

全国初の“終活互助”へのチャレンジ！

～その5 葬儀・墓守編～

地域サロン「ぷらっと」主宰 川村^{まさよし}匡由

(武蔵野大学名誉教授・行政書士有資格)

1. はじめに

さて、これまで「全国初の“終活互助”へのチャレンジ！」と題し、2021年度「その1 住まい編」、2022年度「その2 マネー編」、2023年度「その3 相続・贈与編」、そして、2024年度「その4 遺言・登記編」と述べてきたので、今年度は「その5 葬儀・墓守編」と題し、結びにしたいと思います。なぜなら、全国で毎年、自然死（老衰死）や病死、突然死（急死）、変死、孤独死、事故死、自死（自殺）などで約160万人が亡くなっていますが、その多くはふだん予想もしたくない出来事とあって葬祭業者任せにせざるを得ないため、分不相応な対応によって法外の費用負担を強いられるほか、地域や日時によっては火葬するまで2週間近く待たされるからです。

また、遺体の引き取り手や墓地を管理する人がいない場合、遺族が現れるまで自治体が適切な温度管理や衛生管理を施して一週間程度安置するほか、引き取り手が現れない場合、火葬した遺骨を最長5年程度保管するものの、それでもなお引き取り手が現れない場合、無縁塚に埋葬せざるを得ないからです。しかも葬儀は亡くなった本人や遺族がどのような形式のものを望んでいたか、遺影は本人が希望したものであったか、棺に入れてほしいものは何だったのか、さらには一人暮らしだった場合、残された愛玩動物（ペット）はどうすべきだったのか、なども考えたいからです。このほか、故人に生前頼ることができる人がいない場合、先祖の墓に埋葬されなかったり、葬儀や墓守の手続きを放置すれば墓石の劣化や地震などによる倒壊や崩落のおそれもあったりするなか、遺族に代わりその看取りや葬儀を行う“終身サポート”や、“身元保証”、“代行サービス”などを語った詐欺商法が横行しているからでもあります。

なお、終末期を迎え、治る見込みがないにもかかわらず耐え難い苦痛を避ける場合、延命治療を断る尊厳死（安楽死）を希望することもできますが、場合によっては刑法第202条によって嘱託殺人罪に問われるため、尊厳死が合法化されているスイスに渡航、同国の国籍がなくても現地の非営利団体を通じ、医師に致死薬を注入してもらって自死することも可能です。もっとも、その費用は日本よりも物価が2～3倍高いため、125万～290万円かかります。

参考まで一般社団法人全日本冠婚葬祭互助協会によると、葬儀の半数近くは1990年までは自宅で執り行う自宅葬が一般的でしたが、2011年以降、人々のライフスタイル（生活様式）の多様化や近所付き合いの減少によって人間関係が薄らぐ半面、個人のプライバシーの保護や世間体を気にせざるを得ない都市部はもとより、少子高齢化

や過疎化が進み、“限界集落”や“限界自治体”が顕著な地方でも自宅葬は葬儀全体のわずか4.6%に止まっています。このため、葬祭業者に一任した葬儀場（セレモニー会館）での葬儀が一般的となり、結果、子々孫々にわたって法外の墓地の維持費や管理費など高額な出費を招いているのが実態です。

2. 葬儀の種類と費用

そこで、まず葬儀の種類と費用ですが、死因が自然死や病死、突然死、変死、孤独死、事故死、自死などのいずれを問わず、身内が万一の際、主治医（かかりつけ医）のいる病院でその確認をしてもらったあと本人の本籍地や死亡地、または届出人の住所地を所管する自治体に死亡の事実を確認した日から7日以内に届け出します。そして、遺族だけで行う家族葬のほか、友人や知人を含めた一般葬、通夜も葬儀、告別式も行わず、火葬炉の前でお別れをする直葬、通夜を省いた一日葬、また、場所は自宅か寺院、もしくは葬儀場、さらに無宗教か仏教葬、神道式、キリスト教式などのいずれかにします。

周知のように、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が蔓延した2020年4月以降、関係者への感染防止のため、直葬が急増していますが、多くの場合、突然の訃報ともあってその死因を問わず、主治医のいる病院を通じて葬祭業者に一任せざるを得ないようです。その結果、葬祭業者の紹介料や通夜、葬儀、告別式、出棺、料理、火葬、収骨（骨上げ）、返礼品などで一般葬は約160万円、家族葬は同100万円、直葬は同40万円、火葬炉の温度を高温にして焼き尽くし、収骨をしないゼロ葬は10万～15万円などの費用がかかります。また、海洋散骨の場合、舟を貸し切ると15万～40万円、代理散骨は4万～10万円が相場ですが、僧侶を呼ぶと別途お布施が必要です。しかもどこの海でもできるワケではないため、当該の自治体に事前にその可否や場所を照会しましょう。このほか、地域によっては今なお土葬も可能ですが、この場合、その費用だけでも50万～300万円かかります。

なお、厚生労働省によると、死亡しても一人暮らしや家族との別居、遺族との音信不通など身寄りがないため、引き取り手のない死者は2023年度、約4万2000人を数えています。しかもこのうち約半数は遺留品がないため、地元の自治体が葬祭費などを負担しており、その金額は全国で総額約116億円、また、遺留金は同21億5000万円に及んでいるため、同省は遺留金を葬祭費として本人の預貯金の口座から引き出せるよう自治体に呼びかけています。

いずれにしても、死亡者が加入している健康保険や共済組合、国民健康保険、後期高齢者医療・高額療養費制度のいずれかより葬祭費として5万円が支給されるほか、生活保護世帯の場合、大人は21万5000円以内、12歳未満の子どもは17万2000円以内を上限にそれぞれ葬祭扶助が支給されます。また、葬祭費は本人の相続財産から差し引きできるほか、香典には相続税はかかりません。

3. 葬儀の流れ

次に葬儀の流れですが、上述したように、一般的には主治医から死亡診断書を受け取ったら近親者や親しい友人、知人にその臨終を知らせるほか、先祖の墓を管理する菩提寺や教会に届け出て葬儀業者に遺体の処理や搬送を依頼し、遺体安置所を決めますが、その前に看護師が遺体を拭き清め、男性は髭剃り、女性は薄化粧するなどの衛生処置が講じられます。これを受け、遺族は喪主を決め、死別後、7日以内に自治体へ死亡届を提出し、火葬許可申請書の交付を受けたあと通夜や葬儀、告別式の日程や場所、形式、規模、費用を決め、旅立ちの衣装の準備をして納棺しますが、その際、戒名（戒行・法号・法名）を付けるものの、遺族が遠方だったり、不明だったりした場合、とりあえず俗名のまま納棺するとともに喪主（葬儀主催者）を誰にし、通夜振る舞いのメニューはどうするのか決め、香典を受け付けます。

そして、喪主が家族や親戚、友人・知人などの参列者にお別れの挨拶をする告別式を終えて出棺、火葬許可書を提出して荼毘^{だび}に伏す一般葬のほか、告別式などはせず、かつ香典を固辞する密葬や直葬、家族葬以外、親戚や故人が生前、関係のあった人たちのみ招く一日葬のいずれかとし、葬儀の日程は火葬場や葬儀場の空き状況、宗教者の都合で決まりますが、混み合っている場合、遺体を衛生保全や防腐処理をして1～2週間遅らせます。ちなみに、都市部では「近所の目が気になる」とあって遺体を葬儀場や火葬場の安置室に直行するケースが増えているほか、葬儀のしきたりも異なります。

いずれにしても葬儀業者を決めていない場合、病院に出入りしている葬儀業者に遺体の搬送はもとより、通夜や葬儀、告別式まですべてを依頼しがちですが、この場合、病院は葬儀業者から紹介料として葬儀代など諸費用の約2割を受け取ることが相場ようです。このため、親族や第三者を加え、予算や形式などの希望を複数の葬儀業者に伝えて相見積もりをとり、いずれの葬儀業者にするか比較検討して決めます。そして、収骨後、遺骨と埋葬許可証を受け取り、自宅で後飾り棚に安置して法要後、精進落としや初七日の法要を営み、遺族や親戚など関係者で会食などを執り行いますが、仕出し屋に依頼した精進落としや初七日の法要後の会食も追加の各種サービスや参列者の人数によって支払いが増減するため、要注意です。そのうえで、これらの経費の葬儀業者への支払いや四十九日を待って納骨を済ませたあと、故人の遺言証書があれば家庭裁判所（家裁）で検認してもらい、法定相続人を確定後、死別後10か月以内に遺産相続分割および相続税の申告を所轄する税務署へ行って納税を済ませます。そして、不動産の相続を知ってから3年以内に所轄する登記所（地方法務局・支局）で登記を済ませますが、これについては昨年度の「その4 遺言・登記編」でお話したとおりです。

ともあれ、上述したように、死亡届出義務のある家族が死亡の事実を知ってから7日以内に自治体に死亡届を提出しないと5万円以下の過料を科せられるほか、提出後、戸籍から除籍されるまで1週間から10日程度かかるため、要注意です。また、故人

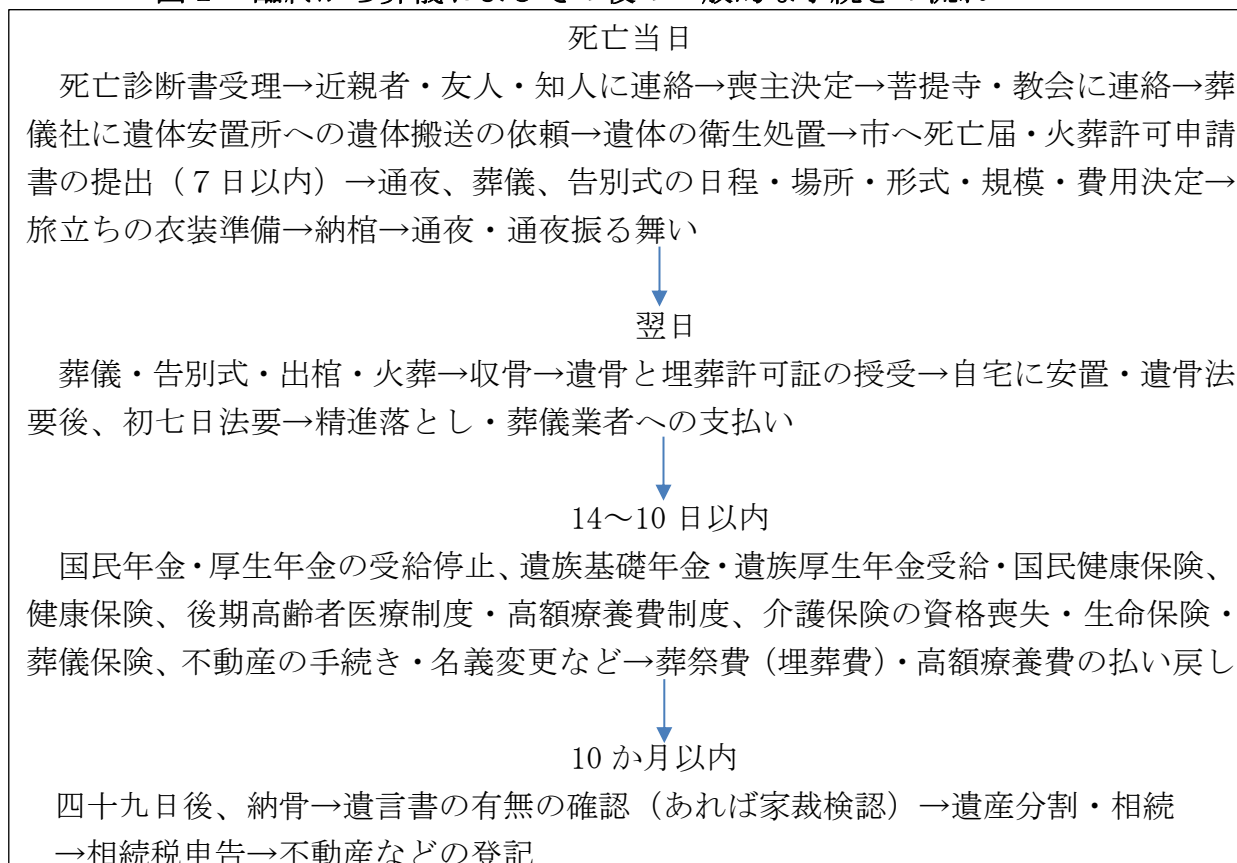
が公的年金を受給していた場合、国民年金は原則として14日以内、厚生年金¹は同10日以内に年金事務所に提出し、受給を停止して遺族基礎年金や遺族厚生年金に切り替えるほか、国民健康保険や健康保険、後期高齢者医療保険・高額療養費制度、介護保険の資格喪失手続きを済ませますが、その際、上述したように、5万円の葬祭費（埋葬料）のほか、高額療養費²などが一部払い戻されるため、マイナ保険証などを使って必要な手続きをします。もとより故人名義の生命保険や葬儀保険、不動産の名義などの手続きも必要です。

なお、葬儀の日程は火葬場や葬儀場の空き状況、宗教者の都合によって決められますが、遺体を衛生保全や防腐処理をして1～2週間遅らせることも可能です。ただ、葬儀は法律で義務づけられているワケではありません。また、葬儀そのものも上述したように直葬や通夜を行わない火葬式、家族葬、一日葬、また、葬儀も無宗教、海洋散骨などがあるため、これらのいずれかにするかは自由です。もっとも、これらの費用は全国平均で葬儀費用が126万7000円、飲食接待費用が45万5000円、宗教者へのお布施が10万～100万円の計199万9000円といわれていますが、経済的な理由や分相応などを考え、20万～50万円で済む直葬や家族葬もあるため、自治体などにかかる葬儀がよいか、また、身寄りがなく、経済的に困窮していた故人の葬祭費をどのように負担したらよいか相談し、アドバイスを受けてはいかががでしょうか(図1)。

¹ 共済年金は2015年10月、厚生年金に統合。

² 医療機関や薬局の窓口で支払った額が月の初めから終わりまでで上限額を超えた場合、超えた金額を支給する制度。入院時の食費負担や差額ベッド代等は含まれない。

図1 臨終から葬儀およびその後の一般的な手続きの流れ



出典：筆者作成

なお、厚生労働省によると、死亡しても身寄りがいないため、引き取り手のない死者は 2023 年度、一人暮らしの高齢者の増加や家族との別居などで約 4 万 2000 人と 1 年間の死亡者の同 2.7%に上っています。しかもこのうち約半数は遺留品がないため、自治体が葬祭費などを負担しており、その金額は全国で総額同 116 億円、また、遺留金は同 21 億 5000 万円に及んでいるため、同省は自治体が遺留金を葬祭費として本人の預貯金の口座から引き出せるよう呼びかけています。もっとも、自宅で家族が変死した場合、その死因を判別すべく司法解剖、または行政解剖をする必要があるため、所轄する警察署にただちに通報し、検視の結果を待って自治体に死亡届を提出することになります。

また、故人が生前、ドナーカード（臓器提供意思表示カード）で臓器提供を意思表示していた場合、遺族は「医学および歯学教育のための献体に関する法律（献体法）」の趣旨を十分理解したうえ、死後 48 時間以内に主治医にそのむね告げ、主治医はこれを待ってその可否を判断したうえ、公益社団法人日本臓器移植ネットワーク（JOT）に死亡した患者の献体希望のむね連絡、これを受け、同ネットワークは移植コーディネーターを遺族に派遣してその趣旨を説明させ、遺族の了解を取り付けたあと希望する地域の大学附属病院に搬送され、清められたのち 1～3 年保存・保管され、医学生による解剖学実習や手術の訓練に供されて火葬され、遺骨だけが遺族に届けられます。この場合、献体による葬儀や火葬など一連の費用はすべて無料で同コーディネーター

にその経費として 10 万円負担するだけで済みますが、臓器提供者（ドナー）は死亡直前、健康で体重は男性 45 kg 以上、女性 40 kg 以上で、かつ心臓はともに 50 歳以下、肺・腎臓は同 70 歳以下、脾臓は同 60 歳以下、小腸は同 60 歳以下が望ましいなどとされています。ちなみに、夏目漱石や映画俳優の大辻司郎、オペラ歌手の田谷力三、落語家のはやし家林蔵各氏のような献体の提供者は 2023 年現在、約 15 万人に上っています。

なお、地域によっては死を悟った本人が一般的な葬儀や告別式に代え、生前にホテルやレストラン、団地集会所、カフェ、古民家などで生前葬やお別れ会を行っています。また、当市の高齢者支援課では各課への年金受給停止や健康保険被保険者証の返還、電気・ガス・水道の停止、福祉施設利用料の停止などの手続きや市民葬儀を案内しているほか、「おくやみ窓口」では死後のさまざまな相談を受け付けています。さらに武蔵野市福祉公社（改装のため、JR 吉祥寺駅前、岩崎吉祥寺ビル 3 階に一時移転）は職員による「おいじたく講座」を行っているほか、吉祥寺南町コミュニティセンター（コミセン）他では葬儀を無料で利用できますが、全日本冠婚葬祭互助協会や生活協同組合（生協：コープ）の会員であれば別途これらの関係先に相談し、分相応の葬儀を執り行うことも一考です。

「人間は死ねばゴミになる」——。これは盲腸がんで死去した“ミスター検察”こと伊藤栄樹氏の言葉ですが、遺骨を一般のごみと一緒に廃棄すると刑法第 190 条により遺骨遺棄罪となり、3 年以下の懲役を科せられますので要注意です。

余談ですが、小生は実父母の場合、通夜と葬儀、告別式は 2 日に分けて執り行いましたが、地方だったため、葬儀業者、葬儀・告別式場、火葬場とも公営で全国平均である約 127 万円の半額以下、また、都下の自宅で同居していた義母の場合、通夜、葬儀・告別式場とも葬儀業者に一任したものの、一日葬を選んだため、同 110 万円で済みました。もっとも、30 年ほど前、64 歳で早世した保谷市農業協同組合（現 JA 東京みらい下保谷支店）の職員だった義父の場合、当時、小生一家は名古屋市郊外に別居、義母は清瀬市の都立病院の看護婦（師）長として義父と 2 人で東久留米市のマンションに住み、共働きで多忙だったため、埼玉県に在住していた従弟にその執行を任せざるを得なかったせいか、当時の相場で数百万円もかかり、どこかの一部上場企業の社長葬と勘違いされるほど華美な通夜や葬儀・告別式となり、今なお後悔しています。

なお、愛猫はこれまで 4 匹、事故や老衰で看取りましたが、いずれも自宅の庭に埋葬し、お花を飾って今も家族の一員だと思って慰めています。

いずれにしても、身内の訃報の場合、悲しみに暮れる余裕もないとあってか看取ってもらった病院や葬儀業者、仕出し屋任せなどになりがちですが、それを見越して法外な請求をする業者も少なくないため、落ち着いて複数の葬儀業者や仕出し屋などから相見積もりをとって比較検討したうえ、契約したいものです。（写真 1）。



写真 1 葬儀費用は相見積もりで分相応に（都下の斎場にて）

なお、戒名や位牌、仏壇、返礼品、形見、遺品整理、四十九日の法要、初盆、一周忌、三回忌も世間体を気にして葬儀業者や寺院、教会にいわれるまま分不相応の対応をしたりせず、あくまでも亡き人柄をしのぶ程度に済ませることもできます。また、亡くなるとこれを知った金融機関はその人の名義の預貯金の口座を即凍結し、以後、電気代や水道代、クレジットカードについて死亡時の預貯金残高×法定相続人の法定相続分×3分の1、または総額150万円のいずれか低い金額しか引き下ろせなくなるため、注意しましょう。このほか、特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）や介護付き有料老人ホームなどのなかには入居者が死亡した際、遺族の要望によっては通夜、葬儀、告別式の手続きについて自前の施設内で代行するところも一部あるため、入居の際、確認しておくのも方法の一つです。

もう一つ、これまで世話になった関係者を招いて行う生前葬は会場や形式、費用も本人の企画や形式、演出もまったく自由ですが、事前に関係者にそのむね相談し、案内状もその趣旨を説明し、死後の葬儀についても家族と話し合っておきたいものです。

4. 納骨と墓守

最後に納骨と墓守ですが、このうち、前者は一般的には遺骨を先祖代々の菩提寺などに納骨します。これを一般墓といいます。新たに墓を設置する場合、土地使用料が1平方メートル当たり30万～50万円、石材費200万円前後がかかります。これに対し、ロッカー式の納骨堂は数十万～150万円、合同葬は公営の場合、数万～20万円、民営の場合、30万～50万円程度がかかります。もっとも、管理料は毎年、別途必要ですが、墓は個人が買って所有権を得るのではなく墓地の永代使用権を得て墓地の管理者が最長38年など一定期間管理・供養するにすぎず、これを超えた場合、他の遺骨とともに合祀（合葬）され、引き続き管理や供養されるかどうかは管理者次第です。

また、火葬後、収骨した遺骨を埋葬する場合でも先祖が建てた墓に埋葬するのではなく、寺院や霊園に遺骨を管理してもらえる永代供養やマンション型ロッカー式の納骨堂を選ぶこともできます。このほか、海に散骨したりすることも可能です。さらに、火葬後、骨つぼを自宅で供養したり、遺骨を加工してアクセサリーにする手元供養もあるため、自分が万一のとき、どのような葬儀を希望するのか日ごろから関連する書籍や動画、ウェブサイトで調べたり、いずれの葬儀や告別式を望むのか、親戚も交えた家族会議や友人・知人に相談したりして対処すれば予想外の出費を免れ、故人にとっても遺族など関係者にとっても分相応の納得できるものになるはずです。

なお、都市部ではマンション住まいが増えているため、墓地や墓石など永代供養墓がなかったり、あっても遠方のため、墓参りができず都心の寺院や自治体による公営、宗教法人、公益法人の納骨堂に遺骨を預けたり、樹木の下や周辺の埋葬、石台に故人の名前をプレートに刻んで納めたりする樹木葬（樹木墓）、さらに複数の遺骨を共同で納める合葬墓など共同墓地に納骨したり、自宅の仏壇や床の間に安置したりする人もいます。また、その一部をペンダントなどのアクセサリーにして手元供養にすることもできます。ちなみに、墓の購入代は一般墓が約150万円、納骨堂が同80万円、

樹木葬（樹木墓）は 64 万円ですが、すべて粉骨にする必要があります。

また、お墓を代々継ぐ必要はありませんが、転売することはできません。さらに、つくる義務もお墓への納骨の義務もないほか、いずれのお墓に入るかも自由です。もっとも、割安だからといって複数の遺骨を一つの墓に納めて供養する合祀墓にするのは慎重にしましょう。なぜなら、合祀後、のちの遺族が遺骨の引き取りを望む場合もあるからです。また、仏壇がなければ位牌を納めることができないため、このような場合も仏具と併せて納骨や埋葬、香典返しを終える四十九日の忌明けまでに分相応を肝に銘じ、相見積もりで用意するほか、故人と親しかった関係者に形見分けをし、法要や新盆、毎年のお彼岸参りに備えるとともに遺族から年賀状や年賀メールの欠礼があった場合、ともに控えたいものです。

いずれにしても、すでに亡くなっている親族の改葬だけでなく自分など残された家族はいずれ同じお墓に入りたい場合、永代供養の期間が終了する前に追加で納骨することが原則のうえ、以後、契約時の初期費用だけでなく永代使用料や初七日および四十九日の各法要や新盆（初盆）、一周忌、毎年夏の年忌法要、三回忌、三十三回忌、五十回忌および仏壇、提灯などの年忌法要の諸経費および墓地管理の追加費用はいくらかかるのか確認しておくことが大切です。また、家庭の事情や選択制夫婦別姓を重視し、姓が異なっても希望する墓の名義人の許可があれば両家墓として納骨が可能です。が、寺院墓地や公営霊園、民営霊園の墓地使用規定などで姓が異なる場合、認めない場合もあるため、事前に確認しましょう。分骨の場合もしかりです。

なお、墓の永代使用权を生前に名義変更しておけば死後、墓地の管理者との手続きが楽になります。また、これらの祭祀の継承者は通常、長男が継承するケースが多いですが、辞退したいという人も珍しくなく、かつ死後に言い出すと遺族の間でもめることもあるため、生前のうちに家族会議などを開き、別の人を立てておくなどしておくトラブルを未然に防ぐことができます。

最後に気になるのは戒名ですが、実はなくても構わず、俗名に「霊位」、子どもの場合、「童子」、または「童女」、また、仏教以外の宗教や無宗教の場合、戒名はもとより、位牌も仏壇も必ずしも必要ありません。また、本人が独身で身寄りがなかったり、祭祀承継者がいても遠隔地で毎年の管理料も払えなかったりしても生前に寺院と永代供養を取り決めておけば以後 50 年程度、管理と供養を依頼できます。

なお、先祖代々の墓が遠くて墓参できなかったり、その維持管理をする親戚もいなかったりする場合、“墓じまい”、すなわち、別の墓地や納骨堂に引っ越ししたり、現在の墓を撤去、解体し、仏壇や位牌を仏具店や寺などに引き取ってもらうなど閉眼供養（魂抜き）をして使用权を寺や霊園に返したりして改葬することをいいます。いずれも事前に墓の管理者から埋蔵証明書および現在墓がある市から改葬許可書、また、引っ越し先の墓の管理者から受け入れ証明書をそれぞれ発行してもらって許可を受け、閉眼供養や離壇料、遺骨の取り出し・撤去、洗浄や焼き直し、さらに納骨堂をはじめ、自治体や高齢者施設、市民団体、宗教団体、NPO（特定非営利活動法人）の樹木型の合葬墓などへの改葬となり、仏壇を仏具店や寺などに引き取ってもらえます。

が、この場合、30 万～100 万円かかります。もっとも、引き取れない寺もあります。

ともあれ、事前に連絡のとれる親戚には伝えておきましょう。また、「見ず知らずの人たちと一緒に埋葬されることに抵抗を感じる」という人もいますが、はじめから合葬墓地に埋葬し、費用を安くしたいという選択肢もあります。この場合、費用は10 万～数10 万円で済みます。このほか、石材業者によっては処分される石を手のひらサイズの“ミニお墓”に加工したり、キーホルダーや数珠にリメイクしてもらえたりすることもあります。この場合、お墓の撤去と永代供養込みで約16 万円のほか、オプションとしてプラス5 万円、ミニチュアの墓の場合、同8 万円、さらに墓石を使った数珠を2 万～3 万円で作ったりすることも可能です。さらにインテリアとして骨壺を自宅に安置するケースもありますが、現在の墓地管理者から残金の永代使用料は返金されません。そればかりか、長年お世話になった感謝の気持ちとして法要の2～3 回分に相当する寸志を包み、感謝の気持ちは伝えたいものです。

もう一つ、生命保険の受け取りや遺産相続および遺留分、相続財産および相続税非課税、遺言書、死亡者名義の預貯金の支払い申請および名義自動車の所有者移転登録、クレジットカードの返却、株式・債権の名義の書き換えなども忘れないようにしましょう。

また、ペット（愛玩動物）の火葬ですが、業者による訪問、出張によるペット専用の火葬場や車で火葬し、お布施込みで1 匹当たり3000～5000 円が相場ですが、一緒に霊園や墓地に納骨する場合、管理者の許可が必要です。これに対し、自宅の庭などへ埋葬する場合、廃棄物扱いのため、墓地埋葬法に違反せず経費が不要なうえ、思い出を残すこともできますが、異臭や害虫などで隣人と、また、引っ越しの際、トラブルを招かないよう注意しましょう（写真2）。



写真2 ペットとの納骨は管理者の許可が必要
(都内近郊にて)

5. まとめ

さて、上述したように、今回の「その5 葬儀・墓守編」についてはこれまで4 回にわたって述べてきた「その1 住まい編」、「その2 マネー編」、「その3 相続・贈与編」、「その4 遺言・登記編」と併せて学んでいただければ小生の「全国初の“終活互助”へのチャレンジ！」の意図することが理解できるかと思いますが、最近、闇バイト（詐欺・窃盗罪）などによる被害が急増しているため、郵便局や銀行などの預貯金の口座やID パスワード、マイナ保険証、自動車運転免許証（マイナ免許証）、スマホ画面などのデータは家族と共有するなど“デジタル終活”も忘れないようにしましょう。また、これら関係機関での相談や書籍の読書だけでは十分理解できない場合、市消費生活センターや市高齢者支援課および「おくやみ」相談窓口、市福祉公社、日

本郵便の終活相談ダイヤル（0120-65-3741、平日 9 時～17 時。年末年始を除く）、あるいはこれらの被害に遭った友人や知人などに失敗談を伺い、互いに再発防止に努めたいものです。

なお、小生が 15 年前から毎月第二、第三日曜日の午後 1～5 時（7～9 月は軽井沢出前講座のため、休止）、境 3-12-10、ソフィー武蔵野 101 号室で主宰している地域サロン「ぷらっと」（JR 武蔵境駅北口から徒歩約 5 分）の茶話会（1 人 100 円、茶菓付き）に参加していただければ個別にご相談に応じますのでお気軽にお立ち寄り下さい。

いずれにしても、これまで 5 年間にわたって述べてきた「全国初の“終活互助”へのチャレンジ！」はいよいよ有志 3～4 人と境 3 丁目の自宅兼賃貸マンションや西東京市（旧田無市）向台町の戸建て住宅のいずれかで共同生活を送り、地域の保健・医療・福祉機関との連携・協力を得て互いに看取り合い、“人生 100 年”を謳歌するシェアハウスで「おひとりさまの老後」ならぬ“みなさまの老後”の実践へと移りたいと思いますので関心のある方はお気軽に「ぷらっと」をお訪ね下さい。もとより、その後の経緯は今後も「くらしフェスタむさしの」（同センター主催）の小冊子や報告会、また、武蔵野プレイスの市民登録団体としての活動、市内の各コミセンなどでの研修や講演、さらには自身のホームページ（HP）や拙著、動画などを通じ、お伝えできればと思っています。なぜなら、この「全国初の終活互助へのチャレンジ！」は社会保障・社会福祉学者としての小生のセツルメント（社会運動）であり、また、ソーシャルアクション（社会改良運動）の証とすべく何が何でも有言実行しなければと思っていますのでこれからもご支援のほどよろしくお願い致します。

***参考文献**

- ・川村匡由『老活・終活のウソ、ホント 70』大学教育出版、2019 年。
- ・川村匡由監修『終活に関する基礎知識～終活のススメ～
9-9（教育用 DVD）』MNK 合同会社、2025 年。
- ・婦人画報・川村匡由『葬式の本』婦人画報社、1991 年。

***連絡先**

- ・メール kawamura0515@ybb.ne.jp, kawamura0515@yahoo.co.jp
- ・電話 090-3102-8446（川村）
- ・HP <http://kawamura0515.Sakura.ne.jp>

以上