

# 終活の“？”“あれこれ” Q&A

令和7年12月21日に行われた仙台市主催「楽しく学べる終活入門セミナー」。

第二部の内容をテキスト版でお届けします。

質問者はナビゲーターの庄司恵子さん・KASUMIさん親娘、

回答者は専門家の高橋英之さん（司法書士）です。



Q 終活は、何から始めたらよいですか？

A エンディングノートに書き出してみましょう。

エンディングノートを使って、ご自分のことや希望を書き出してみるといいですよ。このセミナーに参加された方は、すでに終活が始まっています。第一部ではワークも行いました。



Q 終活は家族のコミュニケーションが大事なんですよ？

A 思っていることは伝え合きましょう。

僕ら東北人は特に「こんなこと言わなくてもわかってんだべ」といった認識の方が多いのですが、家族であっても言ってもらわなければ分からない。お互いに思っていることを伝え合うことは大事です。エンディングノートは、そういう会話を増やすきっかけになります。



Q デジタル遺産のパスワードはどう管理したら？

A いざというとき伝わるようにしておきましょう。

エンディングノートや、保険関連なら担当者の名刺の裏に書いておくのも一つです。亡くなったときにすぐ目に止まる、または伝わる仕組みにしておくといいですね。利用しているネット銀行などが、専門業者でも特定できない場合は諦めることに。使用しているSNSアカウントもパスワードと一緒に書き出しておくといいですね。ご遺族から削除申請ができます。





**Q** 法的効力はなくても、エンディングノートに書いた延命治療の希望は叶うもののでしょうか。

**A** **公的な文書を残すこともできます。**

法的効力はありませんが、家族などに自分の希望を伝えることは大切です。延命治療を望まない場合は、尊厳死宣言公正証書という公的な文書を残すこともできます。公証役場で作成できますよ。



**Q** 第一部のおひとりさまの終活で、「成年後見制度」「家族信託」「死後事務委任契約」などが出てきました。これらの手続きはどこでできますか？

**A** **専門家に依頼することになります。**

司法書士や行政書士、弁護士などの専門家に依頼することになります。年齢に関係なく、いつどうなるかわからないと考えると、すぐにも行動したほうが良いと思います。



**Q** 死後事務委任契約の費用について教えてください。

**A** **依頼内容や希望によって変わります。**

契約時の書類作成費用や、実務の費用などがかかります。多くの専門家は、予測した費用をあらかじめ預けてもらっています。実務費用は、依頼内容や希望などによって変わります。清算後、残った費用の使い道などは遺言書に書いておくことが多いですね。



当初、終活という言葉をお親には言いにくいと感じていたKASUMIさん。でも、このセミナーで「終活は家族への思いやり」だと知り、「エンディングノートを書くことはとても大切なこと」だと思ったそうです。セミナーの最後にはお母さんへ「どうしてほしいか、ノートに書いておいてください」と伝えていました。

これから終活を始めるみなさんも、エンディングノートを活用してみませんか。自分がやりたかったことなども、見えてくるかもしれません。