

終活のすすめ

|| 未来に備えるために今でできること ||



むかいアドバイザリーグループ代表
税理士 司法書士 行政書士

向 貴子

■ はじめに

「終活は「これから生きる」ための準備」

「終活^{しゅうかつ}」という言葉が耳にする機会が増えてき

ましたが、「まだ自分には早い・縁起でもない」と感じる方も多いのではないのでしょうか。しかし、終活とは「死の準備」ではなく、人生の最期まで、自分らしく安心して生きるための前向きな活動なのです。

私は税理士・司法書士として多くの高齢者やご家族と接してきましたが、「もっと早く話しておけばよかった」「準備していれば家族が困らなかつた」という声をたくさん耳にします。元気なうちにこそ、自分の希望や思いを整理し、家族と共有しておくことが、将来の不安を減らす力になります。終活には、財産の整理だけでなく、医療や介護の希望、葬儀や

お墓のこと、家族へのメッセージなど、幅広い内容が含まれます。そして何より大切なのは「もしもの時に備えて、自分の気持ちを明確にしておく姿勢」です。

私の専門分野である遺言・相続税対策・認知症対策（任意後見・家族信託）を中心に、終活のポイントをわかりやすくお伝えしていきます。

1 争い族 にしないために ～遺言の活用～

（1）「うちは子どもたちが良いから、相続でもめることはないですよ。」

ひと昔前までは、「相続は長男が継ぐもの」という意識が広く浸透していました。しかし、近年ではそうした慣習にとらわれない価値観が広がり、法定相続人となった親族一人ひとりの権利意識が高まっています。さらに、少子化や核家族化といった家族構成の変化も加わり、相続をめぐるトラブルは年々増加傾向にあります。

「うちは兄弟仲が良いから問題ない」と思っている、いざ相続の場面になると、思わぬ感情の葛藤や対立が起ることは珍しくありません。

相続トラブルが起きやすいのは、必ずしも財産が

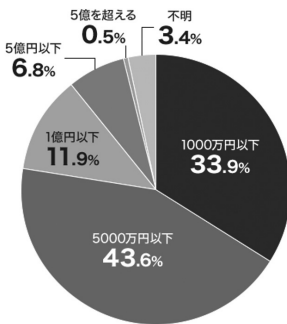
多い家庭とは限りません。むしろ「財産が少ない家庭」の方が争いに発展しやすいという統計もあります。令和5年度の家庭裁判所のデータによれば、遺産分割事件の約8割が相続財産5000万円以下のケースでした。これは、財産が少ないからこそ「分けにくい」「譲れない」といった感情が表に出やすく、話し合いがまとまりにくい現実を示しています。

こうしたトラブルの背景には、多くの場合「本人の意思が明確にされていないかった」ことが挙げられます。だからこそ、生前に自分の考えを法的に示しておくことが重要です。その手段が「遺言」の作成です。

「遺言」とは、

亡くなった後、自分の財産を誰にどのような渡すかを決める法的効力を持った意思表示です。遺言があるかな

遺産分割事件のうち認容・調停成立件数
(遺産の価額別)



最高裁判所事務総局「令和5年司法統計
年報3家事編」第53表をもとに作成

いかで、相続が円滑に進むかどうかが大きく左右されます。

(2) 遺言は「家族への最後の思いやり」

遺言があることで、遺されたご家族は「お父さん（お母さん）が考えていたこと」を理解することができ、無用なトラブルを避けやすくなります。また、遺言には財産の分け方だけでなく、「介護をしてくれた長女への感謝」や「この土地は代々守ってきたので長男に託したい」など、気持ちや想いを残すことも可能です。特に、次のようなケースでは、遺言があることで相続トラブルを未然に防ぐ強力な手段となります。

- ・ 子どもがいないご夫婦の場合
- ・ 再婚・事実婚など、家族関係が複雑な場合
- ・ 特定の子どもに多くの財産を遺したい場合
- ・ 不動産が財産の中心で、分け方が難しい場合
- ・ 会社を経営しており、自社株などの事業用財産を保有している場合
- ・ 相続人以外（内縁の妻や生前お世話になった方など）に財産を遺したい場合

(3) 遺言書の種類と特徴

遺言書には、主に自筆証書遺言と公正証書遺言の2つの方式があります。

◎ 自筆証書遺言

本人が全文を自筆で書く方式です。費用をかけずに自宅で作成できるのが利点ですが、形式の不備や保管場所の不明などにより、無効になったり見つからなかったりするリスクがあります。

※ 令和2年からは、法務局で遺言書を保管する制度が開
始され、一定の利便性が向上しています。

◎ 公正証書遺言

公証役場で公証人が作成し、原本を保管する方式

です。最も確実かつ安全で、専門家の立ち会いもあるため、法的なトラブルが起こりにくい点
が特徴です。そのため、私は実

自筆証書遺言と公正証書遺言の特徴（一覧表）

	自筆証書遺言	公正証書遺言
作成方法	自分で記述	公証人が記述
証人	不要	2人必要
家庭裁判所の 検認	必要 (法務局に預けない場合)	不要
保管方法	自分 (法務局保管も可能)	原本は公証役場
費用	0円 (法務局保管なら 3900円)	16000円～ (財産に応じ加算)
メリット	手軽に作成できる 費用がかからない	無効になりにくい 紛失のリスクなし
デメリット	無効になりやすい (形式に厳格な ルール)	費用と手間がかかる



務の立場から、可能であれば公正証書遺言の作成をおすすめします。

(4) 公正証書遺言を専門家に依頼する場合の流れ

遺言書の作成は、一生に一度あるかないかの重要な手続きです。形式や言葉の選び方ひとつで効力が左右されるため、弁護士、司法書士、税理士、行政書士などの専門家に依頼して作成される方が安心です。

作成の一般的な流れは、以下のとおりです。

① ヒアリング・内容整理

ご本人の財産状況、家族構成、遺産分割のご希望をお伺いし、どのように財産を分けるかを一緒に検討します。この段階で特に大切なのが、「遺留分^{いりゅうぶん}」への配慮です。

② 遺留分の確認と配慮

遺留分とは、配偶者や子などの法定相続人に対して、法律上最低限保障されている取り分のことです。たとえば、「全財産を長男に相続させる」と遺言に記しても、他の相続人（次男や妻など）が遺留分を請求すれば、その相当額を支払う必要が生じる場合があります。遺言書を作成する際には、法定相続人

が持つ「遺留分」への配慮が欠かせません。

【具体例】

- ・ 財産総額 6000万円
 - ・ 相続人 長男・次男(法定相続分 各3000万円)
 - ・ 遺留分 各1500万円(法定相続分の1/2)
- 仮に、「すべてを長男に相続させる」と遺言に記した場合でも、次男には1500万円分の取り分(遺留分)を請求する権利があります。これを「遺留分侵害額請求」と言います。

このようなトラブルを避けるには、遺留分に配慮した分け方を事前に検討することが大切です。

さらに、後述する「付言事項^{ふげんじこう}」によってその意図や感謝の気持ちを伝えることで、遺された家族の受け止め方も大きく変わります。

③ 書類の準備・原案作成

遺言書の作成にあたっては、下記のような書類等の準備が必要です。

- ・ 遺言をする本人の印鑑証明書
- ・ 相続人の戸籍謄本
- ・ 不動産の登記簿・固定資産評価証明書

・ 預貯金額の確認 など

これらの資料をもとに、公証役場に提出する原案を専門家が整えます。文書内容が法的に有効かどうか、表現に問題がないかをしっかりと確認する作業も重要です。

④ 公証役場での作成

遺言をする本人と証人2名（※専門家側で手配可能）が公証役場に出向き、公証人が内容を読み上げ、たうえで、意思を確認し、署名・押印します。

原本は公証役場に厳重に保管されるため、紛失や改ざんの心配がありません。

（5）遺言に気持ちを添える「付言事項」の力

遺言書には、「付言事項」という自由記述欄を設けることができます。これは、遺産の分け方の背景や、家族への感謝の気持ちを伝えるメッセージです。法的拘束力はありませんが、相続人の心情に大きく働きかける効果があるため、実務上も非常に重要です。たとえば、以下のような一文があるだけで、家族の受け止め方が大きく変わります。

「長女には長年にわたって介護してもらい、心か

ら感謝しています。今回の遺言では、その思いを反映して、他の相続人より多くの財産を相続させることにしました。どうか私の気持ちをご理解いただき、今後とも皆で仲良く過ごしてくれることを願っています。」



このように、「なぜその分け方にしたのか」「どんな思いを託しているのか」を言葉にして伝えることは、遺されたご家族が納得しやすくなる大きな助けとなります。たとえば法的な拘束力がなくても、気持ちを込めたメッセージがあることで、相続が「争い」ではなく、「想いをつなぐ」ものになるのです。

（6）遺言は「もしも」の備えではなく、「今」

できる家族への贈り物

「遺言なんてまだ早い」「元氣なうちには必要ない」——そう思われる方も多いかもしれません。しかし、健康で判断能力がある今こそが、遺言作成に最も適したタイミングです。突然の病氣や認知症の発症に

よって、遺言を作れなくなることは十分にあり得ます。そうになると、自分の思いを残せないまま法律の規定に従うことになり、望まない分配や家族間のトラブルを招く可能性もあります。

だからこそ、遺言はいつかではなく、今考えるべき準備なのです。それは単に「財産の分け方」を決める書類ではなく、「家族への思いやり」を形にする心のメッセージでもあります。家族を守り、自分らしく人生を締めくくるために、遺言という備えを前向きに考えてみてはいかがでしょうか。

2 税金の負担を減らす〜相続税対策の基本〜

(1)「相続税なんてお金持ちだけの話でしょ?」

そう思っている方も多いかもしれません。たしかに、すべての相続に税金がかかるわけではありません。しかし近年、不動産をお持ちの方や、一定以上の財産をお持ちのご家庭では、相続税がかかるケースが増えてきています。

たとえば、何十年も前に取得した株式や金、不動産などが、今では大きく値上がりしているということともよくあります。こうしたケースでは、現金をあ

まり持っていないのに、相続税だけが多額にかかる、という事態も起こり得るのです。

相続税がどのように計算されるのか、そしてどのような準備をしておけば良いのかを知っておくことは、将来の不安を減らし、家族の安心につながります。

(2) 相続税のかかるラインとは?

相続税は、亡くなった方(被相続人)の財産の総額から、「債務控除(借金や未払費用など)」や「葬儀費用」などを差し引き、さらに「基礎控除額」を差し引いた後の金額に対して課税されます。

この「基礎控除額」は、次の計算式で求められます。

「3000万円+600万円×法定相続人の数」

たとえば、相続人が配偶者と子ども2人の計3人であれば、基礎控除額は4800万円となります。

つまり、相続財産の評価額がそれ以下であれば、相続税はかかりません。

「それほど資産があるとは思っていなかった」というご家庭でも、いざ財産評価してみると相続税の申告が必要になるケースもあります。

国税庁「令和5年分 相続税の申告実績の概要」によると、令和5年に亡くなられた方（被相続人）は全国で約157万6000人おり、そのうち相続税の申告があったのは約15万6000人、つまり、約10人に1人（約9・9%）が相続税の申告対象となっています。

また、石川県においては、令和4年（※現時点で令和5年データ未公表）に亡くなられた方は1万4316人、そのうち申告件数は1211件、約12人に1人（約8・5%）にのぼっており、県内でも一定の割合で相続税の申告が発生していることがわかります。

（3）生前からできる相続税対策

相続税の対策を始めるにあたって、まず大切なのは「現状の把握」です。自分がどのくらいの財産を持っているのか、誰が相続人になるのか、そして家族関係にトラブルの火種がないか、こうした情報を整理することが、すべての出発点となります。

これは、いわば相続の「健康診断」のようなものです。健康診断をせずに薬を処方できないのと同じで、財産や家族の状況を把握しないまま相続税対策

を講じても、効果的とは言えません。まずは、以下のような点を確認してみましよう。

- ・ 現金・預貯金・不動産・株式などの資産の内容及と金額

- ・ 借入金や保証債務などの負債の有無

- ・ 配偶者・子ども・兄弟姉妹など、相続人となる人とその人数

- ・ 家族間の関係性（疎遠な相続人がいるか、過去に贈与を受けた人がいるかなど）

こうした現状をしっかりと整理したうえで、相続税対策は主に次の3つの柱で検討します。

- ◎ 税金をなるべく少なくするための「節税」

- ◎ 相続税をきちんと支払えるようにする「納税資金の準備」

- ◎ 家族が争わないように工夫する「遺産分割の方法」

次からは、特に「節税」と「納税資金の準備」について基本的な考え方と具体的な方法をご紹介します。

(4) 生前贈与の活用

① 生前贈与が節税対策になる理由

相続税は、亡くなった時点で残っていた財産に対してかかる税金です。生きているうちに少しずつ贈与しておけば、相続のときに残る財産が減り、相続税の節税につながるという考え方です。また、生前贈与を活用することで、自分が「誰に・どのように、財産を渡したいか」を事前に決めておくことができます。そのため、相続トラブルの予防にも役立ちます。

② 贈与税の基本的なしくみ

生前に財産を贈与すると「贈与税」がかかることがあります。贈与税は、財産をもらった側(受贈者)が支払う税金です。贈与税には「暦年課税制度」と「相続時精算課税制度」の2つの課税方法があります。

③ 暦年課税制度(年間110万円まで非課税)

一般的によく利用されているのが、暦年課税制度です。この制度では、1年間(1月1日～12月31日)に受け取った贈与財産の合計が110万円以下であれば、贈与税がかかりません。たとえば、子どもや

孫に毎年110万円ずつ贈与していけば、数年かけて多くの財産を非課税で渡すことができます。

【注意点】

・ 毎年同じ金額・同じタイミングで贈与を続けると、「最初からまとめて渡すつもりだった」と判断されて、まとめて贈与税がかかることもあります。そのため、毎年の贈与がきちんとその年ごとのものだとわかるように、「贈与契約書」を作るなど、記録を残しておくことが大切です。

・ 亡くなる前7年以内に行った贈与は、「生前贈与加算」として相続税の対象に加えられることがあります。注意が必要です。生前にコッコツと暦年贈与をしても、結果的に相続税の対象に加えられると、節税の効果が薄れてしまうケースもあります。

④ 相続時精算課税制度(2500万円まで贈与税ゼロ・相続時にまとめて課税)

相続時精算課税制度は、60歳以上の親や祖父母が、18歳以上の子や孫に対して財産を贈与する際に利用

できる制度です。最大の特徴は、累計で2500万円までの贈与であれば贈与税がかからないという点です。ただし、贈与を受けた財産は、将来相続が発生した際に相続財産に合算され、相続税の対象として精算されます。つまり、贈与税が免除される制度ではなく、課税のタイミングが相続時に「先送り」される仕組みといえます。

制度を利用するには、最初に「相続時精算課税選択届出書」を税務署に提出する必要があります。いったん選択すると、毎年110万円までが非課税となる「暦年課税制度」には戻れません。そのため、これまではこの制度を選ぶと、暦年課税のような毎年の110万円の非課税枠を使うことができませんでした。

しかし、令和6年度の税制改正により、この制度は格段に使いやすくなりました。

令和6年1月以降の贈与からは、新たに相続時精算課税制度においても「年間110万円までの贈与」には基礎控除が適用され、贈与税がかからなくなりました。さらに重要な点として、この110万

円分については、暦年課税とは異なり「生前贈与加算（亡くなる前7年以内に行った贈与は相続税の対象に加えられるしくみ）」の対象にもなりません。

従来の暦年課税制度のメリットを取り入れつつ、「生前贈与加算がない」という点で、より柔軟で使いやすい制度へと見直されました。

この改正により、まとまった贈与だけでなく、少額の贈与でもこの制度を活用しやすくなり、今後は選択肢として検討される場面がさらに増えていくと考えられます。

もともと、財産の内容や金額、贈与の目的によって適した制度は異なります。実際に制度を活用する際には、税理士などの専門家に相談することをおすすめします。

（5）生命保険を活用した納税資金の準備

相続税は「原則として現金一括払い」が求められます。しかし、相続財産が不動産中心で現金が少ない場合、「納税のために家や土地を売らなければならない」という事態になることもあります。そのような場合に備えて、生命保険を活用する方法があり

ます。

たとえば、受取人を相続人に指定して死亡保険金を準備しておくことで、相続発生時に納税に充てる現金を確保できるのです。しかも、死亡保険金には「500万円×法定相続人の数」までの非課税枠があり、一定の節税効果も期待できます。

(6) 専門家の助言で、無理のない対策を

相続税の対策は、「とにかく節税すればよい」という単純なものではありません。たとえば、無理に不動産を共有した結果、かえって家族関係がぎくしゃくしてしまったり、生前贈与や保険金の受取額に差が出て不公平感が残ったりと、節税のつもりが新たなトラブルを生むこともあります。

また、税制は改正が繰り返されており、制度の内容や税務の解釈も年々変化しています。そのため、最新の情報に基づいた対策をとることが非常に重要です。「うちは相続税がかかるかもしれない」と少しでも感じたら、まずは税理士などの専門家に相談してみてください。

3 認知症に備える ―任意後見制度と家族信託―

(1) 人生100年時代

長生きが当たり前になった今、「まだ元気だから大丈夫」と考えていても、将来の認知症や判断力の低下に備えることが大切です。実際には、認知症により自分の財産を自由に使えなくなるケースが増えており、社会問題にもなっています。

「困ったら家族がなんとかしてくれる」と思う方も多いかもしれませんが、たとえ実の子どもでも、法律上の権限がなければ預金を引き出したり、不動産を売却したりすることはできません。

自分の意思で「誰に・何を任せるか」を元気うちに決めておくことは、ご本人の安心につながるだけでなく、家族への思いやりにもなります。

ここでは、そんな備えの方法として「任意後見制度」と「家族信託」の2つをご紹介します。

(2) 判断能力があるうちに契約する「任意後見制度」
任意後見制度は、判断力があるうちに「将来、判断できなくなったときに財産管理を任せたい人」と契約を結んでおく制度です。

契約は公正証書で行い、いざ判断能力が低下したときには家庭裁判所が「任意後見監督人」を選任し、契約がスタートします。

たとえば、通帳の管理、介護施設の支払い、不動産の賃貸など、日常的な財産管理を信頼できる家族や専門家に任せることができます。

さらに、家庭裁判所の監督があるため、不正のリスクも低く、安心して任せられるのが特徴です。

(3) より柔軟な財産管理に対応できる「家族信託」

一方、近年導入事例が増えているのが「家族信託（民事信託）」です。こちらも、判断能力があるうちに契約する点では任意後見制度と共通しています。が、より柔軟で自由度が高い仕組みです。

家族信託とは、ご本人（委託者）が信頼できる家族など（受託者）に自分の財産の管理・処分などを任せる契約です。

たとえば、以下のようなケースで活用されています。

- ・ 認知症に備えて、将来の預金管理を家族に任せられるようにしておく

- ・ 施設に入所した後、実家を売却して介護費用に充てられるよう準備しておく

- ・ 賃貸アパートなどの不動産の管理や修繕、賃料の出入金を家族に託す

特に、認知症によって判断能力が低下した後では、家族が預金を引き出したり不動産を売却したりすることは原則できなくなります。そうした将来の不自由に備える方法として、家族信託は非常に有効です。

また、家族信託は家庭裁判所の監督が不要で、契約内容に応じて自由に設計・運用できるのも大きな魅力です。

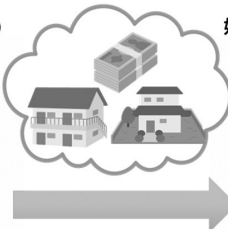
父（財産を預ける人）

信頼できる娘に
財産を託します



娘（財産を預かる人）

託された財産は
父のために私が
管理します



(4) 判断能力がある「今」が備えのタイミング

任意後見も家族信託も、元気なうちに契約しておかなければ、いざというときに間に合わないという点が共通しています。判断能力を失ってしまうと、これらの制度は使えず、「法定後見制度（本人の判断能力が低下した後に、家庭裁判所が後見人を選任する制度）」に頼ることになり、ご本人の希望どおりに財産を管理できない場合があります。

「まだ元気だから大丈夫」ではなく、「元気な今こそ考えるべき」、それが認知症対策の基本です。あらかじめ安心して任せられる体制を整えておくことで、ご本人もご家族も心にゆとりを持って日々を過ごせます。司法書士など専門家のサポートを受けながら、自分らしい備えを今から始めてみましょう。

4 終活は「今の自分」ができる未来への贈り物

終活とは、「自分の人生を振り返る作業」であり、同時に「家族への感謝を形にする準備」でもあります。長年支え合ってきた配偶者へ、忙しいなか顔を見せに来てくれる子どもたちへ、普段はなかなか言

葉にできない「ありがとう」の気持ちを、静かに伝える手段が終活です。

たとえば、「どのように財産を分けたいか」を考えることは、自分の想いを整理する時間でもあり、「もしもの時は、こんな医療や介護を希望している」と伝えることは、家族が迷わず動けるためのやさしさです。

終活というと、死に向き合う重たい作業のように思われがちですが、実はその逆。人生を前向きに見つめ直し、これから自分らしく心地よく生きるための準備です。そして何より、大切な人たちが困らないようにする、安心と愛情のプレゼントでもあります。

終活は、家族への思いやりをそつと形にしていく行動です。はじめの一步は、大きな決意でなくてかまいません。机の引き出しを整理する、メモを一枚残す、そんな小さなことから始めてみませんか。

\$