

備えあれば憂いなし！ おひとりさま & 高齢ご夫婦の安心終活セミナー

鈴木さんとねりま終活ちゃんと一緒に学ぶ、今からできる老後の準備

悩めるおひとりさま
「鈴木さん」

終活のプロ
「ねりま終活ちゃん」

一般社団法人
ねりま終活身元保証センター

もしもの時に誰も頼れない…？おひとりさまの抱える不安



身元保証、緊急連絡先、死後事務、遺言執行、緊急時の財産管理、孤独死……。おひとりさまで抱える不安は、自分一人では決して解決できないことばかりです。

あなただけじゃない！急増する「単身世帯」

鈴木さん、大丈夫ですよ！
実は65歳以上の一人暮らしは急増していて、同じ悩みを抱える方はたくさんいるんです。



だからこそ、きちんと判断できる「今」から備えることが、一番の解決策になります。

漠然とした不安を整理！「終活4つのフェーズ」マップ



不安は『4つの時期』に分けて
対策を練れば、もう怖くありません！

今すぐできること
(エンディングノート・遺言)



判断能力が低下した時
(後見制度・医療宣言)



低下した時
(後見制度・医療宣言)



もしもの緊急時
(身元保証・見守り)



ご逝去後 
(葬儀・死後事務・遺言執行)



フェーズ1：最初の第一歩は「エンディングノート」

何から書き始めれば
いいかわからないよ…

最初から全部埋めようと
しないでOK！
練馬区『私の生き方ノート』を
使って、大切なところから
書きましょう。

練馬区推奨

- ☑ P3：かかりつけ医、持病、アレルギー
- ☑ P4 & P5：保管場所、契約先、クレジットカード名
- ☑ P15：終末期の事前意思表示書（リビング・ウィル）
- ☑ P16：葬儀の希望
- ☑ P22-23：簡単な家系図

フェーズ1：財産の承継 「遺言書」の選び方

ご自身の意思を確実に伝える
強力な手段です。
形式不備のリスクがない方法
を選びましょう。



種類	費用・手軽さ	無効・紛失リスク	検認手続き
自筆証書遺言	費用かからず手軽	✗ 形式不備・紛失 リスク大	✗ 必要
秘密証書遺言	内容を秘密にできる	✗ 公証人等が必要、 形式不備リスク	✗ 必要
公正証書遺言	△ 費用と時間か かかる	○ 原本保管で リスクなし	○ 不要
自筆証書遺言書 保管制度	△ 手数料3,900円、 法務局へ出向く	○ 法務局保管・形 式チェックあり	○ 不要

フェーズ2：判断能力低下への備え（なぜ「今」なのか？）

認知症などで
判断能力が
低下する…

前 / 元気なうち

【財産管理委任契約】
信頼できる人に日々の
支払い等を任せる

【任意後見制度】
将来に備え、あらかじめ
後見人を選んでおく

【リビング・ウィル】
延命治療の希望など、
終末期医療の意思表示

後 / 低下後

【法定後見制度】
家庭裁判所が後見人を選任する
(自分では選べない)

いざ必要になった時、
自分では手続きできません。
意思がはっきりしている『今』
が準備のチャンスです！

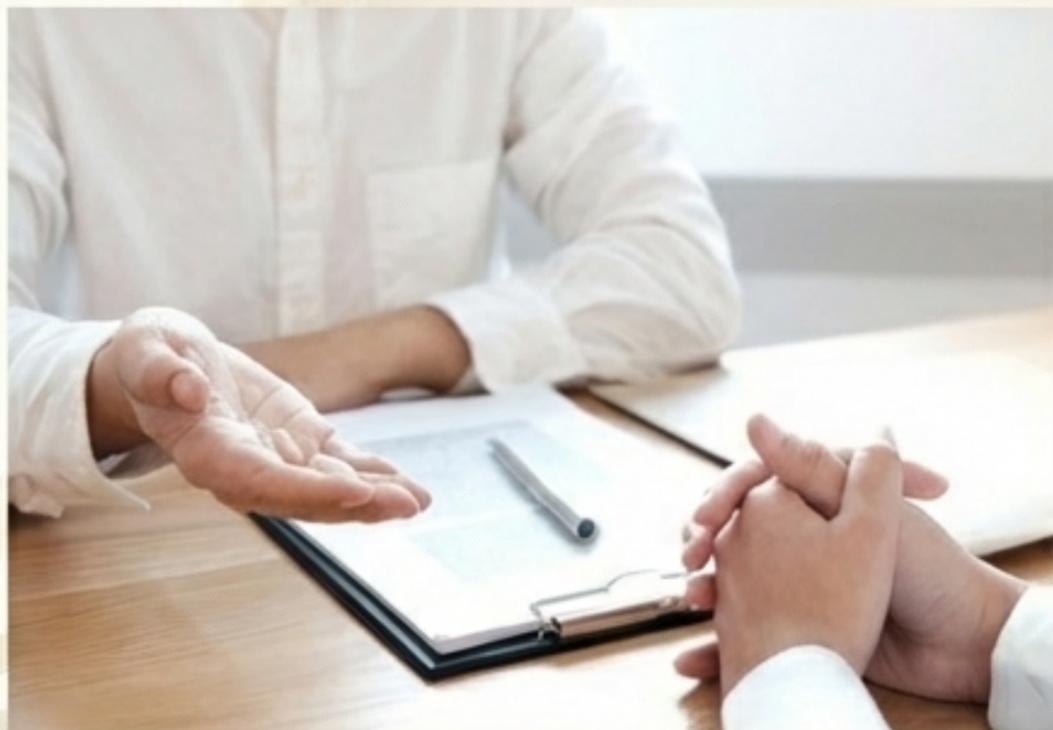
フェーズ3：もしもの時の備え（身元保証の壁）



行政や公的機関では対応しきれないのが現状です。

- **【身元保証】**
病院や施設への入所時に必須。
- **【緊急連絡先】**
事故や急病時の対応窓口。
- **【見守りサービス】** 日々の安否確認と異変時の緊急対応。

フェーズ4：ご逝去後の備え（希望を誰かに託す）



おひとりさまの場合、事前に希望を明示し、誰かに託しておかなければ希望通りには進みません。



【葬儀・納骨】

宗派、戒名の有無、家族葬、直葬、お墓や散骨など、ご自身の希望を明確に。

【死後事務】

役所への死亡届、病院・施設の精算、公共料金や賃貸の解約、家財道具の処分。
(※専門業者との委任契約が可能)

【遺言執行】

遺言書に書かれた財産分与を確実に実行する手続き。
(※「遺言執行者」の指定が必要)

鈴木さんの気づき… 「手続きの壁」



- 身元保証は保証会社へ…
- 遺言は弁護士や行政書士へ…
- 死後事務や葬儀は別の業者へ…？

別々の窓口に頼むのは大変すぎる！
費用も仕組みも複雑で、結局どこを信じればいいんだ…！？

複雑な終活を、ひとつの窓口で。



専門家によるワンストップサービス。
あちこちの窓口を回る必要はありません。すべて私たちがサポートします。

ねりま終活身元保証センター 3つの「安心ポイント」



一般社団法人

ねりま終活身元保証センター

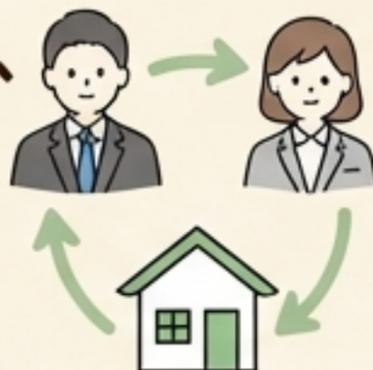
預託金・保証金 は不要！

高額な初期費用や預託金はいただきません。遺贈や死因贈与を求めることも一切ありませんのでご安心ください。



専門家の ワンストップ対応

弁護士や行政書士などの終活のプロが連携。身元保証から死後事務まで、一つの窓口で完結します。



あなただけの カスタムプラン

画一的なパッケージではありません。地域密着型だからこそできる、利用者様のニーズに寄り添った柔軟なプランを作成します。





これなら今のうちから、
安心して準備ができそうだ！
胸のつかえが取れたよ。

備えあれば悔いなし、ですね。
どんな小さなことでも、
まずは個別相談でお話を
聞かせてください。

安心な老後は、プロへの「相談」から始まります。

個別相談・質疑応答 随時受付中！お気軽にご連絡ください。

一般社団法人ねりま終活身元保証センター

〒177-0032 東京都練馬区谷原5-13-10-105

TEL：070-8365-9179 / MAIL：nerima.shukatsu@gmail.com

代表理事：松岡敏 / 専務理事：田久保誠