとめにしておく
☐ 遺言書の準備をする（作成日： 年 月 日 保管場所：）

キリトリ線