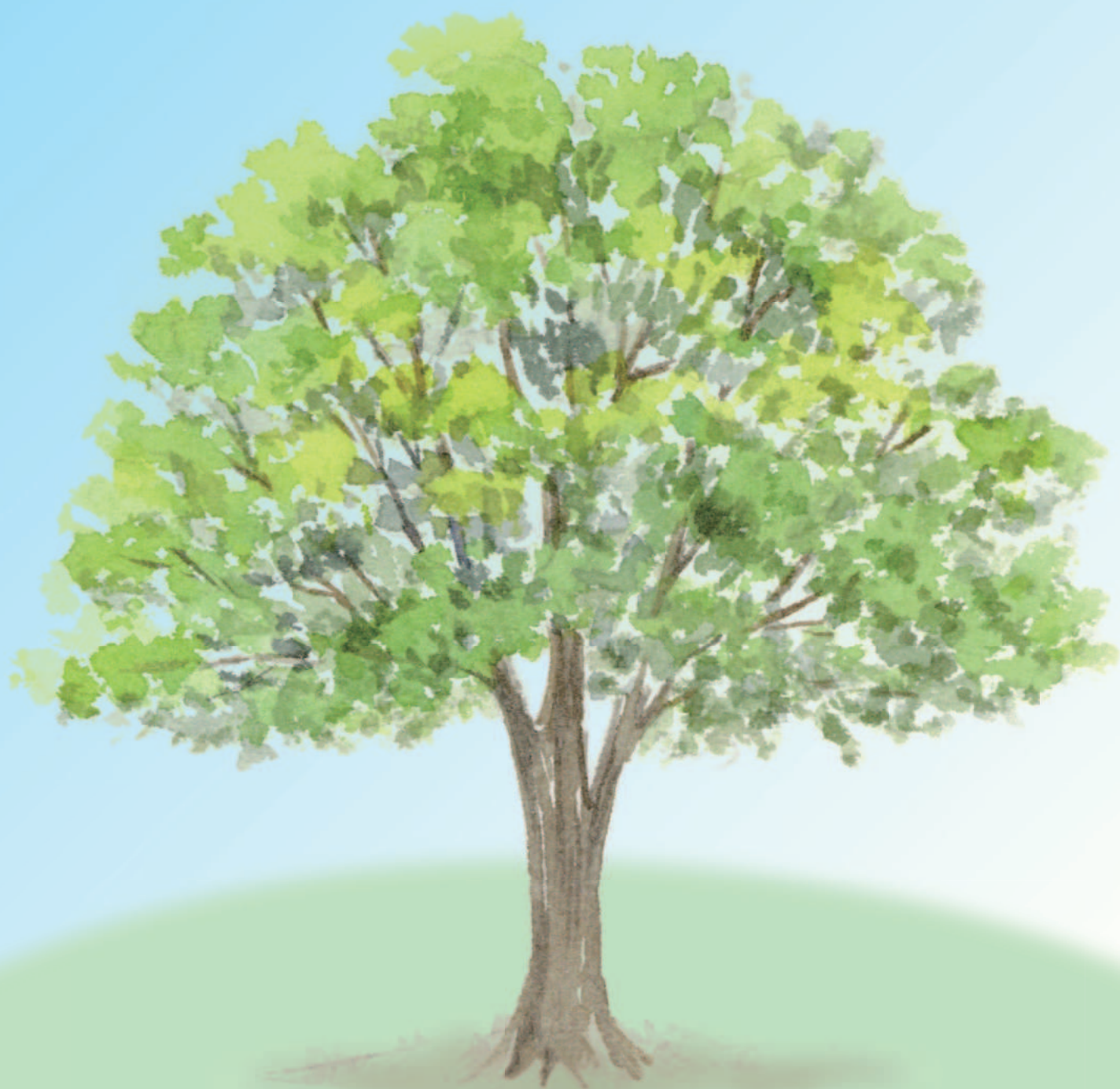


# わたしの生き方ノート

～これまでの自分と この先の自分へ～



つくば市

## 目次

終活を考えよう .....	P.1
【第1章】私のこれまで .....	P.4
【第2章】私のいま .....	P.8
【第3章】私のこれから .....	P.16
【第4章】私のエンディング .....	P.20
【第5章】私の終活プラン .....	P.24
各種相談・手続き窓口のご案内 .....	P.34

# 「終活」 を考えよう

## 終活、それはこれからも自分らしく生きるための大切な一歩

「終活」という言葉が生まれ、多くの人々がそれを知るようになりました。ですが、「終活」という言葉から思い浮かべることは、人それぞれ異なるようです。

葬儀の事前予約、お墓の購入、遺言書の作成、身の回りや持ち物の整理といった旅立ちの時やその後のことを「生前に準備すること」、  
延命治療や緩和ケアなど受ける医療や、  
介護が必要になったり認知症になった時のことを決めておくなど  
これからの「安心して過ごすために備えること」、  
そして、趣味や旅行、家族や友人との時間を楽しむなど、  
残りの人生を「自分らしく充実して生きること」。  
高齢期に行うべき様々なことが包括されて、「終活」と呼ばれています。

誰もが必ず向き合う、生老病死。

人間は歳を取り、衰えていき、最後には旅立ちを迎えます。

いま「旅立ちのその瞬間に立っている」と、想像してみてください。

そして、そこから「いまのあなた」を振り返ってみてください。

やっておきたいこと、やっておかなければいけないと思うことはありますか？

それを実際にやっておくことを、私たちは「終活」と呼んでいます。





# エンディングノートの 書き方

書き方の  
ポイント  
1

## すべての項目を 埋めようとしなくても大丈夫

はじめのページから取り組み、  
すべてを埋めようとしなくて構いません。  
興味のあるページがあれば  
そこから始めたり、考えてもなかなか  
埋まらないページは飛ばしてもよいでしょう。  
すべてを一通り書き終える目安を、  
3ヶ月程度と考えてください。  
このノートを目に留まりやすい場所に置き、  
何度も見返しながら少しずつ  
書き進めていきましょう。

書き方の  
ポイント  
2

## 書き変えても 大丈夫

気持ちが変わることは、  
もちろんあります。その場合は、  
既に書き込んだ箇所に線を引き、  
書き直してください。  
線の横に訂正した日付を  
書いておくとよいでしょう。  
何度か書き直すことで、  
気持ちが整理されていくことも  
あります。

## 定期的に 見直しましょう

裏表紙には、  
名前と誕生日の欄があります。  
毎年の誕生日にこのノートを見返して、  
情報や気持ちが変わっていないかを確認しましょう。  
このエンディングノートは、  
あなたの終活の  
パートナーです。

書き方の  
ポイント  
4

書き方の  
ポイント  
3

## 家族に 伝えましょう

あらかたを書き終えたら、  
家族に保管場所を伝えて内容を伝えましょう。  
いざという時に家族が困らないようにすることも、  
終活の大きな目的です。  
備忘録のページには、そのための大切な情報が残ります。  
家族がいない場合には、  
これからのことを託せる人に伝えましょう。  
あなたの人生や考えを伝えることは、  
あなたの信頼できる人達とお互いの絆を  
より深めることに繋がります。  
そのことが、これからの豊かな  
時間を創ります。

## 第1章

# 私のこれまで

終活を考えるにあたり、まずは自分に向き合う時間を持ちましょう。誕生からこれまでを思い出しながら、あなたの一度きりの人生を振り返ることで、終活を考えるための入口に立つことができます。

同時に、家族や周囲の人も「あなたの歩み」を知りたいと思っているかもしれません。これから共有する時間を、あなたはもちろん大切な人にとってもかけがえのないものとするために、まずはあなたをより深く理解してもらうことをこの章が手助けします。

### 出生について

誕生日	年 月 日
両親	父（氏名・どんな人だったか）
	母（氏名・どんな人だったか）
時代背景	
住んでいたところ	
こんな子どもだった	
幼い頃の思い出	

## 学生時代

得意科目	
好きだった本・ 映画・音楽	
思い出に残る 出来事	
将来の夢	
夢中に なったこと	

## 仕事のこと

経験した仕事	
この仕事に 就いた 理由・背景	
仕事をする上で 大切にしたい 信念・価値観	

### キーワード 自分史

自分のルーツや半生を文章にするもの。書くことで自分自身への理解が深まります。あなたの生きた軌跡は大切な人の「心の教科書」になるかもしれません。親の終活のきっかけづくりとして、子どもからプレゼントするケースもあります。

## 家系図

相続を考えるためにも「家系図」を作成しましょう。

この表に書き込んでいくことで自分の法定相続人が誰なのかを確認できます。

※法定相続人となるのは配偶者と血族です。同じ順位の人が複数いる場合には全員が相続人となります。先順位の人が1人でもいる場合は、後順位の人には相続人になりません。

### 書き方

亡くなった人の名前の横には×を記し、分かれば死因も記入しておきましょう。

長寿 花子×  
脳梗塞

祖父

祖母

父

配偶者

あなた

配偶者は、常に相続人になる

第一順位

子どもが死亡している場合は  
孫、ひ孫に

子ども

子ども

子ども

子ども

子ども

孫

孫

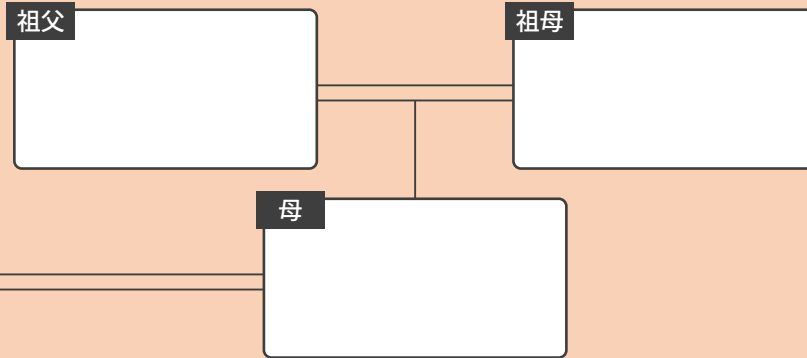
孫

孫

孫

## キーワード 家系図の作成

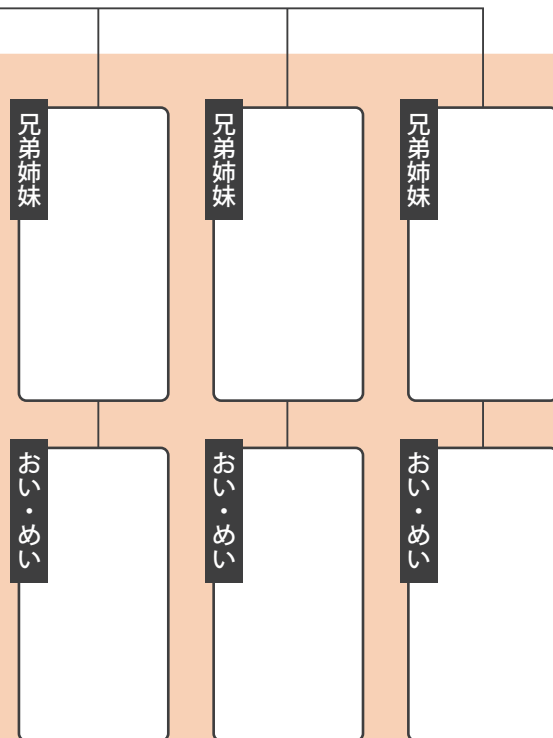
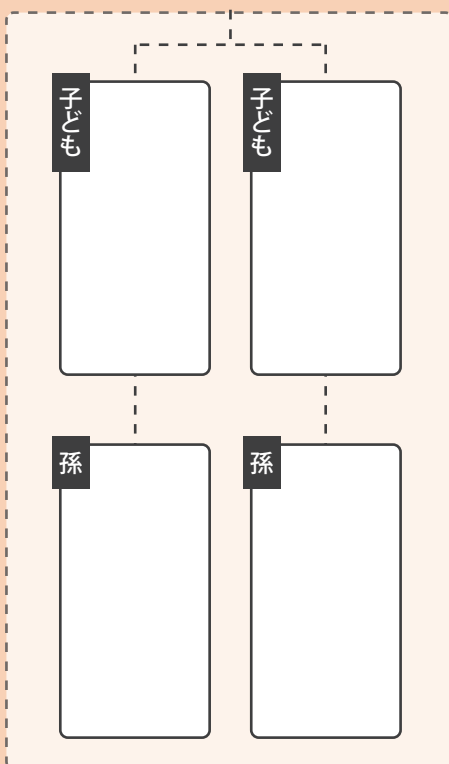
戸籍調査から依頼したい、遡ってより詳しい家系図を作成して家族に受け継いでおきたい、という場合には士業などの作成サービスを利用することも可能です。



第二順位

父母が死亡している場合は、祖父母に

前配偶者



第三順位

兄弟姉妹が死亡している場合は、おい・めいに

## 第2章

# 私のいま

あなたの身のまわりについて、記録しておきましょう。

情報を集めてひとまとめにすることは少し大変ですが、完成した時にはスッキリします。情報を一元管理することで、必要なものと不要なものをはっきりし、不要なものを解約したり処分したりと整理することもできます。

また、万が一に備えてあなたの情報を家族や周囲の人に分かるようにしておくことも、この章の大きな目的です。

### 基本情報

フリガナ	
氏名	
本籍地	〒
現住所	〒
電話番号	自宅 携帯
メールアドレス	パソコン @ 携帯 @ @



注意

エンディングノートが盗難されたり悪用されたりする場合に備えて、銀行やクレジットカードなど金融機関、パソコンや携帯電話など電子機器の「暗証番号」は、エンディングノートには記載しないようにしましょう。

## 医療情報

### ■かかりつけ医

病院名	担当科	担当医	電話番号
	科		
	科		
	科		
	科		

### ■常用薬

薬名	目的

薬名	目的

### ■持病

病名	発症の時期	いまの状態

### ■既往症

病名	治療期間

病名	治療期間

### ■アレルギー

原因物質	症状

原因物質	症状

### ■その他（緊急時、医師や救急隊員に知らせたいことなど）

例：身体の不自由な部分・ペースメーカーを入れている

## 公的情報

項目	記号	番号	その他
マイナンバー			
基礎年金番号	—		
健康保険			
後期高齢者 医療保険資格情報	—		
介護保険証			
運転免許証			
パスポート			
住民票コード			
印鑑登録カード			

### ■その他



注意

もしもに備え、医療や公的なカードや証書、生活インフラの請求書などはまとめておきます。  
同居していない家族などにも分かるように、保管場所を記しておきましょう。

保存場所

## 毎月の引き落とし情報

項目	取引先・契約番号	金融機関・支店・口座番号	名義人
電気料金			
ガス料金			
水道料金			
自宅 電話料金			
携帯 電話料金			
NHK 受信料			
クレジット カード			
デジタル サービス			

### ■その他

### キーワード 死後事務委任

亡くなった後の葬儀や納骨、解約や返納などの各種手続き（死後事務）を頼める人が周囲にいない場合に、生前に弁護士、司法書士、社会福祉士などの第三者に委任しておく方が増えています。

## 資産情報

### ■預貯金

金融機関	支店	種類	口座番号	名義人

### ■有価証券

名称や銘柄	金融機関	店名	口座番号	名義人

### ■不動産

種類	用途	所在地	名義人と持ち分

### ■保険

保険会社	証券番号	契約者	被保険者	受取人

## ■私的年金

名称	団体	連絡先

## ■借入金・ローン

借入目的	借入先	連絡先	借入額	返済方法	完済予定日

## ■その他



**注意**

借入金や保証債務など負債も相続の対象となります。  
相続人のために必ず書いておきましょう。

### キーワード 相続の生前対策

相続税の計算式や生前贈与についての情報を収集しましょう。  
不動産については納税資産の確保や空き家対策なども重要です。  
専門家に相談してみるのも良いでしょう。

## ペット

種類	名前	エサ	預けられるところ	かかりつけの動物病院

## 大切なもの

品物	保管場所	希望する処分方法	この宝物への思い

### キーワード 生前整理

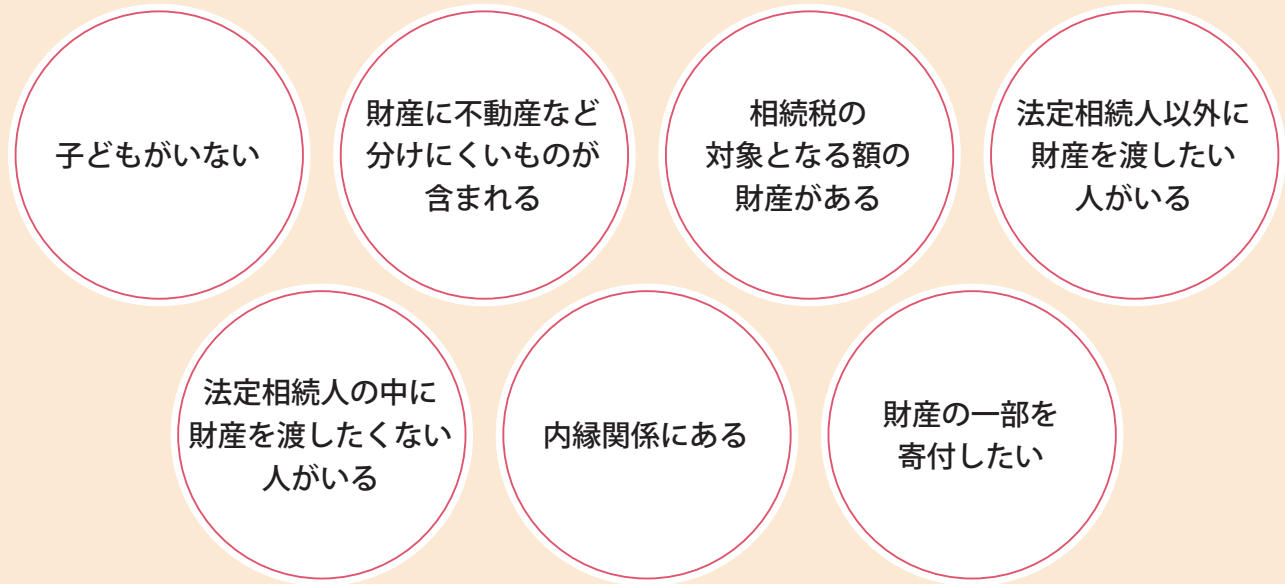
人生を豊かにしてくれた大切なものや思い出は、エンディングに向けてどう整理すればよいのでしょうか。

「最後まで手元に残すもの」「受け継ぐもの」「処分するもの」に分け、リフォーム・買い取り・廃棄といった最適な手段を検討しましょう。

## キーワード 遺言書の作成

遺産を誰がどう受け継ぐか、生前に決めておくための遺言書。お世話になった方への遺贈や社会貢献団体への寄付も可能にします。

■下記の項目が一つでも当てはまる方には遺言書の作成をお勧めしています。



■遺言書には作り方や手順があるので、注意が必要です。

	自筆証書遺言	公正証書遺言
作成方法	遺言者が全文をすべて自筆で書き、押印する。印鑑は認印でも可。封入の必要については規定はない。代筆やワープロ、録音などは不可。	本人が公証人に口述し、公証人が筆記する。実印、印鑑証明、身元証明書、相続人などの戸籍謄本、登記簿謄本などが必要。
作成場所	問わない	(原則) 公証役場
公証人	不要	必要
証人	不要	2人以上
費用	0円	相続財産の額によって変動
署名押印	本人	本人、公証人、証人
保管場所	法務局／遺言者が保管	公証役場が原本を保管
家庭裁判所の検認	必要	不要





## 残りの人生を豊かにする

「私がこれから大切にしていきたいことは

です」

### ■健康に過ごすために

### ■楽しく充実して過ごすために

### ■安心して過ごすために

■ やっておきたいこと

■ 一緒に過ごしたい人・会っておきたい人

■ 誰かの役に立つために

■ その他



## ■連絡してほしい人

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

名前	連絡先	間柄
知らせたいタイミング： <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> 危篤 <input type="checkbox"/> 通夜・葬儀 <input type="checkbox"/> 葬儀後		

### キーワード 葬儀の事前準備

遺族の約4分の3は家族が亡くなってから6時間以内に葬儀社を決めています。悲しみの中で十分な情報収集や検討ができないまま葬儀を決めると、後悔が残ってしまうことも。事前に意志を伝えておくことが大切です。

## お墓・埋葬について

お墓	<p>お墓を用意してある場合</p> <p>墓地名： 所在地： 連絡先： 石材店：</p> <p style="text-align: right;">契約者名：</p>
	<p>お墓を用意していない場合</p> <p><input type="checkbox"/> 新たに購入してほしい（<input type="checkbox"/> 一般墓 <input type="checkbox"/> 永代供養墓 <input type="checkbox"/> 納骨堂 <input type="checkbox"/> 樹木葬）  <input type="checkbox"/> 散骨してほしい（場所：）  <input type="checkbox"/> 手元供養してほしい <input type="checkbox"/> 家族に任せたい</p>
分骨	<input type="checkbox"/> 希望する <input type="checkbox"/> 希望しない
埋葬の費用	<input type="checkbox"/> 私の預貯金を使って欲しい <input type="checkbox"/> 特に用意していない <input type="checkbox"/> 保険・共済などで用意している（名称： 連絡先：）
備考	

## 仏壇について

仏壇	<input type="checkbox"/> 代々の仏壇を守ってほしい <input type="checkbox"/> 新たに用意してほしい <input type="checkbox"/> 必要ない <input type="checkbox"/> 家族に任せたい
備考	

### キーワード 改葬・墓じまい

遺骨を別のお墓に移す事、お墓を撤去・処分する事です。都市化や少子化が進み、先祖代々のお墓を継承することが難しくなるケースが増えてきました。家族構成や生活環境を踏まえて考えをまとめ、家族と相談しておくことが大切です。

MEMO

終活とは

私のこれまで

私のいま

私のこれから

私のエンディング

私の終活プラン

## 第5章

# 私の終活プラン

「興味はある」「やらなくてはと思っている」「でもなかなか手を付けられなくて」多くの方が同じようなお悩みを抱えています。つつい先延ばしにしてしまうのが終活。ここからは、『はじめの一步』が踏み出せるように、計画を立てていきましょう。

### 見落としがちな項目を確認

check 1	出生時の本籍地を知っている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 2	突然入院することになった場合、頼みごとをする人を決めている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 3	要介護状態になった時の介護の希望をまとめている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 4	延命や終末期医療の希望を記録している	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 5	自分の法定相続人が誰かを知っている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 6	預貯金口座をすべて把握している	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 7	遺言書を作成している	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 8	葬儀の希望を伝えている	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
check 9	お墓を用意している	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ

第一章から第四章までを書き進め、あなたの状況、また考えや想いを整理してきました。その中であなたにとって「やっておかなければいけないこと」「やっておきたいこと」は何だったでしょうか？

### キーワード 資産の整理とモノの整理

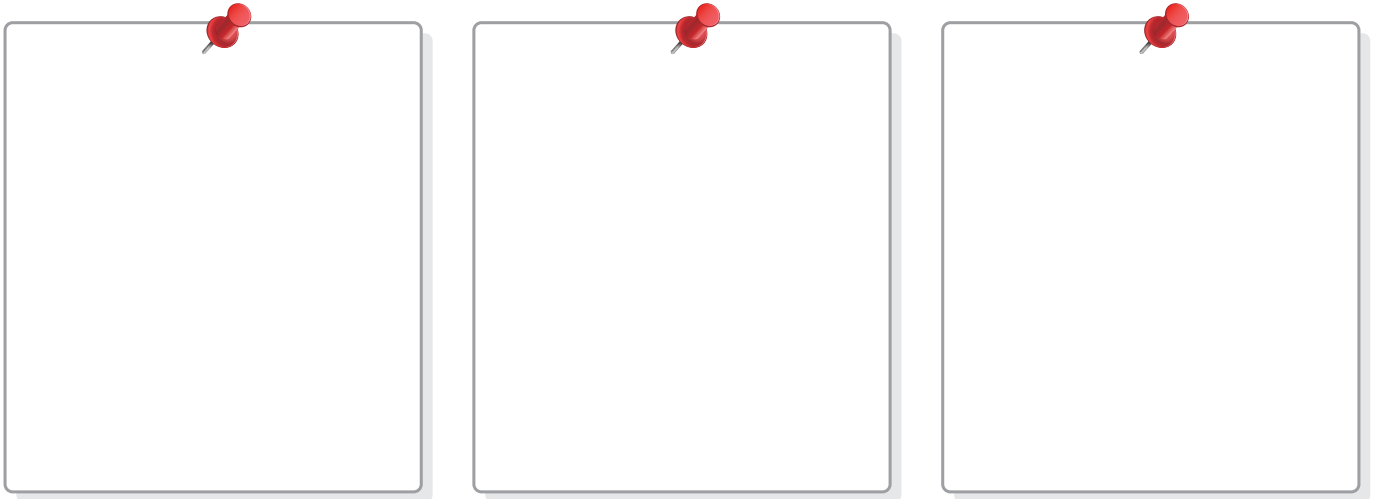
遺していくものは「資産」と「モノ」に分かれます。

資産の整理であれば、不動産の整理、生前贈与、遺言書の作成など。モノを最小限にしておくための整理であれば、受け継ぐものと処分するものに分けて、それぞれに最適な方法を選択することがおすすめです。

前項の「やっておかなければいけないこと」「やっておきたいこと」に取り組むうえで、事前にやらなければいけないことを書き出してみましょう

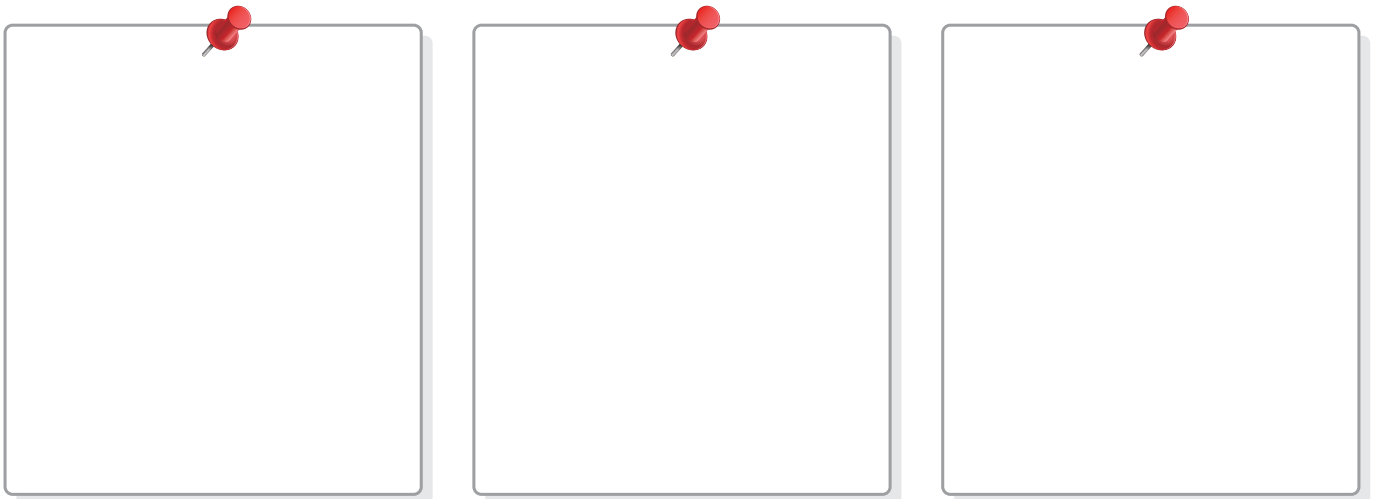
■不足している情報や必要な情報

例：お墓の種類・金額を調べる、法定相続人を知る etc.

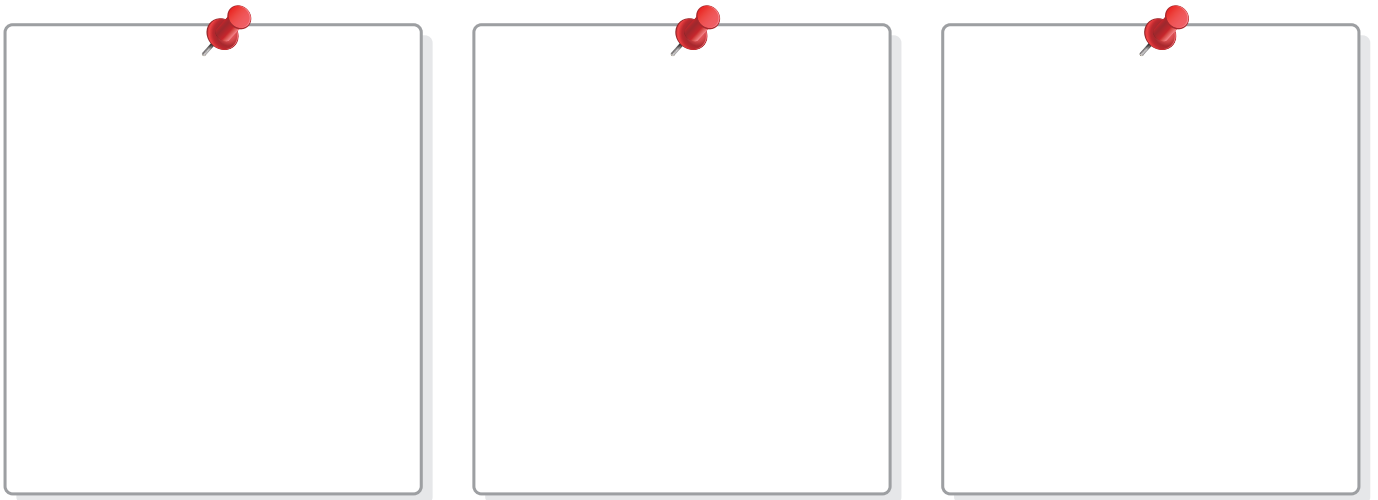


■事前に考えなければならないことや決めなければいけないこと

例：お墓の場所・種類を決める、誰に何を相続するか決める etc.



■家族や周囲の人と相談しなければいけないこと



取り組むこと

事前準備

いつから

何を

例：お墓の種類・金額を調べる、  
法定相続人を知る etc.

はじめの一步 (行動)

いつから

何を

例：資料を請求してお墓の見学に行く、  
行政書士・税理士に相談する etc.

## 自分年表

いつ何をしたいか取り組みたいことを未来の年表に書いてみましょう

「やらなければならないこと」「やりたいこと」も合わせて年表に書いてみましょう

目標年齢

( ) 歳

( ) 歳

わたし

取り組みたい内容・やらなければならないこと・やりたいこと

( ) 歳

エンディング

の年表

### 書き方例

目標年齢

(70)歳 (73)歳

取り組みたい内容・やらなければならないこと・やりたいこと

孫とたくさん遊ぶ  
介護施設へ見学に行く  
世界遺産を見に行く

「大切なあなたへ」

どうしても言葉にできない想い。

照れてしまって伝えられない感謝の気持ち。

本当は想いを伝えておきたい人へ、お手紙を書いておきましょう。



---

---

^

---



名前

年

月

日

---

---



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

^

Large empty rectangular area for writing, framed by a double-line border.



名前

年

月

日

\_\_\_\_\_

「大切なあなたへ」

どうしても言葉にできない想い。

照れてしまって伝えられない感謝の気持ち。

本当は想いを伝えておきたい人へ、お手紙を書いておきましょう。



---

---

^

---



名前

年

月

日

---

---

## 終わりに

「あなたは、この先の自分をどう生きたいですか？」  
いきなりこんな問いを投げかけられたら、大半の人は言葉に詰まるでしょう。  
幼い頃は、「地球の危機を救うヒーローになる」などと、無邪気な夢を描いていた…。  
年齢を重ねた今、言えるのは、  
楽しいことも、つらいことも、いろいろあった中で、  
ともかく、“私なりに精いっぱいやってきた”ということ。  
さて、“この先の自分”となると、どうだろう？ なんだかピンとこない。  
進学、就職、恋愛、結婚、出産、子育て、仕事、人間関係、希望、挫折、  
ふり返れば、人生の節目を経て、現実と折り合うことを覚える一方で、  
自分の未来、自分のこれからに対する関心を手放してしまったのかもしれない…。  
こんな風に思う人もいらっしゃるのではないのでしょうか。

人生の後半、ラスト・スパートの時期にある今のわたしたちに必要なのは、  
**がんばってきた自分をしっかり認め、そこを足場に、  
自分の未来の希望を具体的に想像して、整理しておくことです。**

未来に自分が立っていると想像して、そこから「今のわたし」を見つめることを通して、  
残りの人生でやり残してきたこと、やっておきたいこと、やらなくてはいけないことを  
明らかにする。これがこの「わたしの生き方ノート」の役割です。  
これまで過ごしてきた時間の中で、どれだけ多くのつながりに支えられて生きてきたのか、  
生かされてきたのかに気づくきっかけとしても使えます。

最期の時期の準備をするために記入するものではありません。  
**「あなたが、これからの人生をよりよく生きてゆくためのツール」**なのです。

このノートを書くことによって  
憂いのない日々を過ごすことができるようになったり、  
家族や友人など縁があって交流してきた人たちに対する感謝の気持ちに気付いたりします。  
わたしたちが毎日眺めている筑波山は、その昔、神祖(みおや)の神を歓待したことにより、  
人々が集まり歌舞飲食が絶えない、という伝説を持つ山です(常陸国風土記)。  
いわば、人々のつながりの象徴。

その紫峰の優美な姿に抱かれつつ、あなたのことを思う周囲の人に囲まれて、  
笑顔と希望に満ちた日々が送れるように、このノートをぜひ活用してください。

# 各種相談・手続き窓口のご案内

主な内容	担当窓口	電話番号 (029)
介護保険について	介護保険課	883-1111 (代表)
在宅高齢者へのサービスについて	高齢福祉課	
障害者手帳・手当・サービスについて	障害福祉課	
住民票、戸籍、死亡届について ※死亡届に伴う主な手続きを1か所で済ませることができる「おくやみ窓口」を開設しています。	市民窓口課	
国民健康保険について	国民健康保険課	
国民年金、後期高齢者医療、マル福について	医療年金課	
住民税、軽自動車税について	市民税課	
固定資産税について	資産税課	
市税の納付について	納税課	
所有する住宅の今後の管理・利活用について (管理不全な空き家にならないために)	住宅政策課	
ペット (犬) について	環境保全課	
ごみの分け方・出し方について	環境衛生課	
サステナスクエアへのごみの搬入について	サステナスクエア管理課	
上下水道料金、使用開始・変更・休止について	水道お客様センター	851-2811
成年後見制度、日常生活自立支援事業について	つくば成年後見センター (つくば市社会福祉協議会)	879-5511

## ■高齢者等の総合相談窓口 地域包括支援センター

名称・所在地	担当圏域	電話番号（029）
筑波地域包括支援センター 北条1184-1（筑波園敷地内）	筑波	828-5806
大穂地域包括支援センター 要1187-299（筑波記念病院敷地内）	大穂	869-9527
豊里地域包括支援センター 遠東639番地1（高齢者支援センターとよさと内）	豊里	886-6147
谷田部東地域包括支援センター 手代木1932（サンシャインつくばリゾート内）	谷田部東	897-3231
谷田部西地域包括支援センター 上横場2290-9（トレランス田村敷地内）	谷田部西	893-3170
桜地域包括支援センター 栗原2470番地（高齢者支援センターさくら内）	桜	829-6102
荃崎地域包括支援センター 下岩崎2068番地（高齢者支援センターくきざき隣）	荃崎	886-9500
つくば市地域包括支援センター 研究学園1-1-1（市役所1階地域包括支援課内）	各センターの統括	883-1111（代表）

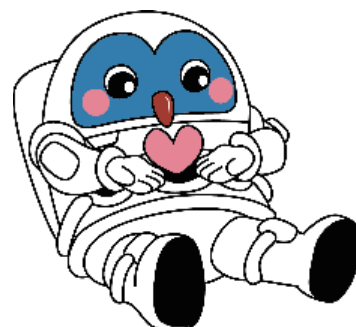
※令和8年（2026年）3月現在の情報を掲載しています。

※年度途中で変更があった場合は、市報等でお知らせします。

※詳しい地区はつくば市ホームページをご覧ください。

高齢者と介護者が生きがいを持ち、  
住み慣れた地域で安全で安心して暮らせるまちづくり

つくば市高齢者福祉計画 基本理念



つくば市イメージキャラクター フックン船長

MEMO

A large grid of graph paper, consisting of 20 columns and 30 rows of small squares, intended for writing or drawing.

MEMO

A large grid of graph paper for writing notes, consisting of 20 columns and 30 rows of small squares.

MEMO

A large grid of graph paper, consisting of 20 columns and 30 rows of small squares, intended for writing or drawing.

# 遺品整理 生前整理 空き家片付

美術品・  
貴金属・骨董品  
現金買取  
致します



貴金属、ダイヤ、宝石、骨董品、刀、鎧、  
掛け軸、お茶道具、着物、絵画、切手古銭、  
アンティークから家具家電まで

家財一式一括買取致します。

地元で愛され33年。信用第一で営業致しております。  
店舗にて買取・販売も致しておりますので  
捨てる前にお気軽にご相談ください。

**出張見積無料。プライバシー厳守。**

お気軽にお問い合わせください。

 **0120-693-100**

**(有)マックス** つくば市下広岡1055-284

<https://max-ihinseiri.com/>

古物商許可第 401180000887 古物市場許可証第 401270001060  
特定国際種事業者 S 3-08-00048  
産業廃棄物収集運搬業許可 00801204111



\\ こんなお悩みありませんか？ //

戒名だけ  
つけて欲しい

檀家にはいっていないが  
ちゃんとしたお坊さん  
にお経をあげて欲しい

近くに  
お寺がない

法事をすべき立場になったが  
どうしていいかわからない

葬儀や法要の際のお布施  
お車代などのお金のことが不安

# 寺院のお坊さん 僧侶を紹介、 派遣いたします！

主要八種宗派対応

## いのお坊さん

法事・法要の  
お手配総額

# 4.5

万円~

## 決まった金額だから安心！

# ☎ 0120-948-833

受付時間 9:00 - 17:00 相談無料 お気軽にお電話ください

<https://lp.e-sogi.com/tehai/>

いのお坊さん



二次元バーコードからアクセス



運営：株式会社鎌倉新書 〒104-0031 東京都中央区京橋2丁目14-1 兼松ビルディング3階  
「いのお坊さん」の運営は、1984年創業の出版社である株式会社鎌倉新書(東証プライム上場、証券コード:6184)が行っています。



いい相続

3つの質問に答えるだけで、  
あなたに必要な相続手続きがわかります！



診断結果と合わせて便利な相続手続きチェックリストを無料で進呈中 >>>

# 相続手続き 無料1分診断

簡単かつ迅速にあなたの相続手続きに関する状況を診断することができます。  
診断後は、相続に強い専門家との無料面談もご案内可能です。

簡単な3つの  
質問でわかる！

- ☑ 法定相続人の  
人数は  
わかりますか？

---

- ☑ 該当する  
相続財産を  
お選びください

---

- ☑ 相続税の申告は  
必要ですか？

※質問の答えが不明な場合、不明・  
わからないを選択すれば手続きが  
確認できます。  
※実際の回答画面とは異なります。

こんな方に  
おすすめ！



- 相続手続きが  
初めての方
- 必要な書類や  
手続きを知りたい方
- 専門家の  
サポートが欲しい方

▶ 相続手続き 無料1分診断はこちらから！

<https://www.i-sozoku.com/> いい相続 1分診断



診断後、専門相談員による無料相談も可能です！お気軽にお問い合わせください

通話料無料

☎ 0120-992-467

受付時間

平日9時-20時 / 土日祝9時-18時

運営元：株式会社鎌倉新書 〒104-0031 東京都中央区京橋2丁目14-1 兼松ビルディング3階

発行 行 つくば市  
編集／発行 株式会社鎌倉新書  
発行年 2026年5月

名前	生年月日					
最終修正日  書き直した時や 追記した時に日付を つけておきましょう。	1 年 月 日	4 年 月 日				
	2 年 月 日	5 年 月 日				
	3 年 月 日	6 年 月 日				