

”終活”始めてみませんか



私たちSORA総合支援事務所は、蓄積されたノウハウに基づき的確な終活プランをご提案し、皆様のライフスタイルのより良い環境づくりに貢献する企業です。

**SORA総合支援事務所**

# 終活ライフケアプランナーが最善のプランをご提案します

” 気力・体力・判断力が充実しているときに  
具体的な終活の準備をすることが大切です ”

弊社はこれまで、数多くの終活をサポートしてまいりました。手がけた終活案件のほとんどの人が「老い仕度」「死に支度」を前向きに考えていらっしゃいます。もちろん人は家族、友人、身の回りの世話をしてくれるヘルパーさんなど日常生活を支えてくれた人たちに感謝しながら、穏やかな死を迎えることがとても自然な流れです。現在、日本ではこのような最期を迎えたいという人が増えてます。しかし、昨今の長寿化は老後生活の長期化をもたらし、医療、介護、葬儀、お墓、相続など人生の最期までをどのように過ごせばよいのか、何をどう選択すればいいのか、大いに悩むことになりました。「まだまだ大丈夫」、「なんとかなるさ」で最期を迎えたとき「こんなはずではなかった」と不本意な結果とならないようご家族を含めた早期の終活プランを実現できるよう終活専門の終活ライフケアプランナーが終活の最後までサポートしてまいります。

SORA総合支援事務所 相続事業部



## 1, 今、終活が必要になったわけ

一昔前までは高齢者の割合よりも若い世代の割合が高く、高齢者を協力して支えていくことができました。しかし、近年は少子化の影響でわき世代よりも高齢者の占める割合が高く、単身者の高齢者も増えてきています。他人や家族に迷惑をかけないように、自分の最期の準備のために終活を始める方が多くなっています。

社会の変化

「長寿化」「核家族化」「選択肢の多様化」  
など社会が大きく変化した

気持ちの変化

自分が望む人生の最期の迎え方に  
整理と準備が必要になった。



価値観の変化

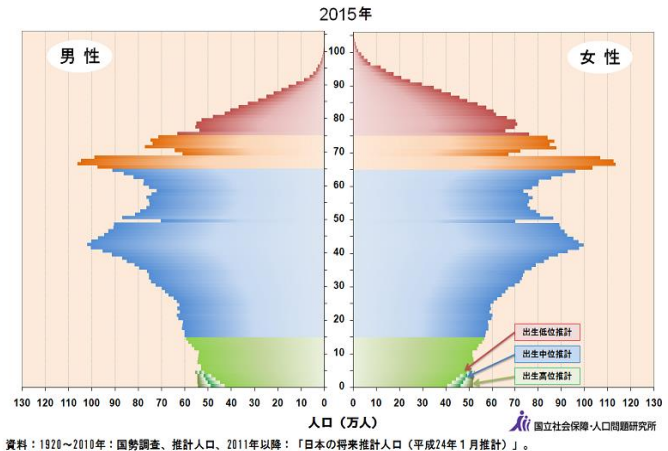
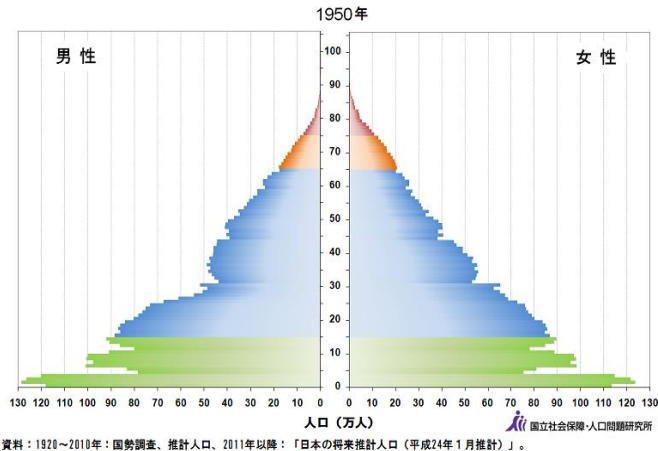
老後の常識が大きく変化した

環境の変化

様々な情報があり、迷ってしまう。  
金銭的な負担が大きい。

終活の大きな効果として、何が不安かを具体的に考え対策がとれるところや将来のことを考え行くうちにこれからをどのように過ごして行けばよいのか、具体的に見えてくることです。

「いつ始めるか」より「気になったとき」に終活を始めるのが大切です。



65歳以上の人口の割合が35%以上となる超高齢化社会に突入しています。  
しかも単身者の高齢者も増加しており、他人や家族に迷惑をかけないように自分の死後の準備のために終活を始める方が多くなって居ます。

## 2, 終活の有効性・メリットは

～終活の大きな効果～

「何が不安かを具体的に考え対策がとれる」

「将来のことを考えているうちにこれからをどのように過ごしていけばよいか」  
が具体的に見えてくるところです。

もし、何も準備をしていなければ、家族が急にさまざまな選択を迫られること  
になります。あなたが自分の意思を伝えることができる状況なら問題無いの  
ですが、意識不明や認知症になってしまったら家族はあなたの意思を聞き出  
すことができません。このようなことにならないために、具体的に何をどうした  
いのか希望をまとめておけるエンディングノートのようなものがあればそれ  
を見た家族も万々に備えて準備することができます。

終活をおこなうことで「家族が慌てなくてすむ」

「あなたの医療や介護の意思を知ってもらえる」

「家族も、もしもの時の準備ができる」

つまりあなたや家族の負担を軽減することができます。



自宅



現金



賃貸アパート



生命保険



農地



財産の整理・整頓

終活の大きな効果として、財産  
の整理・整頓をすることで今現  
在のあなたの財産の大きさを把  
握することができ、相続対策や  
相続税対策にも役立ちます。ま  
ずは、どんな財産があるかを書  
き出してみましょう。

### 3, 終活を始めるタイミングはいつ？

終活を始めるタイミングはあなたの「気力」「体力」そして「判断力」が充実している状況で始めるのが理想です。特に判断力が劣ってくると終活をすること自体できなくなることもあります。



終活？  
いつから始めたらいいのかな？

終活を始めるきっかけとしては

- ・人生の節目（定年退職・還暦・古希など）
- ・余命宣告を受けたとき
- ・エンディングノートに興味をもったとき
- ・セミナーや講演会で話を聞いたとき
- ・子や孫から勧められたとき

また、自分の周りで介護や相続でもめたケースを見ているとやはり事前に対応しておくことが如何に重要かがわかったという方もいらっし

人それぞれですが「そろそろかな」と思った時が終活を始めるベストなタイミングですね。



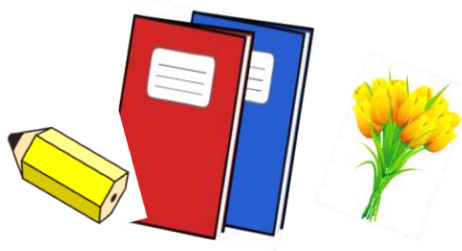
80歳  
70歳  
60歳

そろそろ終活始めましょうか

### 4, エンディングノートって？ 有効性と活用方法

エンディングノートに書くことによって

- 自分の気持ちを整理できる
- 自分の人生や思い出を振り返ることができる
- 家族に自分の意思をきちんと伝えられる
- 万一の時に備えられる



気が向いたときに折に触れて身構えずに仕上げていきましょう。

家族のために書いておくか



エンディングノートとは、人生の最期を迎えるにあたり自分思いや希望を家族や友人などの確実に伝えるためのノートです。  
エンディングノートは遺言書のような法的な効力はありませんが、現在から亡くなった後のことまでを幅広く書けることができます。  
家族はエンディングノートを手にする事で、本人の意思を確認することができ、家族は迷いや後悔が少なくなります。  
自分だけでなく、家族のためにも必要なノートです。



# 5. 具体的な終活とは。

医療の希望

介護の希望

自分の最期の時には誰に連絡をして欲しいか

財産の整理と整頓について

遺言書、相続について

葬儀・お墓について

お金の算段について

相続税のことについて

相続対策について



終活にはすべきことがたくさんあります。体力・気力・判断力が必要です。終活はこれからの人生をよりよく生きるための道標です。なるべく早くはじめることをお勧めします。特に、あなたが認知症などで自分の意思を自分で伝えられないようなら、相続対策をおこなうこともできなくなります。



相続対策は認知症になってからでは手遅れです！

子や孫への贈与  
生命保険への加入  
不動産の購入や売却  
金融商品の購入  
養子縁組など



成年後見制度  
でも対応できません

終活の秘訣は

- ▼身体も意思も元気なときに始める。
  - ▼節目のタイミングで始める
  - ▼終活を始めたいと思ったときに始めること。
- 終活は、気力・体力・判断力が必要です。早め早めに取り組み、エンディングノートを作成していくことが成功への秘訣です。

葬儀やお墓の準備も考えておきましょう

自分らしく最後を締めくくるために葬儀をどのように行いたいかが決めておくことは大切です。そのためにも家族に希望する葬儀をどのようにするかを伝えておくことも忘れないで下さい。さらにお墓については最近では自然葬を望む風潮が強くなってきています。しかし、自分の埋葬方法は流行りには流されずじっくり考えたいものですね。



終活ライフケアプランナー認定資格者が無料のご相談・カウンセリングを受付けております。お気軽にご利用下さい。  
0120-781-568  
午後9時～午後6時

終活について総合的なスキルをもったスペシャリストが医療・介護・相続など、「終活」に関する専門知識から相談者の最期の時を考える「死生観」の理解をもち、親身になってサポートできるカウンセリング力でお応えします。

あなたの大切な財産を守り、将来の家族へ確実に残すためのプランを元気で判断力があるうちに、前向きな終活が実現できるためにも弊社スタッフは全力でサポートしてまいります。

## 6, 老後の万一を支える各種の契約

### 財産管理委任契約書

もし寝たきりになってしまった場合、自分に判断能力がある場合親族や信頼できる知人に依頼して、治療費や家賃を支払ってもらったりする内容を第三者に明らかにするものです。

### 任意後見契約

認知症などによって判断能力が失われてしまうと、自分で財産を管理したり、契約をしたりすることが困難になります。このような場合に自分に代わって財産を管理してくれる後見人と、あらかじめ自分で契約しておくことです。

### 見守り契約

将来、サポートしてくれる人と定期的に面談や連絡を取り、備えとして任意後見を始める時期や日常的なことを相談したり、判断してもらう契約です。

### 死後事務委任契約

自分が亡くなった後の事務を委任したいと思う人が第三者に、自己の死後の葬儀や埋葬等について代理権を与えて、自己の死後の事務を委託する委任契約をいいます。この契約は、当事者で「委任者の死亡によっても契約は終了させない」旨を合意することもできます。

## 7, 相続に備えて

相続対策

生前贈与

相続税

遺言書

遺留分

あなたの万が一に備えて家族に負担を残さないように考える際に、「相続税」があります。相続税は財産の金額がある一定額(基礎控除額といいます)以下ならかからない仕組みになっています。しかし、相続税がかかるとわかっている場合やいくらかかるかわからない場合には事前に自分で調査しておくことが大切です。相続が起こってから家族が相続税で困らないようにしたいものですね。

この調査は専門性が必要になりますから相続に精通した専門家へ依頼されるといいでしょう。



ご家族の将来のために財産を上手に残すためには相続対策が不可欠です。ご自身の財産状況、家族の状況に合った相続は何なのかを、相続に精通しバランスよく知識を備えたアドバイザーと一日でも早い検討を進められることをお勧めします。

### 弊社のご案内

総合的な相続・不動産のコンサルティング企業として、お客様の最適な資産設計の助言はもとより、終活ケアを通じて、快適なライフスタイルを提供することで、お客さまの生活の質を高め、地域・社会に貢献します。終活ケアはもとより豊富な経験に基づく生前対策、資産承継、相続手続きはおお客様よりゆぎないご信頼を頂戴しております。



# 終末期医療～安楽死と尊厳死の違い～

安楽死と尊厳死は明らかに違います。

「尊厳死」とは、余命いくばくもない状態でただ命を長らえるだけの延命措置は行わないで欲しいというものです。

「安楽死」とは死期が迫っている患者い耐えがたい苦痛があり、患者が「早く行かせて欲しい」という意思を持っていることが明らかな場合に、意思が積極的な医療行為を行わないで患者を死なせることをいいます。延命措置を行わないこととは明らかに異なります。延命措置を望まないのであれば、延命治療を拒否する意思をエンディングノートなどの記載しておいて下さい。さらに「尊厳死宣言書(リビング・ウイル)」を作成しておくともできます。自分の意思を全うするためにも尊厳死の意向を示す文書を作成し、さらに家族にも伝えておくおとが大切です。



## 尊厳死の宣言書(リビング・ウイル)の一文例

私 \_\_\_\_\_ は、私の傷病が不治であり、かつ自らの死期が迫っている場合に備えて、私の家族及び医療に関わっている方々に以下の要望を宣言します。

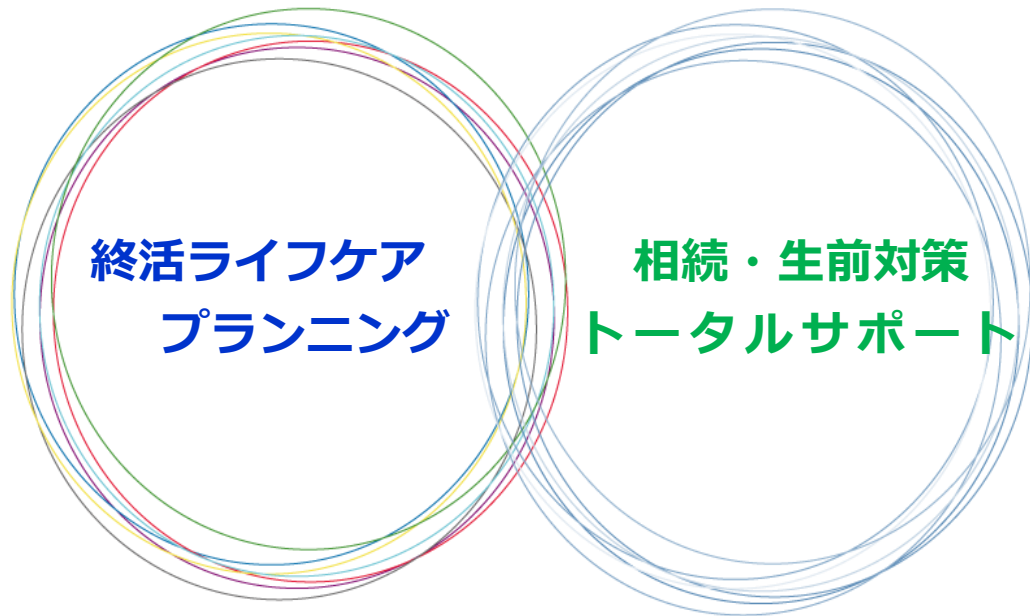
1, 私の傷病が、現代の医学では不治の状態であり、既に死が迫っていると診断された場合は、単に死期を延ばすためだけの延命措置は講じないで下さい。

2, ただしこの場合、私の苦痛を和らげるためには、麻薬などの適切な使用により十分な緩和措置を行って下さい。

以上、私の宣言による要望を忠実に果たして下さった方々に深く感謝申し上げるとともに、その方々が私の要望に従って下さった行為の一切の責任は私自身にあることを併せて附記致します。

2016年 月 日

年 月 日生 ●● ●●● 印



終活ライフケア  
プランニング

相続・生前対策  
トータルサポート

SORA総合支援事務所  
〒655-0017  
神戸市垂水区仲田3丁目4番16号  
お客様専用ダイヤル 0120-781-568  
<http://www.sorasouzoku.jp>  
SORA総合支援事務所でご検索して下さい。  
ご相談を承ります。お気軽にお電話下さい。