

# 桜縁の終活入門セミナーへようこそ



- ▶ まずは終活チェック（葬儀編から）
- ▶ こちらはテストではないので、
- ▶ 気楽に挑戦してみてください！

# 終活チェック（葬儀編）



1.以下の単語で知ってるものはありますか？

1.密葬

6.庭飾り

11.司式者

2.後飾り祭壇

7.枕花

12.脚絆

3.湯灌

8.手桶

13.施主

4.経帷子

9.通夜振舞い

14.四つ切り・半切

5.エンバーミング

10.直会

15.会葬御礼品

1.以下の単語で知ってるものはありますか？

- |     |            |   |
|-----|------------|---|
| ( ) | 1.密葬       | * 大規模な葬儀（本葬）を行う前に、小規模で家族や近しい方々で行う形式の葬儀  |
| ( ) | 2.後飾り祭壇    | * ご遺骨を安置する祭壇のことを指します。別名で、自宅飾り、中陰壇（ちゅういんだん）とも言います。後飾りは葬儀後、自宅に弔問に来た方にお参りをさせていただくために必要なものです。                   |
| ( ) | 3.湯灌       | * 湯灌は納棺の前に、ぬるま湯で故人を拭き清めること。故人のこの世での穢れなどを洗い流す、靈魂を復活させるという呪術的な意味も   |
| ( ) | 4.経帷子      | * 仏式で死者を葬る時、死者に着せる白い着物。   |
| ( ) | 5.エンバーミング  | * 遺体を消毒や保存処理、また必要に応じて修復することで長期保存を可能にする技法。日本語では遺体衛生保全という。遺体から感染症が蔓延することを防止する目的もある。                           |
| ( ) | 6.庭飾り      | * 葬儀の式場の入口玄関・看板・通路などを花や草木で飾る装飾  |
| ( ) | 7.枕花       | * 故人の枕辺に供えるお花です   |
| ( ) | 8.手桶       | * 取っ手のついている桶。墓地で水をくみ置いたり運んだりするときに用いる。   |
| ( ) | 9.通夜振舞い    | * 故人との最後のお別れをするお通夜の後で振る舞われる食事会のことです。<br>現在もその名残から、故人を偲んで皆で思い出話しをしながら食事をしたり酒を飲むのが一般的で、故人への供養やお清め、遺族から弔問客へのお礼 |
| ( ) | 10.直会      | * 神事の最後に神饌としてお供えしたものをおろし、参加者でいただくという行事です。<br>最近では神葬祭のお通夜振舞いを直会と呼ぶケースも多いです。                                  |
| ( ) | 11.司式者     | 式を執り行う人のこと。結婚・葬儀などの式をつかさどること。   |
| ( ) | 12.脚絆      | * 仏式の旅支度の中でもちいる歩行の便のため、すねに巻いてまとうもの。   |
| ( ) | 13.施主      | * 法事・供養(くよう)をする主人役の人。特に資金を出す注文主   |
| ( ) | 14.四つ切り・半切 | * 葬儀や法要時に祭壇に飾るご遺影のサイズ   |
| ( ) | 15.会葬御礼品   | * 会葬御礼は、通夜や葬儀に参列した方にお渡しする返礼品のこと   |



# 終活チェック（葬儀編）



2.どのくらいの平均単価だと思  
いますか

1.御寝棺	¥	～
2.御遺体保管1日あたり	¥	～
3.搬送費用	¥	～
4.エンバーミング	¥	～
5.通夜振舞いのお寿司（3人盛り；松竹梅の竹レベル）	¥	～



2.どのくらいの単価だと思いますか



1.御寝棺	¥	¥30,000	~	¥1,200,000
2.御遺体保管1日あたり	¥	¥15,000	~	¥20,000
3.搬送費用	¥	¥25,000	~	¥300,000
4.エンバーミング	¥	¥270,000	~	¥350,000
5.通夜振舞いのお寿司（3人盛り；松竹梅の竹レベル）	¥	¥5,000	~	¥10,000





# 終活チェック（葬儀編）



4.○か×で教えてください

- |                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| 1.亡くなった故人様を自家用車で自宅に連れて帰る             | ( ) |
| 2.死亡診断書の原本を紛失したのでコピーを区役所に提出すれば良い     | ( ) |
| 3.海外に孫が旅行に行っているのですが、火葬は2週間後にしたいが可能か？ | ( ) |
| 4.お気に入りのゴルフウェアと大好きな音楽のCDとワインを棺に入れたい  | ( ) |
| 5.自宅が団地の4階でエレベーターがないけど故人を連れて帰りた      | ( ) |



4.○か×で教えてください

1.亡くなった故人様を自家用車で自宅に連れて帰る

(○)

\*死亡診断書を同行者が携行すれば可能です

2.死亡診断書の原本を紛失したのでコピーを区役所に提出すれば良い

( )

\*原本以外は受理されません

3.海外に孫が旅行に行っているのに、火葬は2週間後にしたいが可能か？

(○)

\*エンバーミング処置により可能

4.お気に入りのゴルフウェアと大好きな音楽のCDとワインを棺に入れたい

(○)

\*スチール・カーボン・ガラス・その他特殊な素材以外のものは大丈夫です。ワインは容器をプラスチックなどに移し替えれば大丈夫です。

5.自宅が団地の4階でエレベーターがないけど故人を連れて帰りたい

(○)

\*搬送に費用は要する場合がありますが、大丈夫です。



# 桜縁の終活

終活で安心のセカンドライフ

# 目次

- ・ 講師紹介
- ・ 終活とは
- 第1章 介護についてのお話（認知症について）
- 第2章 葬儀について
- 第3章 供養と埋葬
- 第4章 相続と諸手続き
- 第5章 保険や終活のための資産作り
- 第6章 遺品・生前整理
- 第7章 終活色々
- 第8章 最後に

# 1.講師：桜縁株式会社 代表取締役 渡邊和則

1993年大学卒業

1993年大手飲食店勤務

1996年大手宅配ピザチェーン

2001年飲食店の起業開業を目指すが断念

2004年＊葬儀社勤務

2009年1級葬祭ディレクター取得

2014年＊介護領域特化型の派遣・紹介事業の事業責任者

2019年桜縁株式会社 創業

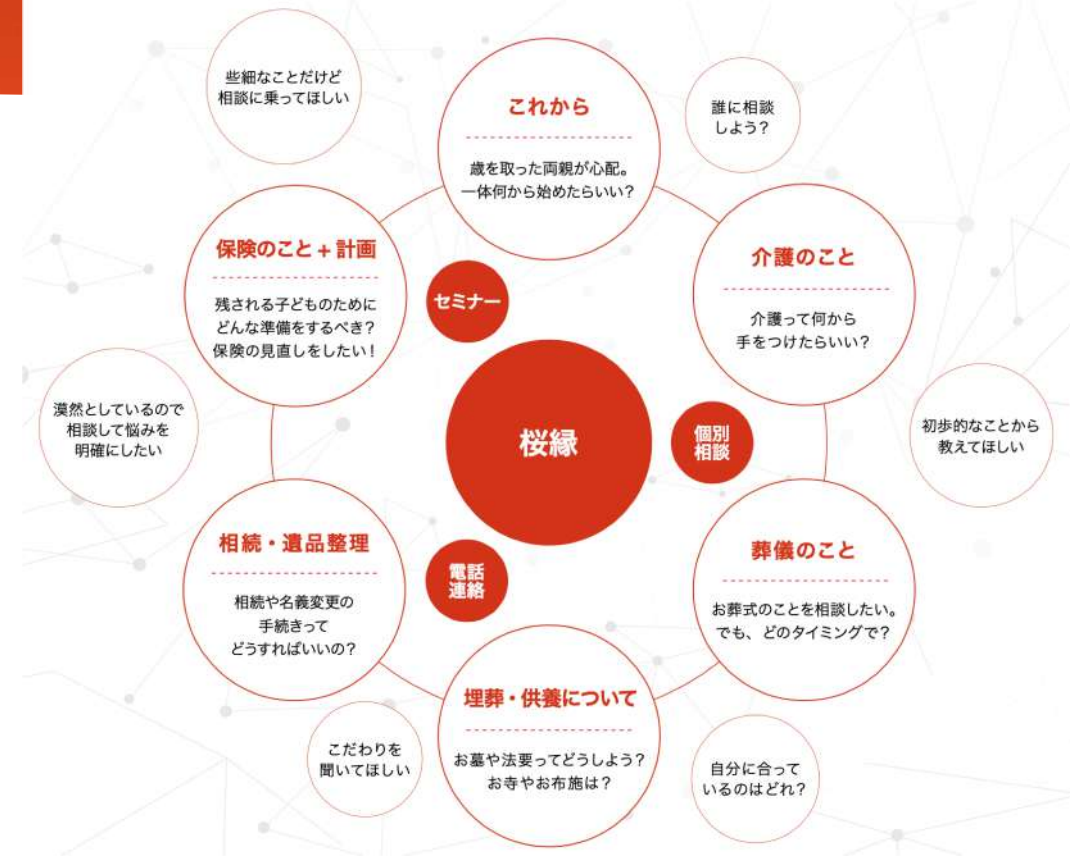
＊終活、就活、ライフサポート全般のコンシェルジュ機能を持つ事業運営を目指し起業





## 2.桜縁の考える終活のお手伝い

桜縁のサポートする終活は、介護・葬儀・埋葬・供養・相続・遺品整理・保険などそれぞれのカテゴリで起きる問題や悩みに対してワンストップでニーズの解決に近い専門の会社を提案することができます。弊社と契約している会社ではなくても実費で相談を請け負うので、終活全体の相談から各カテゴリのご相談までお気軽にお問い合せください。



### 3.終活とは

人生100年時代。  
転職後のセカンドライフ、  
子育てが一段落したセカンドライフ  
定年後のセカンドライフ  
様々な捉え方があります。  
そんなセカンドライフの先に、  
サードライフともいうべき、  
介護から始まる終活があります。  
そんな終活全体を一緒に考えていきましょう。



## 4.コロナ禍では

これまでの家族の在り方、  
家族や親戚・友人・知人との関係性  
関わり方も大きく変化してきました。

気軽に会う、訪問するのが憚られる時代  
意思の疎通が困難な時代になってきました。

オンラインや通信ツールは発達してきて  
終活にまつわる話をオンラインではなかなか  
話づらいものです。

だからこそ、それぞれの世代で当事者として  
準備することが大切です。

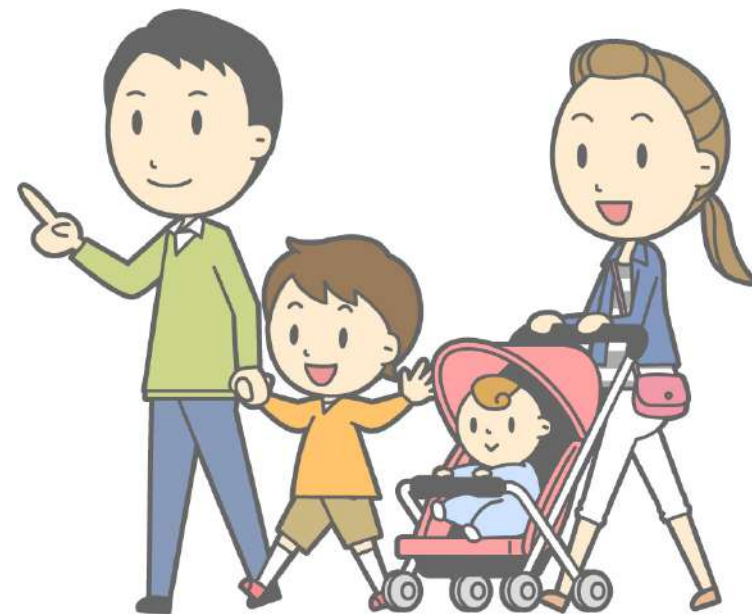


## 5.終活の当事者が実は・・・

終活は60代以上のもの・・・  
これは誤った認識です。  
介護から始まる終活の主役・当事者は  
実は20～50代の働き盛りの現役世代が  
中心なんです!?

何故か？

認知症や要介護状態になると、  
本人にできることが著しく減ってしまい  
お子様たちに委ねられるからです。



## 6.だからこそ・・・

親だけで・・・  
子供だけで・・・  
ではなく、親子でしっかり相談し合い、  
孫・曾孫の世代に良い遺産・資産を  
継承していきましょう。



# 第1章 介護についてのお話





# 1-1.平均余命と寿命

表1 主な年齢の平均余命

(単位:年)

年齢	男			女		
	平成29年	平成28年	前年との差	平成29年	平成28年	前年との差
0歳	81.09	80.98	0.11	87.26	87.14	0.13
5	76.30	76.20	0.11	82.48	82.37	0.11
10	71.33	71.23	0.11	77.50	77.39	0.11
15	66.37	66.26	0.11	72.52	72.42	0.11
20	61.45	61.34	0.11	67.57	67.46	0.11
25	56.59	56.49	0.11	62.63	62.53	0.10
30	51.73	51.63	0.10	57.70	57.61	0.10
35	46.88	46.78	0.10	52.79	52.69	0.10
40	42.05	41.96	0.09	47.90	47.82	0.09
45	37.28	37.20	0.09	43.06	42.98	0.08
50	32.61	32.54	0.07	38.29	38.21	0.08
55	28.08	28.02	0.06	33.59	33.53	0.07
60	23.72	23.67	0.04	28.97	28.91	0.06
65	19.57	19.55	0.02	24.43	24.38	0.05
70	15.73	15.72	0.01	20.03	19.98	0.04
75	12.18	12.14	0.03	15.79	15.76	0.03
80	8.95	8.92	0.03	11.84	11.82	0.02
85	6.26	6.27	△ 0.01	8.39	8.39	△ 0.00
90	4.25	4.28	△ 0.03	5.61	5.62	△ 0.00

表2 平均寿命の年次推移

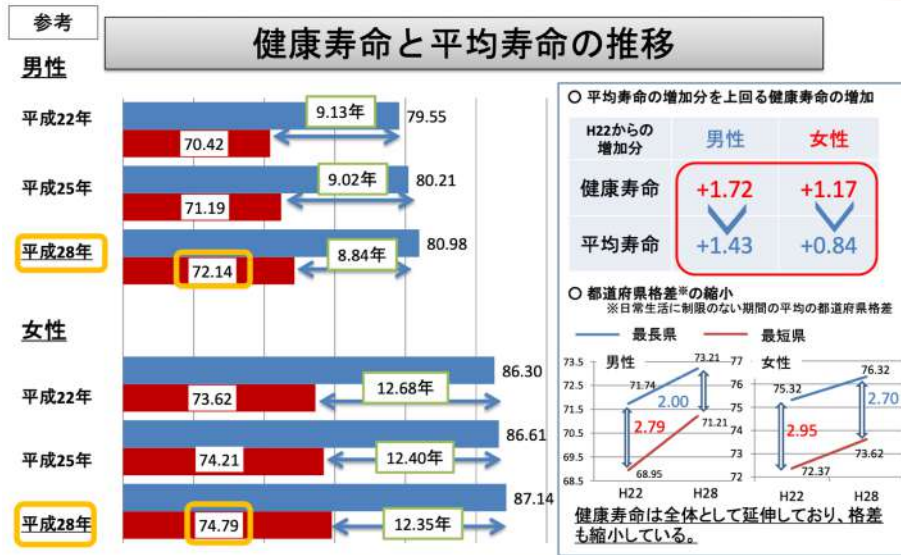
(単位:年)

和暦	男	女	男女差
昭和22年	50.06	53.96	3.90
25-27	59.57	62.97	3.40
30	63.60	67.75	4.15
35	65.32	70.19	4.87
40	67.74	72.92	5.18
45	69.31	74.66	5.35
50	71.73	76.89	5.16
55	73.35	78.76	5.41
60	74.78	80.48	5.70
平成2	75.92	81.90	5.98
7	76.38	82.85	6.47
12	77.72	84.60	6.88
17	78.56	85.52	6.96
22	79.55	86.30	6.75
27	80.75	86.99	6.24
28	80.98	87.14	6.16
29	81.09	87.26	6.17

注:1)平成27年以前は完全生命表による。  
2)昭和45年以前は、沖縄県を除く値である。



# 1-2.最新の平均寿命と健康寿命



※ 厚生労働科学研究費補助金「健康寿命及び地域格差の要因分析と健康増進対策の効果検証に関する研究(研究代表者辻一部)」において算出。  
 ※ 平成28年(2016)調査では熊本県は震災の影響で調査なし。  
 ※ 健康寿命を用いたその他の主な政府指標  
 ・健康日本21(第二次)の目標:平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加(平成34年度)  
 ・日本再興戦略及び健康・医療戦略の目標:「2020年までに国民の健康寿命を1歳以上延伸」  
 ・一徳総活躍プランの指標:「平均寿命を上回る健康寿命の延伸加速を実現し、2025年までに健康寿命を2歳以上延伸」

【資料】  
 ○平均寿命:厚生労働省「平成22年完全寿命表」「平成25年簡易寿命表」「平成28年簡易寿命表」  
 ○健康寿命:厚生労働省「平成22年/平成25年/平成28年人口動態統計」  
 厚生労働省「平成22年/平成25年/平成28年国民生活基礎調査」  
 総務省「平成22年/平成25年/平成28年推計人口」  
 より算出





## 1-3. 平均寿命－健康寿命＝家族が行う終活期間

平均寿命から健康寿命の間には

- ・ 老化による生活の支障
- ・ 闘病＝通院・入院・付き添い・お見舞い

生活支援

- ・ 認知症＝生活全般の支援



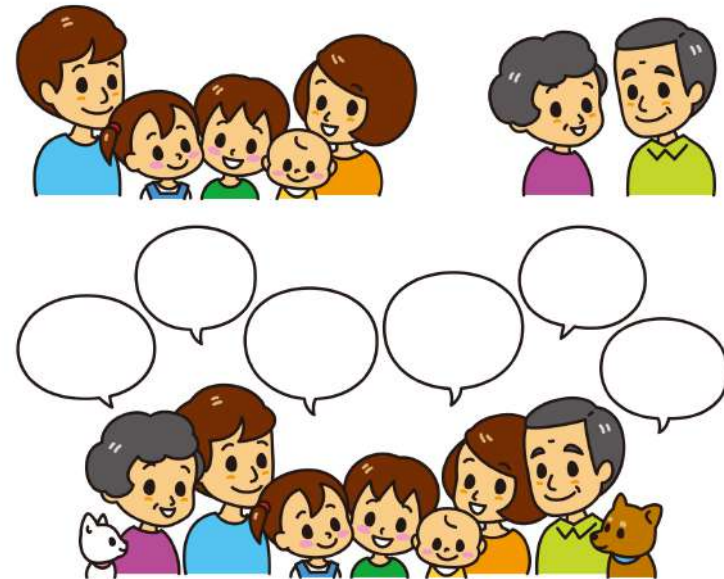
## 1-4.健康寿命を考えて

その環境でどんな健康寿命のための活動ができるのか？そうした日々の積み重ねが豊かなセカンドライフには欠かせません。ただし、全てを満たすことはなかなか難しい選択ですので、折り合いをつけて考えることが大切です。

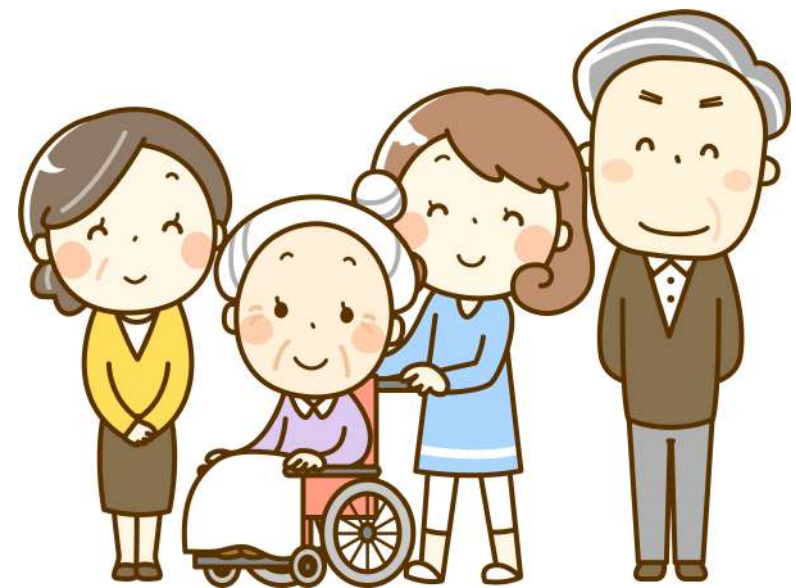
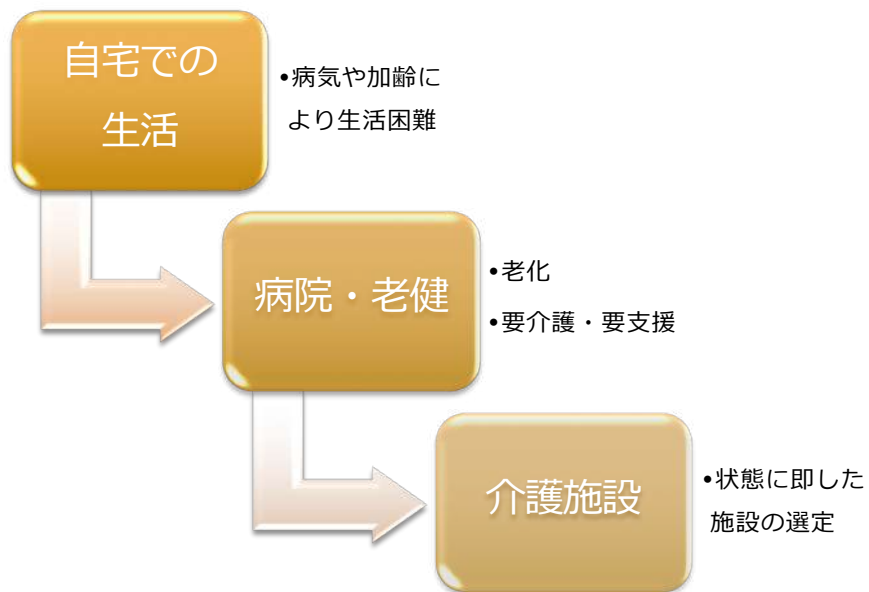


# 1-5.終活は高齢者のものじゃない！

両親が60代以上の30~50代の世代こそ  
終活の当事者です！  
60代以上の方々も、子供や孫たちに迷惑を  
かけたくない！そんな想いは大事ですが  
必ず手間はかけてしまいます。  
話辛かったり面倒でも事前に  
様々な準備を進めましょう。



# 1-6. 要介護・要支援・加齢による老化



## 1-7.介護の入門

老化・病気などで生活に支障が出る前に  
まずは市役所・区役所の福祉窓口へ相談し  
介護の相談窓口を確認しましょう。

要支援→官公庁の福祉窓口

要介護→地域包括センター



## 1-8.介護生活の原則は

介護の生活の原則は、

『生産活動に支障を及ぼさない!』

\*お子さん、連れ合い、どなたかの生産活動を侵食してしまうと、介護者が介護状態に陥った時、どうなりますか？

ライフサイクルが変わるのは仕方ないですが“生産活動（労働・収入）”を侵害しない計画を立てましょう。



## 1-9.認知症

2025年には高齢者の20%が認知症という予測が発表されています。  
未病の認知症含めると更にその比率は高くなると想定されます。  
認知症は不治の病と言えます。  
常識的判断がままなりません。  
日常生活に支障が出たら、家族で抱えすぎず適切な環境下での生活こそが、  
本人・家族・周囲のために必要な判断になります。





## 1-10.認知症を恐れない・ごまかさない

認知症は現在特効薬も治療法も確立していません。

- ・物忘れが激しくなった
- ・言われてることがわからなくなった
- ・今までできていたことができなくなった
- ・名前・名称・言葉が出てこなくなった
- ・つまづきやすい、転び易い
- ・感情の起伏が激しくなった。
- ・感情の起伏がなくなった

そんな行動・言動が思い当たるときは  
恐れず、誤魔化すのはやめましょう。





# 1-11.MCIってご存知ですか？

軽度認知障害はアルツハイマー認知症の一手前の状態で、

MCI(Mild Cognitive Impairment)とも呼ばれます。

## 【MCIの臨床的な定義】

- ▶ 記憶障害の訴えが本人または家族から認められている
- ▶ 客観的に1つ以上の認知機能(記憶や見当識など)の障害が認められる
- ▶ 日常生活動作は正常認知症ではない



# 1-12.MCIの症状

## 【MCIの記憶障害とは】

- ▶ 少し前に聞いたことを忘れて何度も確認を繰り返す
- ▶ 世間を騒がせた最近の大きなニュースの内容の記憶が曖昧
- ▶ 数週間前の特別なイベントの内容が曖昧(誰の結婚式、どこで開催されたなど)
- ▶ 少し前のことでも忘れてしまうことがよくある



## 1-13. MCIは早期発見が重要

人は生活を送る上で様々な動作をします。その動作は**ADL(Activities of Daily Living)**と呼ばれ「**基本的ADL**(食事や入浴、トイレ、着替えといった最低限必要となる動作)」と「**手段的ADL**(買い物や家事、金銭管理など何かをするための少々複雑な動作)に分けられます。アルツハイマー型認知症ではこのふたつの両方が障害され家事や買い物はおろか自身の身の回りのことも難しくなります。MCIの場合、基本的ADLは正常とされますが、記憶障害により家事や買い物といった手段的ADLに影響を与えます

アルツハイマー病によるMCIは、早期発見による適切な治療介入ができれば、認知症の発症を遅らせることが可能とされています



## 1-14. 認知症は維持と新しい能力向上が鍵

何か生活に支障を感じたら！  
認知症かな？病気かな？と疑いましょう。  
生活できているうちが鍵です。  
“まだ大丈夫”  
“年取ったから仕方ない”  
“他の人より〇〇ができる”  
これが、認知症・MCIを静かに進行（退化）  
させる原因です。今の健康状態の維持・向上  
には家族の協力が不可欠です



## 1-15. 家族の責任で

高齢者の事故が頻発しています。  
それまでつつがなく生活をしてきた方が  
突然思いもよらず、加害者になったり  
認知機能・判断能力の劣化で、事故や怪我  
につながる事も、突然おきうるのです。  
油断や慢心、楽観的に考えすぎず、  
その時に備えるよう  
家族の責任で考えましょう。



# 1-16 廃用症候群

人間は1週間寝たきり状態になると15%の筋力が低下し、3~5週間で50%もの筋力が落ちるといわれています。一度落ちた筋力を戻すにはかかった期間の3~5倍の期間と労力が必要といわれています。その他にも・・・

- ・ **運動器障害**
- ・ **循環・呼吸器障害**
- ・ **自律神経・精神障害**
- ・ **その他**

心臓から血液が全身に運ばれにくくなります  
咳がしにくくなり気道内の分泌物がたまりやすく肺炎の原因尿が膀胱や尿道にたまりやすくなり、尿路結石や尿路感染症の原因になります。活動量が低下することで起こる食欲低下、便秘などの症状が見られます。環境の変化や不安などが原因で、抑うつ状態や認知機能の低下が見られます。



# 1-17.介護生活という選択肢

介護は大きく分けると

1.自宅での訪問介護・看護

2.介護施設での入所生活

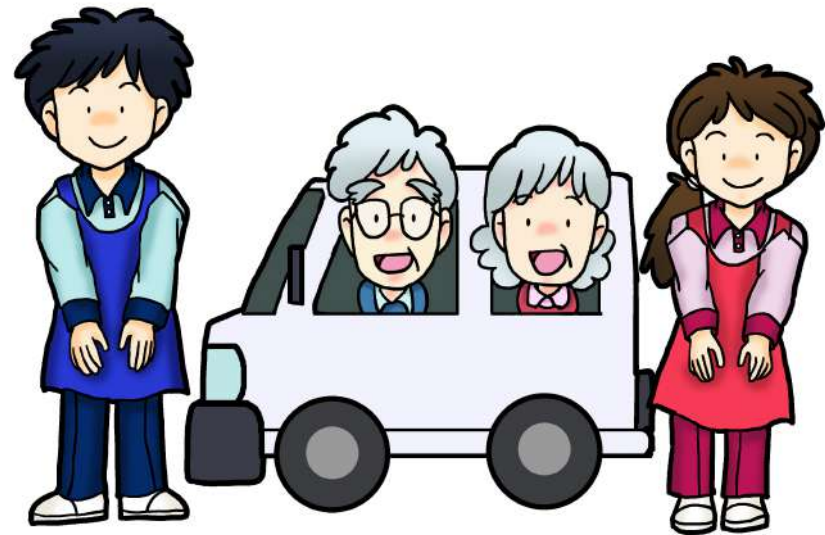




## 1-18. 自宅で生活

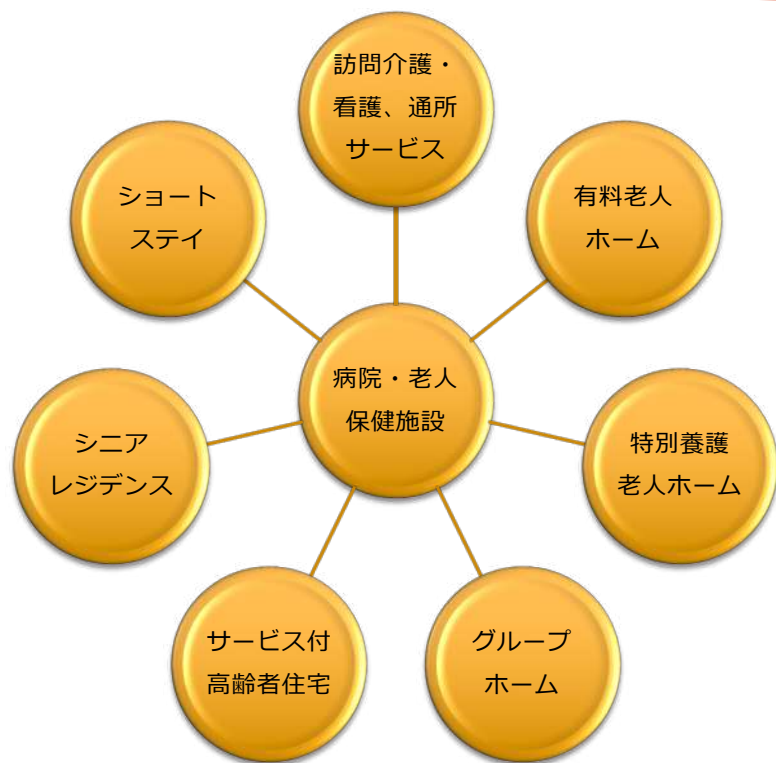
自宅で自立した生活は誰しもが考える理想形。  
それには、各所との連携が不可欠です。

- ・ 自治体・地域包括センター
- ・ 訪問介護
- ・ 訪問看護
- ・ デイサービス
- ・ ショートステイ
- ・ 病院
- ・ 民間サービス





# 1-19.介護施設の選択



# 1-20.介護施設への入居には・・・

## ① 年齢

\* 年齢を65歳以上（第1号被保険者）

## ② 要支援・要介護度

\* 基本的には要支援・要介護者

## ③ 医療依存度

## ④ 保証人・身元引受人

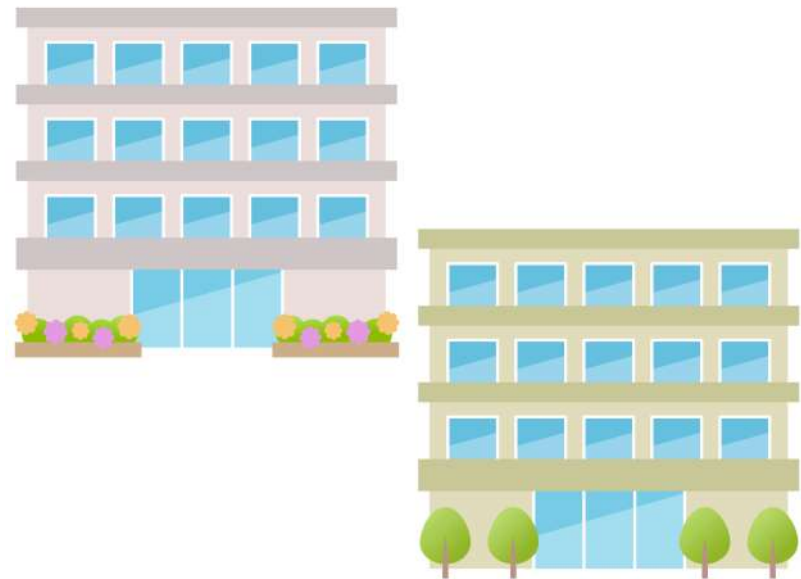
## ⑤ 収入



# 1-21.自立した生活でも入れる施設とは

60歳未満や介護認定を受けていない人でも入居が可能な老人ホームは、

- 1.有料老人ホーム（主に住宅型の一部）
- 2.サービス付き高齢者住宅
- 3.軽費老人ホーム・ケアハウス
- 4.シニアレジデンス、  
シニア系分譲マンション



1-22.

# 老人ホームの種類一覧表

種類	ホームのポイント	介護・看護・医療体制			費用相場		入居条件								
		介護サービス	看護サービス	医療サービス	入居金 ※1※2	月額利用料 ※1	自立	要支援 1~2	要介護 1~2	要介護 3~5	認知症 認知症 見守り	認知症 見守り	入居の しやすさ		
民間施設	介護付き 有料老人ホーム	介護度に応じた一定の費用で 介護サービスを受けられる 認知症や看取りなど幅広い対応が可能	ホーム内の 介護スタッフが 行う	ホーム内の 看護士が行う		0~580 万円	15.7~28.6 万円	△	△	○	◎	◎	◎	◎	◎
	住宅型 有料老人ホーム	入居者に合った介護サービスを 選択して介護サービスを受ける 比較的自立した方が対象	個別にケアプラン を作成して 介護サービス を受け	訪問看護を利用		0~21 万円	9.6~16.3 万円	△	○	◎	○	○	△	○	○
	サービス付き 高齢者向け住宅	高齢者向けの賃貸住宅であり、 入居時の費用が安い 安否確認や食事の提供サービスも ある			※3 認知症専門からの 住居・通院	0~20.4 万円	11.8~19.5 万円	○	◎	◎	○	○	△	△	○
	グループホーム	認知症の方専門の施設 入居者対象は同一市区町村に 住民票がある方		看護士がいない 場合がほとんど		0~15.8 万円	10~14.3 万円	×	△ ※3	○	○	◎	◎	△	△
公的施設	ケアハウス	低所得で独居生活の高齢者を 対象とした施設 「一般型」と「介護型」がある				0~30 万円	9.2~13.1 万円	○	○	△	△	△	×	×	△
	特別養護 老人ホーム	要介護3以上の方が入居対象 費用が安い 空き待ちが多い	ホーム内の 介護スタッフが 行う	ホーム内の 看護士が行う		なし	8.8~12.9 万円	×	×	×	◎	○	○	○	×
	介護老人 保健施設	在宅復帰を目的とした リハビリを行う施設			ホーム内の医療 スタッフ(医師な ど)が行う	なし	7.6~13.4 万円	×	×	○	○	○	○	○	△
介護医療院 (介護療養型医療施設)	長期的な医療サービスを 必要とする方向けの施設				なし	7.6~13 万円	×	×	△	○	○	○	◎	△	

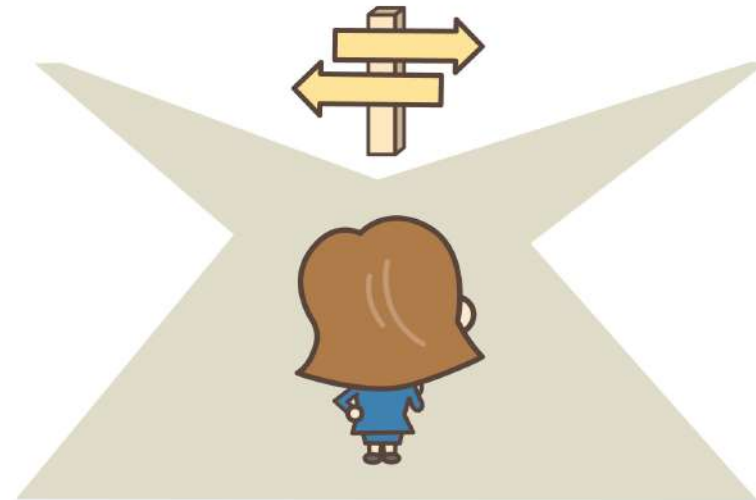
※1 「最も安い価格帯、最も高い価格帯のそれぞれ2割を除外した残りの6割」を主な価格帯として算出  
 ※2 敷金礼金を含む  
 ※3 要支援2から

◎ 充実した対応    ○ 受け入れ可    △ 施設によって受け入れ可    × 受け入れ不可

みんなの介護 参照  
<https://www.minnanokaigo.com/guide/type/>

# 1-23.状態別での介護の選択肢

- ①加齢による老化・病気（自立生活可能）  
→自宅で訪問介護・看護、デイサービス
- ②認知症  
→症状により、グループホーム、特養、有料
- ③要介護・要支援を受け身体的な不安  
→サ高住、有料
- ④病気や老化によるリハビリが必要  
→老健
- ⑤自立した生活はできるも自宅は不安  
→サ高住、住宅型有料



# 1-24.介護施設選びには

リサーチ・相談・見学の上で

将来を見据えて考えていきましょう。

費用・設備・特徴・本人の状態・未来予測  
様々な選択肢と検討材料が必要ですが、

介護状態・病気の進行・経済状況・家族の状況など様々に変化する未来予測が鍵となります。

特に病気・身体・介護レベルによっては適さない施設形態もあるので、“終の住処”とも思わぬ事態が起こりうることを想定しましょう。





## 1-25.介護施設とは

家族の生活を“奪う事なく”  
安らかな余生を過ごすための  
専門の環境です。  
誰かの仕事・生活・関わりを  
犠牲にして成り立つ介護は  
疲弊と破綻に向かってしまいます。  
適切な割り切りと、その中で自分達に  
できることを考えることが大切です。





# 1-26安全と安心の生活

在宅での生活は自由と引き換えに  
高齢者にとっては、危険と隣り合わせの  
日常生活です。  
認知症や老化に伴う要介護の状態でも  
安全と安心の生活には介護施設の活用も  
大切な選択肢になります。

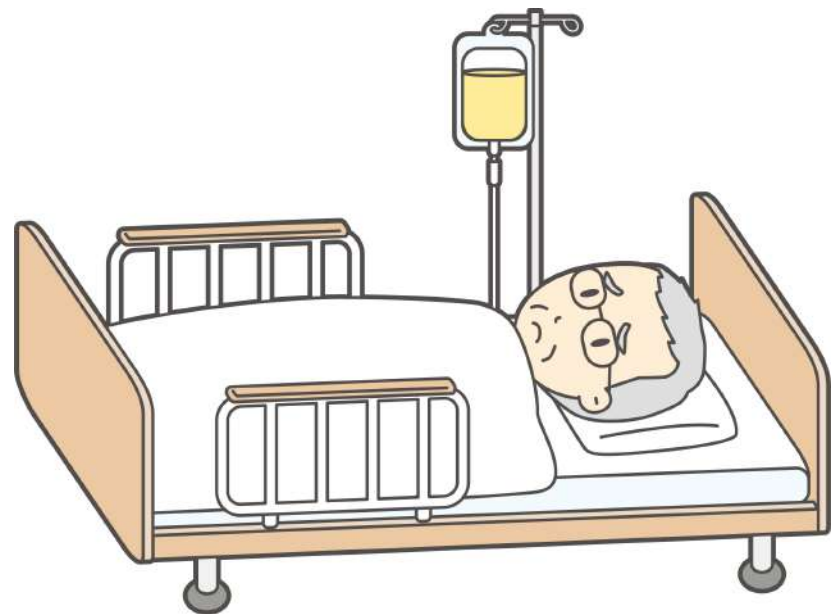


## 1-27.介護や老化の先には

病気・傷病・老化etc

その先に必ず訪れるのが  
寿命です。

いつか来るその時に備えて、  
考えていきましょう。



## 第2章 葬儀について



## 2-1. 葬儀の準備



### 葬儀の準備

- 家族葬・一般葬・直葬・etc
- 予算・安置先・葬儀の場所・フロー・詳細



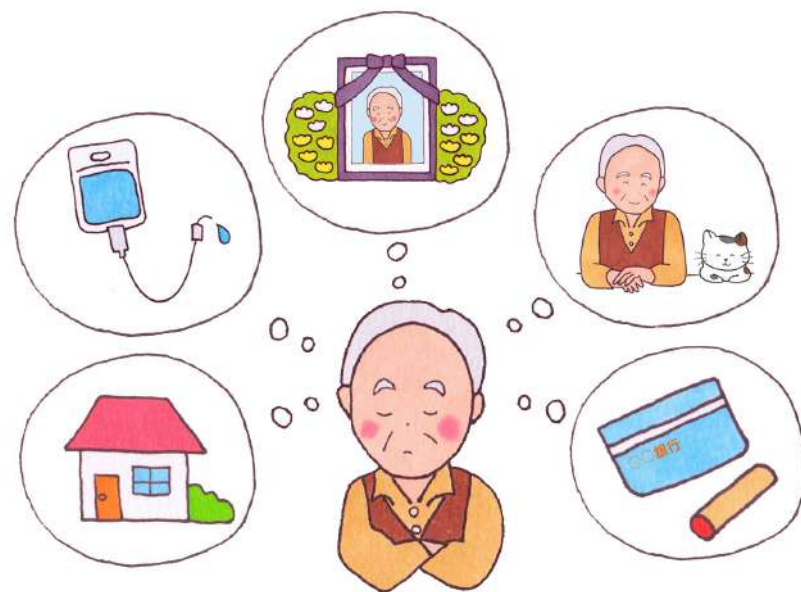
### 供養・埋葬

- お墓・納骨堂・散骨
- 仏壇・仏具・法要



### 相続・諸手続き・保険・遺品整理

- 相続他の請求・名義変更・停止・処分の手続き



## 2-2.葬儀は通過点、その前に・・・

葬儀は通過点です。

宗旨・お墓・菩提寺・宗派そういった点を  
事前に確認することが何より大切です。

後々、想定外の費用に悩まされないように  
ご家族や当事者のことを踏まえて考えましょ  
う。





## 2-4.いざ、その時に・・・

人が亡くなると誰しも冷静な判断がしづらいものです。

お医者さん、看護師さん、病院の職員さん、そして・・・病院の出入りの葬儀社に流されて鵜呑みにしてしまう傾向があります。

また、親戚や知人の偏った情報も。

病院で亡くなった場合は、霊安室の使用状況を看護師さんに確認してみましよう。霊安室に保冷・保管のできる設備があれば1～2日は安置できるものです。

決して慌てずに！





## 2-5.まずは落ち着いて

- 1.大事なご家族・知人へ連絡
- 2.葬儀社へ（決まった葬儀社がある場合）  
→安置予定先を伝える  
①自宅②葬儀場③その他
- 3.お寺へ（菩提寺などがなければ連絡不要）

まずはこれだけで大丈夫です。

\* 葬儀社が決まってなければ、大きな病院の場合霊安室に1日程度安置することは可能です。決して慌てず！

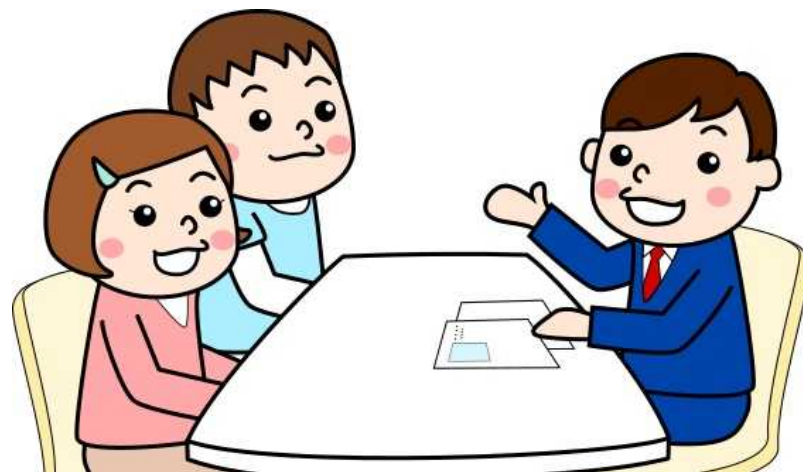


## 2-6. 葬儀は相見積もりと全体像の把握

人が亡くなると、嵐のように様々な初体験の事案を判断しなければなりません。

初めて聞く事が飛び交い、選択の必要に迫られます。予行演習や経験を積む機会もあまりありません。終活のセミナーで聞いた知識も体感しないことにはあまり身にならないものです。

葬儀の相談はあくまで葬儀式までの相談でしかないことに注意しましょう。複数の葬儀社で相見積もりをとり、葬儀後のことも踏まえて予算を組み工程をイメージすることが大切です。



## 2-7. 葬儀の見積もりには

最低限 2 社は事前に相見積もりを取るのがベストですが、なかなかできないのが現状です。

身内の革心部分に触れるため、第三者を絡めるのも難しいですが、見積書にサインする前に一度、冷静に確認してもらうのが良いと思われます。



## 2-8.葬儀には

大きく分けると

- ①.一般葬
- ②.家族葬
- ③.直葬(火葬のみ)
- (④.社葬・他)

儀礼的に

- ①仏式
- ②神式
- ③無宗教
- ④キリスト教



## 2-9. 葬儀を決めるのは

予算・参列者・家族の意思で決めます。

一般葬・・・家族・親族・親しい知人他の  
関係者にも声をかけて行います

家族葬・・・家族・親族・親しい知人のみで  
行う式のことです。

一日葬・・・お葬式は行うものの、通夜は行わず  
一日で全てを済ます式の形態です。

直葬・・・儀礼をせず火葬のみを行います。



## 2-10.葬儀は終了までに・・・

葬儀は逝去から火葬が終わって自宅に帰るまでに70～100項目以上の選択を喪主様に判断・決断していただきます。

全ての項目を理解するのは難しいので、サポートしてもらえる、親戚・知人と情報共有することが肝心です。

もしくは桜縁に必ずご相談ください。

桜縁代表電話 048-940-3161



## 2-11.良い葬儀社選び

良い葬儀社・悪い葬儀社はありません。  
良い担当者と悪い担当者がいるだけです。  
また、会社の姿勢がカスタマーよりか  
企業側の論理中心かです。  
ポイントは、皆さんのニーズに対して  
**“否定や一方的な提案”**ではなく傾聴し、  
代案や近しい提案のできる葬儀社は  
良心的な会社と言えます。





## 2-12. 葬儀はやり直しができない

葬儀はやり直しのきかないものです。

しかも限られた時間の中で、  
知識・経験のない中で選択・決断が迫られる  
大変難しい作業です。

誰しも一度は経験しなければいけないもの。  
後で、後悔しないために、送る側の家族で  
しっかり話し合っておきましょう。



## 2-13後悔しないように

- ・思いのほか費用がかかった
- ・なんだかあっという間に葬儀が終わった
- ・ゆっくりお別れの時間がとれなかった
- ・色々してあげたかったのに・・・
- ・弔問客への接待と親戚に気を遣って疲れた
- ・寂しいお葬式だったかな・・・
- ・信頼できる葬儀社じゃなかったな
- ・この後どうしよう・・・

そうなる前に桜縁にご連絡を  
048-940-3161



# 第3章 供養と埋葬

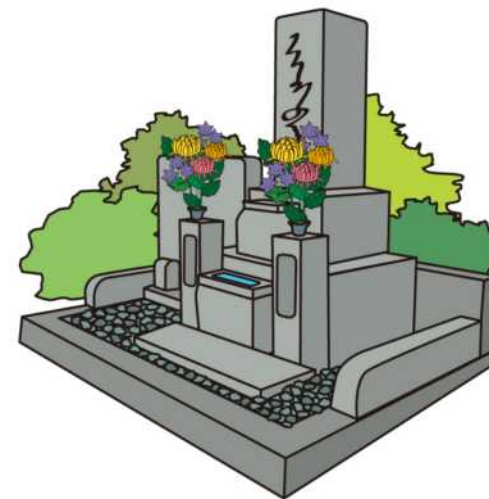


## 3-1. 埋葬 お墓

葬儀が終わった後は、亡くなってから七七日以内に、四十九日法要と納骨です。菩提寺があればご住職に相談すれば良いですが、なければ墓地や菩提寺から決めないといけません。

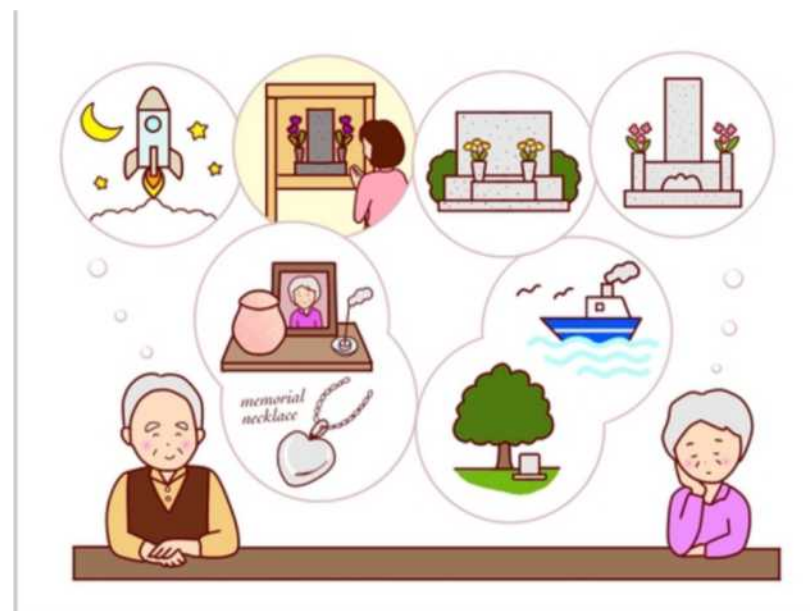
環境は良いけど、なかなかお墓参りにいけない・・・

お墓やお寺は慌てて決めず、予算・供養の仕方など家族や将来的な観点からも考えましょう。



## 3-2. 埋葬の種類

- ・ お墓→寺院の区画、霊園
- ・ 納骨堂→寺院、霊園
- ・ 散骨→葬儀社や所定団体による海洋散骨
- ・ 樹木葬→所定の霊園區画への埋葬
- ・ メモリアルダイヤモンド→お骨を人工ダイヤへ
- ・ 手元供養→分骨して一部を手元で保管
- ・ 合祀→共同墓所への合祀





## 3-4.葬儀が終わった後には・・・

年賀欠礼や喪中の連絡は不可欠です。

連絡もなしに、年賀状が来ない、

年始の挨拶がなかったりすると、

周囲の方々は心配になります。

葬儀は身内のみで終わらせた家族葬や直葬の

場合も故人様・ご家族の近い方々には

ご連絡は必ずしましょう。





## 3-5. まだまだ終わらない仏式の . . .

時期や宗旨にもよりますが、

法要・仏事には

- ・ お彼岸（春・秋）
- ・ 初盆
- ・ 1 周忌（翌年）
- ・ 3 回忌（翌々年）
- ・ お施餓鬼

etc



## 3-6.法要は続くよどこまでも

仏式では  
一周忌、三回忌、七回忌、十三回忌・・・

弔い上げは以前は二十三回忌や五〇回忌  
が一般的でしたが近年は喪主様の高齢化も  
影響し七回忌や十三回忌をもってという方  
も増えています。

また、親戚を呼ぶのも一周忌や三回忌まで  
も一般的です。



## 3-7 改葬・墓じまい・弔い上げ

昨今では少子化・高齢化の影響で、  
お墓のあり方が変わってきています。

実家が地方  
承継者が不在  
将来的に承継者難  
知らない先祖の法要が続く  
etc



## 3-8新しい埋葬の形式

将来の子供、孫世代を踏まえて、  
新しい埋葬の仕方が求められる時代です。

20~50代の方々もご自身のルーツを確認する  
上でもご自身の家系のお墓の状況は確認して  
おきましょう。いずれご自身が承継者になる  
かもしれないので。

納骨堂・樹木葬・手元供養・海洋葬（散骨）  
etc



## 第4章 相続と諸手続き



## 4-1.相続は金額問わず発生します

公的な効力のある遺言書の作成や生前贈与、信託などの選択肢を考えましょう。

金額の多寡によらず、余計な知識や意見からも“争族”は発生します。

本人の意思と家族の意思との擦り合わせは大切です。

認知症になると、成年後見人などの制度を利用しないと、何も動かせなくなってしまうので事前の話し合いは不可欠です。



## 4-2. 葬儀後の手続きって？

公的な年金・保険類の停止と返却等の申請に  
名義変更、解約手続きが大量に発生します。  
携帯一つとっても、解約だけではなくカード  
引き落としの手続き一つ一つしないと、残金  
の引き落としや、請求が発生する可能性もあ  
りますので、遺される家族のためにも、整理  
整頓が必要不可欠です。





## 4-3.停止・返却・名義変更・申請

- 1.年金・健康保険
- 2.確定申告
- 3.相続
- 4.各種ライフラインの名義変更
- 5.生命保険他の申請



## 4-4.急いである手続きって？

1.死亡届→七日以内

(こちらは葬儀社が代行してくれるケースも多いので任せられるなら任せましょう)

\*死亡届のコピーは忘れずに！

2.年金→国民年金14日以内

厚生年金10日以内

3.保険証→速やかに返却



## 4-5.期日があります

年金の停止手続きは

10～14以内です。死亡一時金や遺族年金にも期限の制限があります。

健康保険の停止・返却は速やかに行い、同時に葬祭費や埋葬料の申請を行いましょう。

その他、確定申告は4ヶ月以内、相続は3ヶ月以内、相続税の申告10ヶ月以内、関連する申告や手続きには期限があるので、速やかに確認しましょう。



## 4-6. 専門家に相談を

- ▶ 税理士→相続税の申告
- ▶ 弁護士→遺産分割調停、審判、遺留分
- ▶ 司法書士→不動産の名義変更、相続登記
- ▶ 公証役場→公正証書遺言
- ▶ 家庭裁判所→自筆証書遺言
- ▶ 遺言書→不動産→司法書士
- ▶           →弁護士→遺留分
- ▶           →行政書士→費用安価



## 4-7.相続

相続とは

「ある人が死亡した時に、死亡された人の財産を配偶者や子などの親族が財産を引き継ぐ事」



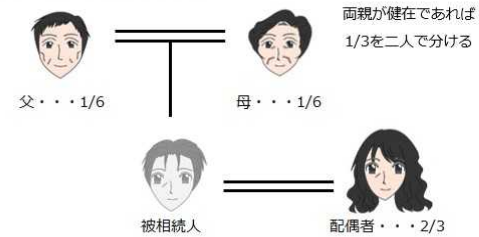
# 4-8.相続人関係図

相続人がどういう構成  
なのか確認しましょう

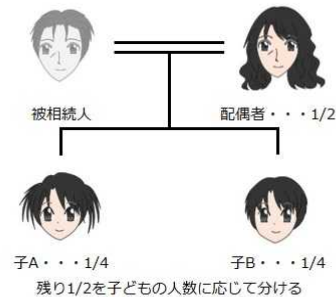
■相続人が配偶者のみの場合 = 配偶者がすべて相続



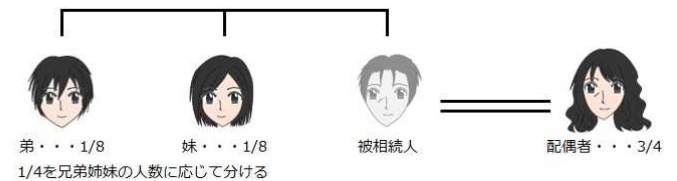
■相続人が配偶者と直系尊属の場合 = 配偶者・・・2/3 直系尊属・・・1/3  
(被相続人に直系卑属がない場合)



■相続人が配偶者と子の場合 = 配偶者・・・1/2 子・・・1/2



■相続人が配偶者と兄弟姉妹の場合 = 配偶者・・・3/4 兄弟姉妹・・・1/4  
(被相続人に直系卑属および直系尊属がない場合)



## 4-9.相続で揉めないように

相続＝争族という言葉があります。  
法律では遺留分という権利もあります。  
金額云々ではなく、現金・不動産・有価証券  
他資産の棚卸しが大切です。  
また、相続人の確認は必須です。  
金額の多寡ではなく、相続人との関係性を  
しっかり把握しておきましょう。





## 4-10.遺言書があれば・・・

遺言書には法的に大きく分けて、  
普通方式と特別方式とありますが、  
主として普通方式の

- 1.自筆証書遺言
- 2.公正証書遺言
- 3.秘密証書遺言

作成方法に法的な定めがありますので、  
専門家に相談の上作成しましょう。



## 4-11 自筆証書遺言のルール変更

1. パソコンで作成したものも可能になりました。但し全ページに押印と署名が必須です！
2. 法務局での保管が可能になりました。
3. 家庭裁判所での検認手続きが不要（法務局に保管してあるものだけ）



## 4-12 それぞれの課題は・・・

介護→市区町村に相談

葬儀→葬儀社へ

埋葬・供養→仏具専門店、霊園へ

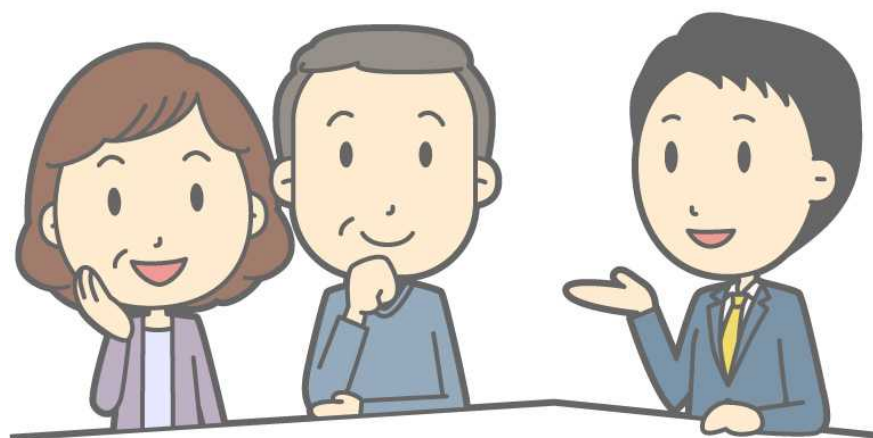
相続は？→税理士・司法書士・弁護士？

\* どうやって探せばいいの？

→桜縁にご相談ください。



## 第5章 保険や終活のための資産作り



## 5-1. 保険を上手に

かつては冠婚葬祭の負担軽減に活躍していた  
互助会もいろいろと問題山積・・・  
上手な活用法は互助会、保険様々です。



## 5-2. 互助会って何？

### 『役務提供の前払いシステム』

冠婚葬祭に備えて、わずかな月々の掛金を一定期間払うことにより、経済的な負担を軽減して「結婚式」「お葬式」などを行うことができるシステムです。

時世にあってないプランを契約することにより、トラブルや結果割高になる問題も山積しています。葬儀社の提供する会員制度も同様です。柔軟なプランを提供する会社を選択するのが大事です。

特別割引  
会員割引  
割引券  
早期割引  
早割  
早得

¥ 筆文字「割引」セット ¥

特別割引  
早期割引  
会員割引  
早割  
割引券  
早得

## 5-3.少額短期の保険の活用も

今は様々な保険があります。生命保険や損害保険だけではなく、医療、介護、学資、それぞれ家庭の状況で必要度や重要度は変わりますよね。医療や介護だけではなく、葬儀やペット、自転車などもあります。国民病のガンや、年金の危うい時代ですので貯蓄型の保険も含め、若いうちだからこそ負担が少なく備えられる時代です。信頼できるファイナンシャルプランナーを選定し、保険の総合相談をする時代かなと思います。





## 5-4.信託や生前贈与という選択肢

近年注目されている信託や生前贈与という形であなたの意思を明確にしませんか？



## 5-5.不動産どうしますか？

あなたの家どうします？

誰もすまない家は劣化も激しくなり

負債にも繋がる負動産と化します。

お子さんやお孫さんの為に良かれと思って

先祖代々の家だから時世にそぐわない

ケースも多いので、ご家族とゆっくり

将来のこと相談しましょう。



## 第6章 遺品・生前整理



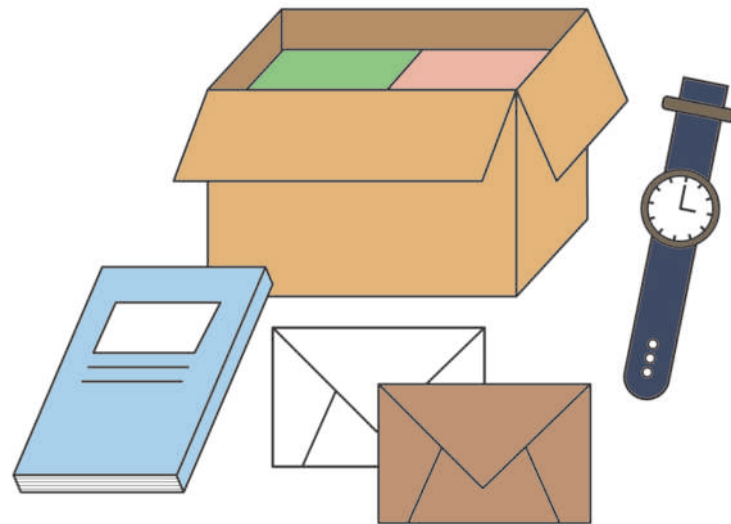
## 6-1.生前整理・断捨離

人間寝て1畳起きて半畳と言います。  
難しいですが、亡くなってからは  
何ももっていきません。  
いつから断捨離始めますか？



## 6-2.遺品・生前整理

遺品は形見分けが理想ですが、  
諸処の事情によりほとんどが残ります。  
ある程度の選別の上、  
本当に大切と思う物は  
生前に志を共にする方々へ分けましょう。



## 6-3.遺品整理・生前整理も準備が必要

ゴミ屋敷とはいかないまでも、  
人が生活すると膨大な生活物資になります。

遺品整理を業者に頼むと

1R1K        ¥100.000~

1LDK~3DK ¥150.000~300.000

3LDK~      ¥300.000~

家族でやろうとしたら・・・

何ヶ月かかるやら・・・



## 6-4変わったサービスとして

世の中に大小様々なコレクターがいます。そんな方々の心配に自分のコレクションがどうなるのか心配の方も多いと思います。そんな方に、生前に見積もり査定をし、死後生前の希望に沿ってコレクションを次の形で引き継ぐサービスです

まんだらけの生前見積

<https://www.mandarake.co.jp/content/seizen/>





## 6-5. デジタル終活（デジ活）もね♪

SNSやネット上、オンライン上の契約内容も  
確認しましょうね。

自分がいなくなってから継続課金されたり  
恥ずかしい想いは・・・



## 6-6. デジ活の棚卸し

PC・スマホ・タブレット・SNS・オンライン上、その他電子機器の棚卸しをしましょう。その上で、遺す・渡す・処分のセグメントが必要です。

自分でできない場合、家族に膨大な労力がかかることを考慮し、デジタル断捨離も必要な時代です。

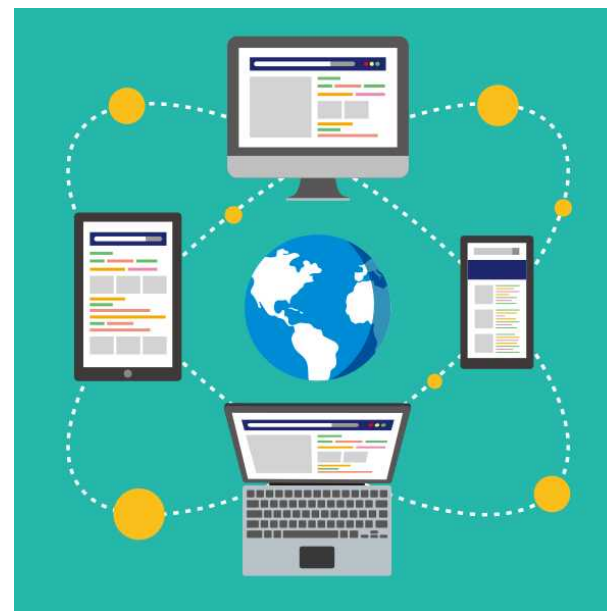
エンディングノートなどを小まめにアップデートが理想です。



# 6-7オンライン・クラウド上

一億総SNS時代のいま  
SNSやクラウド上に  
個人的なアカウントがある方が  
多数派の時代です。

アカウントの閉鎖  
課金の停止  
運用の見直し  
あらかじめ準備を行いましょう



## 第7章 終活色々



## 7-1. 本人の意思だけでは困る、 家族との折り合いを。

頑固に意思を通す事が答えではありません。  
残された家族に負担を強いる事も考えるのも  
大切です。  
遺産・遺品・遺言トラブルの種を想定して  
折り合いと調和を考えましょう。



## 7-2.セカンドライフから始まる終活

自分自身・親・祖父母がいつ何時不測の事態になるか分かりません。

病気や事故で後遺症が起きることで介護・闘病・療養が始まることもあります。

保険・相続・信託・引き継ぎ、若いから大丈夫ではなく、そうなる前に“元気なうち”だからこそリアルな話をしましょう。

現実が目の前にあると、人は得てしてリアルな話はしづらくなるものですから。



## 7-3.エンディングノート

エンディングノートは60代以上のもの・・・  
そんなことはありません。

30~50代の子供世代の皆さんも親御さんと  
一緒にエンディングノートを準備することで  
みんなて備える意識につながります。

- ・印刷・手書き希望の方は

エンディングノート

<http://sougi.bestnet.ne.jp/endingnote/index.php>

- ・アプリなら

<https://apps.apple.com/jp/app/%E3%82%A8%E3%83%B3%E3%83%87%E3%82%A3%E3%83%B3%E3%82%B0%E3%83%8E%E3%83%BC%E3%83%88/id551952970>



エンディングノート  
enaksoft.com

「ライフスタイル」内149位  
★★★★ 4.0/4件の評価

¥120

## 7-4.お一人様を恐れるな！

病気や孤独死が最大の懸案ですが、  
反面、最後まで自由との引き換えと考え  
自分自身の見守りのための  
準備をしましょう。  
医療・介護・地域・民間サービスとの連携で  
生活スタイルを設計すれば良いのです。





## 7-5成年後見制度や保証会社を活用

ご親族や保証人が立てられず、  
お一人様で先々の終活に不安を感じる方は

- ・成年後見制度
- ・民間の保証会社

を活用しましょう。



## 7-6.お一人様だから

お一人様だからこそ、  
家族・地域・社会との繋がりを  
持ちましょう。  
無理に会社・地域活動などせずとも、  
定期的な宅配サービス、  
新聞、公的機関との連携や依頼で、  
お一人様だからこそその  
快適なライフスタイルを堪能できます。



## 第8章 最後に



# 次のセカンド・サードライフへ



## 8-1. 充実した人生設計

終活は畏れたり、面倒がらず、  
しっかり意思の確認作業です。  
おひとりさまでも家族単位でも、  
自分と第三者との意思確認ができれば  
そこから充実したセカンドライフ設計に  
繋がります。



## 8-3. 有料相談の意味

無料相談は、BtoCのビジネスにおいて自社の広告宣伝・集客という目的で自社商品を中心とした相談・説明になりがちです。

桜縁では自社で販売するアイテムを持たないために、どんな相談事案も企業とお客様の中間でベストな提案を目指します。

そのため、相談に特化しそこに桜縁の事業存続のための費用がかかるのです。



## 8-4.桜縁のある生活

桜縁は終活の全てを“応援”する企業です。  
皆様に寄り添い、企業にも寄り添い  
相互利益を大切に、企業よりでも顧客より  
にもなり過ぎないように提案する機関です。  
第3者が介在する方が、適正な価格になり、  
結果、相互利益が生まれやすくなるのです。  
そんな、終活をワンストップで相談できる  
桜縁と豊かな暮らしを体感しませんか？




## 8-5.桜縁の役割とは

終活の総合プラットフォームであり  
特定の事業に特化しない会社なのです。

☎048-940-3161

✉info@ouen.co.jp

終活に困ったら桜縁にご相談を！

A graphic element consisting of three overlapping circles in shades of pink and light red, with the text '桜縁株式会社 会社概要' centered within them.

桜縁株式会社  
会社概要



## 8-5.最後に・・・

本日は桜縁の終活セミナーにご参加頂きありがとうございました。

今回のセミナーは終活全体の入門編の位置付けになりますので一般的な内容中心でした。 今後はそれぞれのご本人・ご家庭・ご家族の状況に応じた専門家の相談が必要だと思われま

す。また、都度都度のご心配やお悩み事に際して、桜縁を“相談窓口”として活用いただき、其々の専門家。専門業者への仲介窓口としてご利用くだされば幸いです。また、個別相談は事案毎に担当者が承り、紹介いたしますのでお気軽にご連絡くださいませ。

最後に、有料セミナー参加者に特典?!として、終活領域でも特に葬儀の領域は経験することが少ない上に専門用語が多く不透明な領域です。

万が一、お身内やお知り合いにご不幸が急に発生した場合、お見積りや葬儀社との対応の中や後でも右の名刺をご提示してみてください。

高額で不透明なサービスを抑制する効果になれば幸いです。

またそうなる前に、桜縁にご相談いただければ幸いです。

皆様のセカンドライフ・サードライフが充実した豊かな生活になるために桜縁は寄り添って参りたいと考えています。

