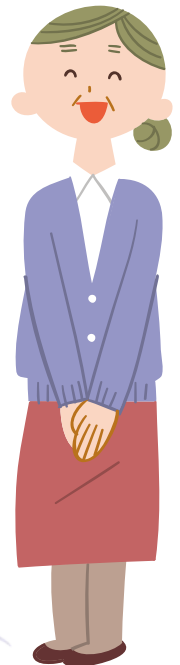




知っておきたい
お葬式
お墓
供養

～自分らしい
エンディングのために～
(新改訂版)

葛飾区消費生活センター



は じ め に

いま「葬祭」をテーマにした講座は、行政主催の中でも最も関心の高いセミナーとなっています。単に金銭的な消費者問題としてだけではなく、参加者の多くは「何をどうしていいかわからない?」という、漠然とした不安を抱えています。

「葬祭」というのは、お葬式と先祖祭祀を併せ持った言葉です。それにはお墓やその後の供養なども含まれます。これまでは伝統的な継承がなされている一方で、いま新しい手法や合理的な考え方も出てきました。そこに戸惑いがあり、経験的にも知識的にもなかなかわかりにくい中での価値判断を強いられています。

人の死においては、周りの人々は悲しみや動揺のなか現実的で実務的な対応もしなければなりません。またそれが時間とともに迫られます。「その時」に少しでも落ち着いて対処するためには、何よりも事前の心づもりが大切です。同時に自分自身の意思をあらかじめ伝えておくことも必要なことです。

本冊子はお葬式とお墓の二つのカテゴリーについて実例を挙げまた供養にもふれていきます。あわせて自分自身のこととしての「覚え書」もできるよう、「マイ・エンディングノート」の抜粋を拡大して、皆さんが書き込めるようにしています。



まずはこの冊子を手にとってみてください。そして機会があればセミナーなどへ足を運んでください。

事前の安心を得るためには、知識と覚悟と準備が必要です。

令和7年1月
著者

目次

1 お葬式について

今どきのお葬式 お葬式の不安 初期対応 安置する場所	2
お葬式費用の考え方 最小限必要な費用 葬祭費について 葬祭扶助	4
いわゆる「お布施」について いわゆる「戒名」について	
お葬式の手順 初期段階 安置場所と打ち合わせ	6
通夜から葬儀・告別式・火葬拾骨まで	
その人らしいお葬式 最小限しなければならないことは	8
新しいお葬式の提案1 2 3	

2 お墓について

お墓の現状を知っておく お墓がある理由(わけ) お墓への対応 合葬墓と合祀墓	10
お墓の種別を知る 管理運営からの類型 遺骨の納め方・遺骨の管理・墓所の形態	
お墓は「買えません」 所有権と使用権 使用権の抹消 今どきのお墓	12
永代供養付納骨堂・樹林墓地・散骨	
墓じまい 改葬許可申請 葛飾区改葬許可申請書見本	14
お墓選びのチャート図式 いろいろなお墓のイメージ写真	16
永代供養とは 見立ての文化 供養の意味と人生儀礼	18
これだけは考えておきたい生前対応1	19
お寺との関係をどうしますか 離檀の事例 求められる宗教者の在り方	
これだけは考えておきたい生前対応2	20
生前整理 家族信託 後見人制度 身元保証	

★書き込み マイ・エンディングノート 生前意思表明書	21
★書き込み マイ・エンディングノート① 私の財産などについて	22
★書き込み マイ・エンディングノート② 私の家族や親族について	23
★書き込み マイ・エンディングノート③	
生前準備 介護への希望 ベットの心配 尊厳死に対する私の希望	24
★書き込み マイ・エンディングノート④ いろいろな連絡先一覧表	26
★書き込み マイ・エンディングノート⑤ 私のメモ書き	28
著者紹介	29



1 お葬式について

◆今どきのお葬式

最近のお葬式では二つのキーワードをよく耳にします。

直葬＝直接火葬の略で、納棺後、ご遺体の火葬のみを行うこと。

家族葬＝近親者による規模の小さいお葬式。

家族葬の規模などについては、家庭によってさまざまです。また葬儀社のパッケージにも各種の「家族葬」プランがありますが、その内容や金額についても十分に見ておく必要があります。



◆お葬式の不安

お葬式には三つの不安があります。

- 1：不明ということ・・・どうしていいのかわからないなど・・・対応
- 2：不満ということ・・・お葬式の金額やお布施など・・・費用
- 3：不信ということ・・・宗教対応の意味や供養の意義など・・・価値

私たちがお葬式に直面する機会は、人生の中でもまれなことです。

しかし親の葬式は、いつか考えておかねばならない、暮らしの中での危機管理です。身近な人の死に直面した場合、あらかじめ覚悟をしても、いざその場になると大きな動揺や戸惑い、悲しみを受けることになります。そのうえで、滞りなく短時間に対処しなければなりません。ここではひとつめの不明について知っておきたいことを述べます。

◆初期対応…「最初にするべきこと」

「死」の多くは「病院」で迎えることになります。在宅での医療を受けていても、容体の急変によっては病院へ運ばれます。在宅死の場合は、かかりつけ医師などの立ち合いがないと、変死として警察の「検視」を受けるケースもあります。

では、病院での逝去で最初に直面する事例とは・・・

「病院から何処に連れて帰るか？」

という、ご遺体の搬送先と安置場所の決定ということになります。

◆ 安置する場所

- 1 自宅（故人や遺族の住居）
- 2 葬儀社のホールや遺体保管施設へ委託
- 3 火葬場（斎場）の遺体保管施設へ搬入

1の場合…

安置する部屋の広さやご遺体の搬入・搬出（エレベーターなどの設備）が容易かどうかを事前に考えておく必要があります。故人の住み慣れた家に連れて帰りたい気持ちは理解できますが、部屋の整理や家具の移動などもありますし、近隣への配慮なども必要になります。



〈自宅安置〉

2の場合…

最も多くなされています。自宅での葬儀はごくまれなケースで、現代では葬儀社のホールや火葬場の式場などが多く利用されます。そのために直接その場所へ搬送します。葬儀社によっては、式場とは別に安置や保管のための専用施設があり、またご遺体の保全や長期間の保管の場合にも、そのための衛生保全技術や専用の冷蔵設備を有しているところもあります。



〈葬儀社の安置・保管施設〉

3の場合…

「直葬」などでは、病院から直接火葬場に併設された遺体保管施設へ搬送することもあります。その場合は納棺をして火葬まで保管してもらいます。その間、故人との面会などはできません。

いずれにしても、この搬送に際しては、「寝台自動車」を利用することになります。その手配は直接葬儀社に委託することが多いので、この時点で葬儀社とのかかわりが始まります。この結果、以降の葬儀の請負一切をその葬儀社に委託することも多々あります。



〈火葬場などの遺体保管施設〉

ポイント！

事前の葬儀社選択が重要です。そのために事前相談が安心してできる葬儀社をしっかりと心づもりをしておくことが肝心です。その時には個人情報に十分注意して相談すること。

病院などで、いきなり初対面の葬儀社にすべてを任せることは避けたいものです。葬儀の施行は、慌ただしく戸惑うことも多々ありますので、冷静な第三者に立ち会ってもらうような知恵も必要です。

◆お葬式費用の考え方

次の三つの概算を合計したものの心づもりをしておくといいでしょう

- 1 葬儀費用 … 葬儀社に支払う費用。火葬料金や式場費などの他、棺、祭壇などを含めた料金を設定しているところが多い。「一式」や「セット」の場合は、含まれているもの、いないものを明確に把握し、追加料金などの有無も確認しておきます。
- 2 宗教費用 … 葬儀時の宗教者に対する布施や献金・寄進など。
例：仏式葬儀の内訳・・・読経のお礼+「いわゆる戒名」授与+車代（交通費など）をまとめて「お布施」という場合があります。考え方は宗派によって異なります。菩提寺のある方は「事前」に住職にお聞きしておくといいでしょう。
支払いに際しては、「受領証」などをお願いして出してもらいます。
- 3 接待費用 … 通夜振舞いや精進落としなどの飲食提供や個人的な雑費の支出も意外と多いものです。タクシー代などの交通経費やその場でのお礼、手土産など、領収書は必ず取っておくこと。葬儀社が明示した金額だけが総費用ではありません。

ポイント！

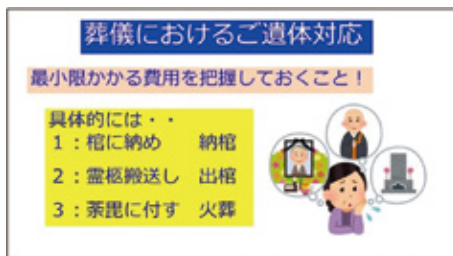
金銭管理は喪主ではなく、遺族や信頼のおける第三者にお願いし、一括管理をしてもらうといいでしょう。その場での支払いなども多々あります。また支出だけではなく香典などの保管もあります。

◆最小限必要な費用

今のお葬式は「葬儀」と「告別式」が同時進行する形式です。また直葬や家族葬などいわゆる「小規模なお葬式」が世相の主流です。（後述8～9ページ）

最小限必要な費用は、ご遺体に関わる棺代・霊柩搬送・火葬料金（拾骨容器なども含む）の三つのほか、火葬日までの遺体保管の費用もあります。棺の種類もいろいろです。

東京では公営以外の民営火葬場の場合、火葬ランクがあり『等級』によって料金が異なります。またランクによって、待合室などの施設利用料金も連動してしまうこともあります。十分に葬儀社の説明を受けて吟味しておくことが必要です。



◆葬祭費について

葛飾区の国民健康保険及び後期高齢者医療制度の被保険者が死亡したとき、申請により葬祭費として7万円が支給されます。(令和6年度現在) 詳しくは下記、国保年金課給付係へお尋ねください。

葛飾区役所 国保年金課給付係 電話：03-5654-8212

◆葬祭扶助(生活保護法第18条)

生活保護を受けているような場合には、最小限の葬儀対応に際して、葬祭扶助が支出されます。できれば事前に福祉事務所や地元の民生委員の方に相談しておくとういでしょう。

◆いわゆる「お布施」について

お葬式の70%以上が仏式で行われています。檀家・菩提寺という伝統的な関係を有して、なおかつ菩提寺境内に先祖代々の墓地がある場合には、葬儀時に必ず「住職」を導師として、宗派の作法による儀礼が行われます。その際、出仕僧侶の数や「いわゆる戒名」の格付けなどによって「お包み」する金額は様々です。

布施自体は、本来「定価表示」を明確にすべきものではありません。「お気持ちで」という建前もありますが、説明のないまま一方的な金額要求を強いられるケースもあり、不満や不信を感じる人もいます。できる限り納得のできる説明を受けて支払いの価値を得心することが肝要です。

◆いわゆる「戒名」について

いわゆる「戒名」の解釈は宗旨宗派によって異なり、「法名」や「法号」ということもあります。一般的に戒名は「故人」やその「家」のステイタスを表す一面もありましたが、時代と共にその価値観も大きく変わり、その授与に関しては今、過渡期といえます。

最近では、戒名不要とする人もいますが、好きな文字や言葉を生前から希望する人もいて、自分で考える人もいます。そうして生前に自分が納得した戒名を授与してもらう「逆修」(ぎやくしゅう、生前の戒名授与)という儀礼もあります。

ポイント！

戒名は自身の「没後ネーム」。自由に考えておくのも現代の生前対応かもしれません。ただし供養してもらう宗教者から「授与」される作法が原則です。勝手に自分でつけただけでは意味がありません。授与には「供養料」のお包みが必要です。

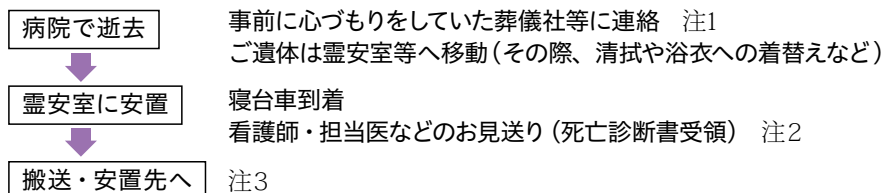
〈子供や孫が祖母の戒名を考え住職から授与された例。
「皆に好かれた隆子(俗名)さん」という意味〉



◆お葬式の手順

一般的には、(3ページ参照) 下記ようになります。

1 初期段階

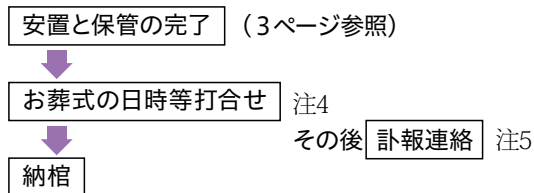


注1 … 事前に決めた葬儀社に速やかに連絡。あわせて寝台車の到着予定時間なども聞いておくこと。それまでは病院内での安置・保管をお願いします。病院出入りの葬儀社にお願いする場合は、例えば、自宅までの搬送のみなど、業務範囲を限定して委託します。

注2 … 寝台車到着までの時間を利用して、担当医から経緯の説明を受け、「死亡診断書」を受け取っておきます。この診断書は提出前に複数枚コピーを取っておくと良いでしょう。死亡時間によって、搬出が翌日になることもあり、看護師さんと相談し、一旦帰宅することもあります。

注3 … 自宅安置の場合は布団やベッドなどを準備して、「枕飾り」など、簡易的にお参りができるようにします。葬儀社で安置・保管してもらう場合は、その場で預けるか、同乗して付き添うかを相談します。(いったん帰宅してからホールへ行くこともあります。)

2 安置場所と打合せ



注4 … 菩提寺等がある場合は、まず住職の都合を聞きます。それに合わせて火葬の申し込みや施行場所、時間を決めます。現代でも六曜の「友引」の日は、火葬場が休業のこともあります。また、火葬場併設の式場や葬儀社ホールの混み具合で、日取りが伸びることもあります。都心では平均して逝去後5日目くらいになることも普通です。

訃報	
に父(姓病) ○○○○様がねてより病氣療養中のととる○○月○○日享年○○歳にて永眠いたしましたここに謹んでお知らせいたします	
なお、葬儀は仏式(手法)にて下記により執り行います	
記	
通夜	○○月○○日○○時より
式	○○月○○日○○時～○○時まで
場所	○○○○斎場
交通	○○○○新報
連絡先	担当葬儀社○○ 電話○○○○
◆故人遺志により、ご香典お供物の儀は 固辞させていただきます	
○○年○○月○○日	
喪主 ○○○○(長男) 外 親族一同	

〈訃報例〉

注5 … 最近では範囲を限定することも多くあり、その場合は連絡すべき相手をあらかじめ選択しておきます。ただし十分に注意して、事後トラブルの一因にならないようにします。連絡手法は電話やSNSが主流で、訃報例を参考に必要な事項を書式にすると良いでしょう。最近では住所や電話番号などの明記を避けることもあり、代わりに問合せ先を担当葬儀社にしておくの也不错でしょう。

3 通夜から葬儀・告別式・火葬拾骨まで

通夜 通夜振舞い（飲食接待） 夜とぎ（夜明かしでの見守り）注6

↓ 翌日

葬儀・告別式 注7

お別れの儀 出棺

↓

火葬場 拾骨 繰り上げ法要等 精進落とし 解散

注6 … 葬儀社や火葬場併設の式場で営む場合、施設によっては終了後の付き添いが制限されることもあります。（いったん帰宅し翌日行くなど）仮眠や宿泊がその場でできるかどうかを事前に確認しておきます。

注7 … 本編では、葬儀・告別式を総称して「葬式」といいます。（丁寧にお葬式）「葬儀」は葬送儀礼で、ご遺体への対応を葬送（納棺や火葬）といいます。儀礼は、死者の「たましい」に対する習俗・宗教的対応で慣例や教義によって執り行っています。

これに対して、告別式は社会的（世間的）な行いといえます。

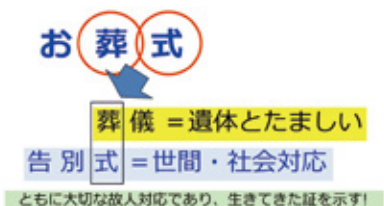
その目的は三つあります。

- 1：死の公示と生前中の社会的なつながりを確認
- 2：遺族らの社会に対する対応（感謝・関係性の更新など）
- 3：同時に社会から遺族・故人に対する対応（感謝・哀悼）

これらは祭壇のデザインや弔辞、また遺族の挨拶などに反映されます。告別式は、「葬儀」とは異なりいわば「社会的な対応」が目的です。人によっては「葬儀のみ」を執り行い、「告別式は辞退」する事例もあります。

ポイント！

「葬儀」はどうするのか？「告別式」はどうしたいかを区別して考えておくとうち良いでしょう。結婚式に例えれば、「婚儀・婚礼」（儀礼）と「披露宴」（式典）と類似しています。最近では葬儀のみを「家族葬」で行う事例も増えています。あわせて告別式を「その人らしく」という工夫も増えてきました。



◆その人らしいお葬式

お葬式が葬儀と告別式という二つの「異なる目的」で成立していることから、あらためてその進行を工夫する人もいます。お葬式を考える「知恵」を得ておくとい良いでしょう。

◆最小限しなければならないことは（４ページ図式参照）

葬儀のなかのご遺体にかかわる手立ては、誰もがしなければならない最小限の対応です。

これはすべて「葬儀社」に委託します。ですから事前の葬儀社選択は大変重要なことだといえます。

◆新しいお葬式の提案

1 葬儀のみを行い告別式は辞退しました

「直葬」だが宗教対応を行う。

事例 高齢で世間的なつながりも疎く近親者のみで施行。
読経と納棺後火葬。

2 葬儀は近親者のみ、あとで告別式を行いました

「家族葬」のあと、その人らしい告別式を行う。

事例1：家族葬で葬儀	➡	後日、告別式
会葬…近親者のみ	⇒	近隣・会社・友人
場所…葬儀社小ホール	⇒	行きつけの喫茶店
進行…仏式	⇒	無宗教で「偲ぶ会」
概要…香典授受（一部）	⇒	会費授受

事例2：「直葬」（遺族のみ） ➡ 火葬後、告別式
高齢女性で「死に顔は人に見せたくない」という希望。

会葬…近親者のみ	⇒	近隣・会社・友人
進行…自宅出棺	⇒	キリスト教会で「昇天感謝祭」

事例3：「生前感謝の会」として、告別式を前倒しで行う。

参加…近隣・会社・友人	⇒	4年後逝去時は家族葬
場所…寺院の庫裏を借用	⇒	火葬後、本堂で読経後埋葬
進行…無宗教	⇒	仏式
概要…会費授受	⇒	香典授受（近親者のみ）

感謝の会に来た方には、4年後の葬儀ののち「事後通知」として報告。元気な時に挨拶や交流ができてよかったといわれました。



3 一日葬という施行

夜に通夜と「お葬式」を行い、翌日は近親者のみで火葬を行う。
(通夜をしないで、翌日お葬式と火葬をする一日葬もあります)

事例：一日葬(夜に通夜・葬儀・告別式)

会葬…近親者・近隣・会社・友人

場所…葬儀社小ホール

進行…仏式で施行後、自由に懇談。翌日は近親者のみで火葬場へ。

概要…香典授受



夜なので、時間の制限なく会葬者との交流懇談が図れる。翌日は近親者のみで火葬場へ赴くので、「精進落とし」などの接待費用が省けた。

菩提寺住職には、事前に相談して「引導授与」などの宗教儀礼を通夜時に行っていただくようお願いした。翌日は出棺時、炉前勤行、その後繰り上げての初七日忌法要の読経をしていただきました。

お布施は一日葬だからといっても、通常と同じ額をお包みしました。

ポイント！

訃報連絡の際、「弔問や会葬」を夜の時間のみに限定して連絡し、その当日は通夜兼「お葬式」(葬儀・告別式)とします。翌日は近親者のみで火葬場へ赴くという手法です。

最近のお葬式では、通夜の方が翌日の式よりも会葬が多く、同じことを二度行う不合理性を感じている人もいます。それならば夜に「お葬式」を行えば1回で済みます。

惰性的で形骸化した葬式進行は、そこに無駄な経費も掛かります。住職の理解、葬儀社との事前相談、訃報連絡の工夫によって、夜のお葬式なら、出棺時間も気にすることのない落ち着いたお葬式を営むことができます。

儀式的にも、夜が葬送の原理に沿っているともいわれます。振り返れば過去の祭壇装飾は提灯、ボンボリ、灯籠、行燈など、これらすべて夜を想定した葬具ばかりです。ですから夜にお葬式を行うことは本来の形ということもできます。



〈一日葬(夜) 布団に寝かしたまま
引導作法を行う〉



〈一日葬 翌日、納棺して火葬場へ行く
お別れに酒を注ぐ〉

2 お墓について

◆お墓の現状を知っておく

お墓の「流行」にはおおよそ150年くらいでの移り変わりがあるといわれています。現在は明治からみればちょうどその過渡期で、種別も多様になり、供養のカタチも変化しています。あわせて東京に住む人の中には、田舎にお墓があるという人も多いはずです。超高齢社会になって、今その維持管理や祭祀が困難になり、大きな悩みの種となっています。そこから「墓じまい」という風潮が生まれ、次世代へ引き継がない「永代供養墓」も出現しています。これからはますます檀家制度の希薄化や「家」と「家族」の在り方も問われる時代になってきます。

◆お墓がある理由^{わけ}

お墓の成り立ちは太古にさかのぼりますが、その目的は様々に変容しています。社会的階層によって、地位や名誉の表象や故人の存在感を後世に遺すなどのステイタスでしたが、庶民が家のお墓を持つようになってきたのは、江戸時代後半以降だといわれています。明治以降「〇〇家之墓」・「先祖代々之墓」などが普及し、いわば「一家」の埋葬、遺骨の収蔵場所としての実務的な機能もあり、そこに供養の習俗や宗教的な位置づけがなされました。

また、お寺などとは関係のない「霊園」の浸透は、必ずしも先祖祭祀ではなく、「個人」が「故人」の記憶を偲ぶ場としての意味合いも、お墓の大きな意味づけとなりました。

◆お墓への対応 合葬墓と合祀墓

お墓には二つの大きなカテゴリーがあります。お墓のことを考える前にぜひこの前提を知っておきましょう。

- ・合葬墓・・・複数の遺骨を同じ区画の中で併せ持って埋葬（収蔵）しているお墓で「管理」されているもの
- ・合祀墓・・・その合葬墓が「管理」のみならず「祭祀」（供養）もされているお墓

最近では、納骨堂や樹木墓といわれる集合埋葬（収蔵）の「墓所」があり、その多くが永代供養を掲げています。しかし霊園など行政や民営の運用では、単に「管理」のみを委託し、供養は遺族に任されています。

この合葬・合祀の意味を把握したうえで、種別や権利についての知識を得ておくとう良いでしょう。



◆お墓の種別を知る

お墓には様々な形式や種類があります。すでにお墓を持っている人は、その確認をしてください。またこれから準備しておきたい人は、自身の要望を踏まえて参考にしてください。

1 管理運営からの類型

- ・境内墓地： 寺院が檀家のためにその敷地内（境内）に設けたお墓。
- ・霊園： 公営霊園 … 市町村自治体が所有し、原則地域住民のために敷設したお墓の区画で、すべて行政管理で運営を行っている。
例：東京都営霊園
- 民間霊園 … 宗教法人名義で企業や公益法人、地域組合などが運営母体。
例：一般の民間霊園
- ・共同墓地： 法律での規制以前からある昔ながらの集落墓地で地元住民や地域共同体で運営組合を作って管理。



2 遺骨の納め方

- ・火葬場で拾骨した容器をそのまま収める
- ・一部分のみを納めて、残りの遺骨は合葬施設に納める
- ・地方習俗では容器からあけて、すべてを墓所の地面の下に納めてしまうところもある



3 遺骨の管理

- ・永代管理：期限を定めなくて保管するので、年々の管理費やその前納支払いが必要
- ・期間管理：一定期間（年単位等）での契約で保管・管理を行い、その後の更新もあり

4 墓所の形態

- ・墓石建立型 従来のお墓…境内墓地 霊園 共同墓地で建立
- ・納骨堂型 ビル型や野外型など、形式やデザインも多種多様
- ・壁墓型 墓石建立の簡易的な形式で、都市部の寺院境内や霊園に多い
- ・樹木墓型 合葬（管理）・合祀（供養）などで、最近は公営や民営もある
- ・手元・装飾型 散骨等の際、一部を室内安置やアクセサリ化して身近におく

ポイント！

境内墓地や寺院の永代供養墓（樹木墓・納骨堂など）は、募集において宗旨・宗派不問で誰でも入れますが、納骨後にはその寺院の「檀家」になるという条件を提示しているところもあります。納骨を希望する場合は、その後の内容も十分確認してください。

◆お墓は「買えません」 所有権と使用権

お墓の類型から見たとき、特に従来の区画墓地などは、「墓地」という区画の土地を買うわけではありません。そこには登記的な「所有権」はなく、「使用権」があるのみです。言い直せば次のようになります。

「墓地としての区画の使用権利を手に入れて、そこに石材店から購入した墓石を立て、これを『うちのお墓』にした。」ということになります。

では、所有権は境内墓地であれば寺院、公営墓地であれば行政、民間霊園であれば、公益法人や企業など（場合によって名義上、寺院）という二重の権利構造があります。ですから、今あるお墓を他人に転売や所有者の許可なく勝手に納骨や改葬はできません。

このような知識がないと、お墓に関するトラブルになることもあります。

昔ながらの寺院墓地の場合は使用権など、暗黙の了解事項になっていることが多い。これに対して、公営・民営の霊園は、使用権について、こまかな規約を設けている「墓地管理規定」があり、そこには使用権者の名義や年間管理料費の支払規定、また未納の際の使用権抹消なども明確に記載されています。

◆使用権の抹消

通例では管理費の未納が3年間続いた場合など、所有者（寺院・自治体など）が所定の手続きをへて、そのお墓の処分ができることとされています。ただ猶予期間も様々で、霊園などの場合には明確に規定され、事務的に処理されることになります。

使用権を持っている人が死亡したりして、管理費の支払が長期間滞っている場合も多々あります。その結果、無縁墓として知らない間に撤去処分されることもあるので、とくに遠隔地にお墓のあるという方は、使用権を持っている人は誰なのか、またどのような支払いがなされていたのかを確かめておく必要があります。また境内墓地では、菩提寺を同じくする親族の共有というケースも多々ありますから確認してみてください。

ポイント！

檀家と菩提寺の関係は「家」という単位でしたが、今は「私」がどうしたいのかという時代です。今一度、その継続をどのようにするかの過渡期になっています。

なかには寄付の強要や高額のお布施で困惑している人もいます。なかには檀家をやめたいという人もいます。その時「離檀料」の請求などのトラブルも耳にします。その対処には、普段からお寺との付き合いを心がけておきましょう。

二つの権利が重なっている



〈墓地の前に立てられた看板〉

◆今どきのお墓

多様化しているので私たちの選択肢が増えました。納骨に際しては「宗旨・宗派不問」ですが、納骨後はその施設の宗派で祭祀されるのが原則です。

・永代供養付納骨堂

後継ぎがいらない人や子供にお墓の承継を委ねたくない人向けの施設（寺院・教会・霊園など）で祭祀を伴った「供養」を委託できる『墓所』のことです。主に寺院の納骨堂では、本堂施設と一体になっているビル型の納骨堂や境内に独自に建立したお堂などが多く、遺骨の収蔵形態（個別・合葬）や安置・供養手法なども様々で料金や管理費も明確です。



〈ビル型納骨堂〉



〈位牌式納骨堂〉

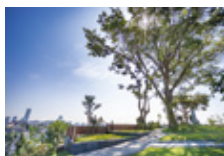


〈合祀墓スタイル〉

・樹林・樹木墓（規模によって様々な名称があります）

納骨堂は主に屋内に遺骨収蔵しますが、こちらは野外に植樹をし、また芝生を張って、そこに記名したプレートを立て、それぞれを墓碑としたものです。

寺院境内であれば、「永代供養付き」の設定が多く、霊園では管理のみのところもあります（主に公営）自然志向の趣で、中には景観の良い立地のところもあります。



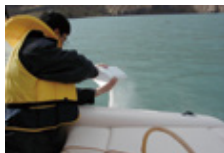
〈近郊の樹林墓地〉



〈都心の芝生墓地〉

・散骨

主に海洋散骨が一般的ですが、全部の遺骨を撒いてしまう人は少ないようです。「一部散骨」で、他の遺骨は施設に納骨するケースが多く、そのために納骨堂や樹木墓をもとめる事例がみられます。自然回帰のイメージがありますが、後々の「祭祀対象」を喪失した思いで後悔し、悩む人もいますので慎重に判断することが求められます。費用は合同や個別での船舶使用により大きく異なります。地元の葬儀社に相談してみてください。



〈散骨イメージ〉



〈お墓の見学会〉

ポイント！

施設見学会や説明会などが多く開催されていますが、入会勧誘や特典などに惑わされないよう、まずは行政主催の中立的なセミナーなどを受講して基本的な見識を得ておくとうれしいでしょう。

◆墓じまい

田舎のお墓を、今の自分の住い近くに「改葬」して、その管理や供養を容易にしたいと希望する高齢者も増えてきました。

墓じまいには二つの意味があります。

墓仕舞い…大切なものを仕舞っておく意味での墓仕舞いです。

墓終い…お墓そのものを無くする、廃墓・撤去することです。

・事例1 (流れ)

田舎 (遠隔地のお墓)

⇒廃墓 (原状回復・閉眼供養などの費用・注1)

⇒遺骨の取り出し (注2) ⇒集約し移動。(改葬許可申請手続き)

⇒新墓所 (17ページ参照・入手・閉眼供養などの費用)

旧墓地が境内墓地の場合は檀家をやめる場合もある。(離檀・注3)

・事例2 (承継者が断絶)

子孫がない・子供に負担をかけたくない。

⇒廃墓・遺骨の取り出し。(改葬許可申請手続き)

⇒永代供養墓へ改葬または散骨。(13ページ参照)



◆改葬許可申請

改葬届の用紙は今あるお墓の市区町村役場で入手し、必要事項と管理者の「埋葬証明書」(申請書に埋葬事実の確認署名と捺印など 注4) をもらった上で、今あるお墓の市区町村役場へ提出。その後「改葬許可証」が発行されるので、これを新墓所に提出します。

改葬届けの手順

- ①引越先のお墓を確認し、「受入証明書」受領 (自宅保管・散骨は相談)
- ②今お墓がある市区町村の役所で「改葬許可申請書」をもらう
- ③今のお墓の管理者に「遺骨の埋葬・収蔵証明書」をもらう
- ④役所に書類を提出して、「改葬許可書」を発行してもらう
- ⑤お骨を移動する



注1… 墓石の撤去や廃棄は所定の石材店などで見積もりを取る。境内墓地の場合、読経があり、お布施が必要。

注2… 多数の遺骨がある場合は、それぞれ一部を一つの容器に「合葬」し、残骨処理を施設・寺院にお願いする。

注3… 檀家をやめる場合、寺院に対しては事前に丁寧な説明をして感情的な問題にしない。感謝と些少の「お包み」なども考慮する。

注4… 菩提寺によっては、埋葬確認の署名・押印を添えるケースもあり、注3を参考にする。そこでトラブルにならないよう注意が必要。

葛飾区改葬許可申請書見本（区HPよりダウンロード可能）

◎問合せ…葛飾区役所 戸籍住民課戸籍届出係 電話03-5654-8190

第 号

改葬許可証交付申請書

死亡者の本籍	
死亡者の住所	
死亡者の氏名	
死亡者の性別	男 女
死亡年月日	明治・大正 昭和・平成 年 月 日
火葬・埋葬・埋蔵 収蔵の場所	(住所及び施設名称)
火葬・埋葬年月日	大正・昭和 平成・令和 年 月 日
改葬の理由 (その他には理由を記入)	墓地の新設・墓地の移転・その他 ()
改葬の場所	(住所及び施設名称)
死亡者から見た 申請者の続柄	配偶者・子・その他 ()
申請者と墓地 使用者等の関係	本人・その他 ()

上記のとおり申請いたします。

令和 年 月 日
申請者 住所
氏名

【申請者と改葬前墓地使用者等が異なる場合】

上記の改葬を承諾します。

墓地使用者等（改葬前墓地）

住所

氏名

※ 埋葬・埋蔵・収蔵 該当するものに○印をしてください。

前記死亡者の 埋葬・埋蔵・収蔵 の事実を証明します。

令和 年 月 日
墓地管理者等（改葬前墓地）

住所

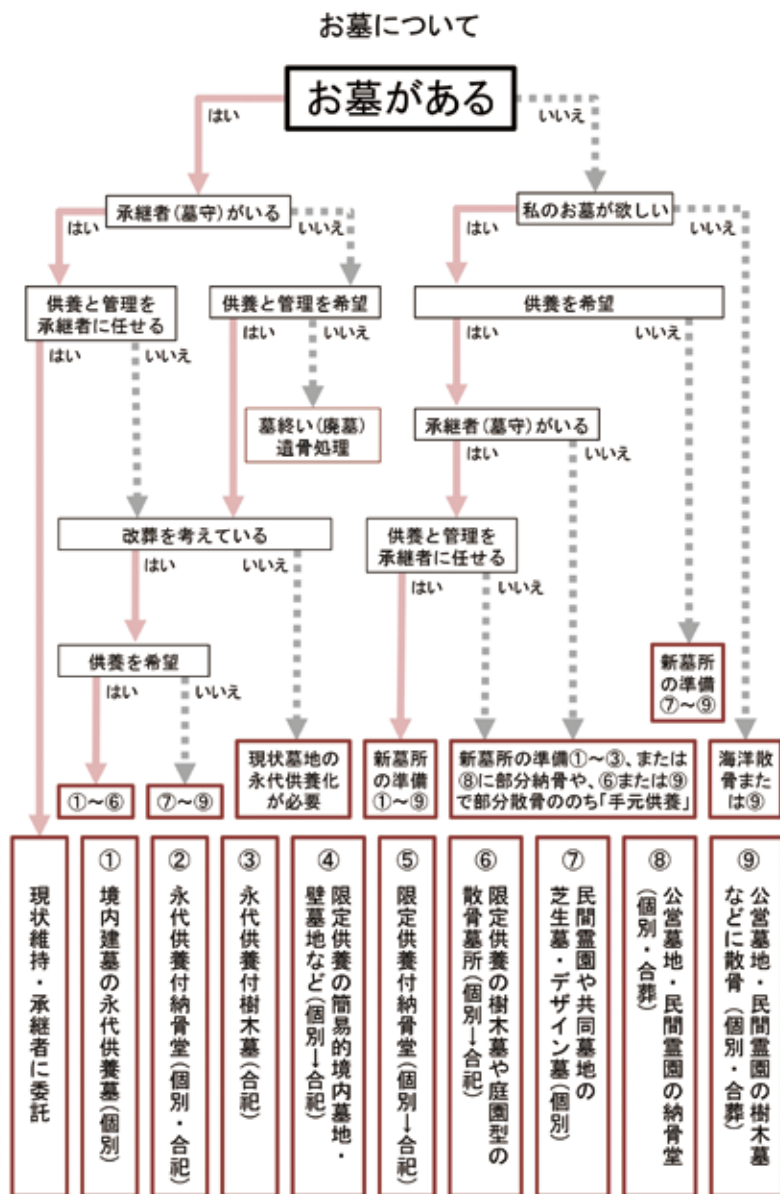
氏名

葛飾区長殿

なお、改葬の承諾、埋葬・埋蔵・収蔵の事実証明は、別添書類でも結構です。
その場合、誰が何を承諾したか、死亡者の氏名等、埋葬等の場所について、明らかにする必要があります。
不足がある場合は許可できないので、ご注意ください。

◆お墓選びのチャート図式

自分に合ったお墓を探してみましょう



出典「マイ・エンディングノート」(日本葬祭アカデミー刊)より抜粋

◆いろいろなお墓のイメージ写真

①・④境内建墓

永代供養や期間限定の個別供養墓もある



〈区画での墓石建立墓〉

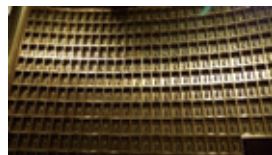


〈境内の合祀永代養墓〉

②・⑤永代・限定供養付納骨堂



〈境内小規模施設〉



〈大規模施設で遺骨は合葬〉

③・⑥永代供養や期間限定の供養もある



〈境内樹木墓地〉



〈境内庭園墓〉

⑦民間霊園や共同墓地の

管理のみのお墓 デザイン墓



〈区画を定めない芝生墓〉



〈自由なデザイン墓石〉

⑧公営墓地・民間霊園の

納骨堂（管理のみ）



〈半野外設置の納骨施設〉



〈大規模な合葬納骨堂〉

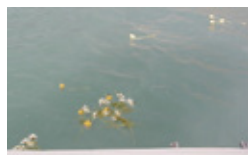
⑨散骨（墓地区域の特定区域または海洋など）



〈合葬散骨樹林墓〉



〈境内散骨庭園墓〉



〈海洋散骨〉

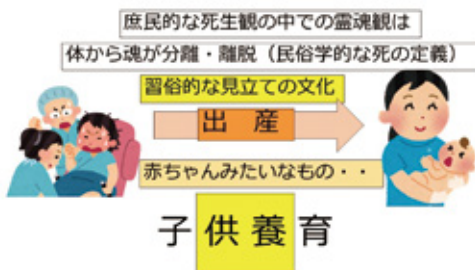
◆永代供養とは

供養の期間については宗派や教義的な規定もあるようですが、庶民「習俗」では33年間の供養完遂をもって「弔い上げ」という慣習もあります。「永代」という期間は無限ということではなく、そのような枠の中で区切りをつけて通俗化したようです。

実に素朴な庶民信仰の中で培われたもので、日本人の死生観をもとにしています。ここで「たましい」というものを、今の私たちがどのように感じているのかを説明しましょう。

◆見立ての文化

私たちは亡くなった人の「たましい」をどのように「見立てて」いるのでしょうか。身体からたましいが離脱・分離するということを、どうやら「出産」と同じように考えていたという説もあります。



◆供養の意味と人生儀礼

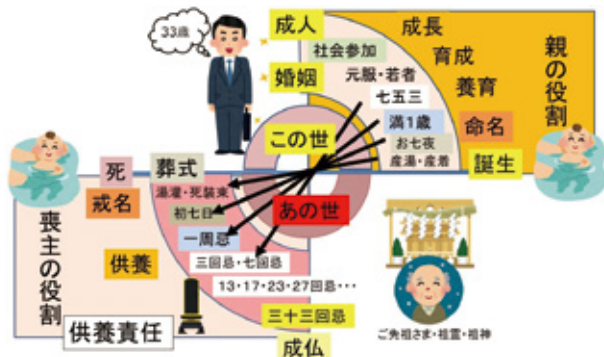
図を見比べながら考えてみましょう。

この世に誕生した赤ちゃんは、産湯や産着をまとって名前をつけてもらいます。(お七夜)そこまでは母子ともに目が離せません。そして50日目には初宮参りで無事出産の区切りとして、以降子育てにまい進します。七五三などの成長儀礼をへて、元服(成人式)などをくぎりとして、社会参加をしていきます。そして婚礼を踏まえて一人前の「成人」として独り立ちします。ここまでは親の責任として見守ります。

これと全く同じように対比させて、死去の際には、湯かん、死装束、命名(戒名・法名)49日での忌明け。その後は一周忌・三回忌・七回忌等々の回忌法要を経てたましいの養育を果たして、おおよそ三十三回忌法要をもって「成仏」、つまり大人のたましいになったとする慣習がありました。これの養育の中心的な主宰者を「喪主」といったわけです。

このように生と死の儀礼は、たがいに見立て合う中で人生儀礼としてなされてきたのではないかと思います。

成人したたましいを民俗学では「ご先祖様」と位置付けています。



これだけは考えておきたい生前対応 1

◆お寺との関係をどうしますか？

檀家と菩提寺という関係をどのようにするか？

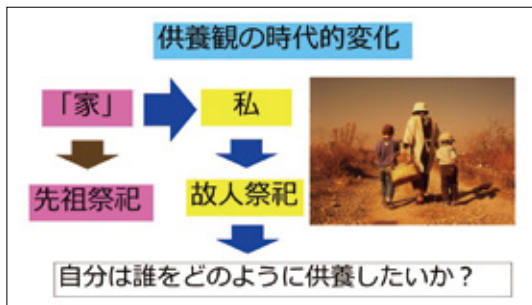
これまで、喪主の供養責任というのはたいへん重く、祭祀主宰を長期間強いられてきました。同時にこれまでは「家」がそれを支えてきた基盤でした。

しかしながら今後、「現代家族」の様相からその付託に対応できなくなることもあります。

近年新しい墓所の出現に伴い、寺院が喪主に成り代わって一定期間の供養責任を代行するという表明をしているのが「永代供養」という言葉の新解釈です。

本来ならば、菩提寺として存続する限り、その故人の供養を受け持って永続していく壮大な約束事でしたが、時代の変遷から未来永劫の供養が望まれているわけではありません。

これからは先祖供養というより、自身が見知っている故人を供養したいという思いが強く反映されることになるでしょう。そうすると伝統的な檀家と菩提寺という互酬関係は見直されていくでしょう。



◆離檀の事例

田舎の境内墓地にある先祖代々のお墓を「墓じまい」… 檀家解消。



改葬先の「永代供養墓」に合祀… 寺壇関係無し。(17ページ参照)

◆求められる宗教者の在り方

宗教法人は公益的な面を有することから税制上の優遇が図られています。そこでは地域の中で私たちが何をお寺や神社に求めるかを今一度問う必要があります。

没後の実務的な供養対応のみならず、僧侶がいろいろな悩みに対しても良き相談者として、利害のない役割を果たしてくれる存在ならば心強いと思います。

社寺の多くは、その景観や由緒の価値もあり、季節行事や祭りの中心的な拠点になります。地域ぐるみで、これまで以上にその利用を図って、地域貢献に付与できるような活用が望まれます。



〈神社で参拝の作法を学ぶ若い人たち〉

これだけは考えておきたい生前対応 2

◆生前整理(もの) …捨てるもの・あげるもの・遺しておきたいもの。

ものに対する執着は、世代によって大きく意識が異なります。金銭では計れない価値もありますが、この三つを常に考え色分けした付箋などを貼って、日ごろから目星をつけておくとういでしょう。

◆家族信託(民事信託)

…銀行口座・携帯電話・自家用車・アパートの所有などで、親が認知症対策として子供にその権限を委託し事前に名義変更をしておきます。子供が権限を受託したときには、親の監視・監督ができるようにします。先行き認知が進み、判断能力が低下した後でも、また死後も受託した子供が財産や預貯金の管理をし、空き家対策や自宅の売却、リフォーム、相続税対策などを継続して行うことが可能です。親に判断能力があるうちに信頼できる家族との間で信託契約を締結することで、家族だけで柔軟な財産管理が可能になり、土業の専門家に相談し信託契約書を作成、公正証書にしておくことで安心です。

◆後見人制度

…成年後見制度は、手続が複雑で裁判所の監督のもとで認められた限定的な内容にしか財産を使うことができず、弁護士、司法書士、行政書士などの専門家が後見人になった場合、親が亡くなるまで報酬を支払わないといけないという制約があります。

◆身元保証

…介護付き有料老人ホームへの入居や病気で入院するには、「身元保証人」が必要です。「身元保証人」には、本人に替わるケアプランの確認などの手続きを行い、利用料金の支払いを保証する「連帯保証」と、万が一のときには身柄等を引き受け退去時の手続きを行う「身元引受」の二つの役割があります。

まずは引き受けてくれそうな家族や親族に事前に相談してみることをおすすめします。また引き受けてくれる人がいない場合や、引き受け者が高齢、または遠方である場合は、施設の審査が通らないこともあります。そのときには、見守りや身元保証、死後事務などを包括して行うところもある高齢者サポートサービス(サービス名は各種異なる)を利用することも検討し、準備しておくとうい安心です。社会福祉協議会などが支援している場合もあるので相談してみましょう。

マイ・エンディングノート

私の思いを託したいあなたへ

私こと 氏名 _____ は
____ 年 ____ 月 ____ 日に、生前の思いをこのノートに
書きしるしておきました。どうか、私の意思を尊重して
このノートの内容にもとづいた処遇を
続柄 _____ 氏名 _____ の _____ に託しますので
よろしくお願いいたします。

記入日 _____ 年 ____ 月 ____ 日

署名 _____

印

◆以下見開きを A3 に拡大コピーしてご利用ください

◆マイ・エンディングノート① 私の財産などについて
重要事項なので記載や保管には十分注意してください

*預貯金メモ（通帳の保管場所は、家族だけがわかる合言葉で事前に決めておくとうい）

金融機関名	支店名	種別	口座番号	口座名義
		普通・当座		
		普通・当座		
		普通・当座		
		普通・当座		

*不動産メモ

土地・建物	所在	地番・家屋番号	その他（持分など）

*株式・有価証券など

銘柄・種類	数量・金額	証券会社/金融機関名	備考

*マイナンバーカードの番号（１２桁）

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

*基礎年金番号（１０桁）

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

*年金保険について（国民年金・厚生年金・各種団体年金や保険）

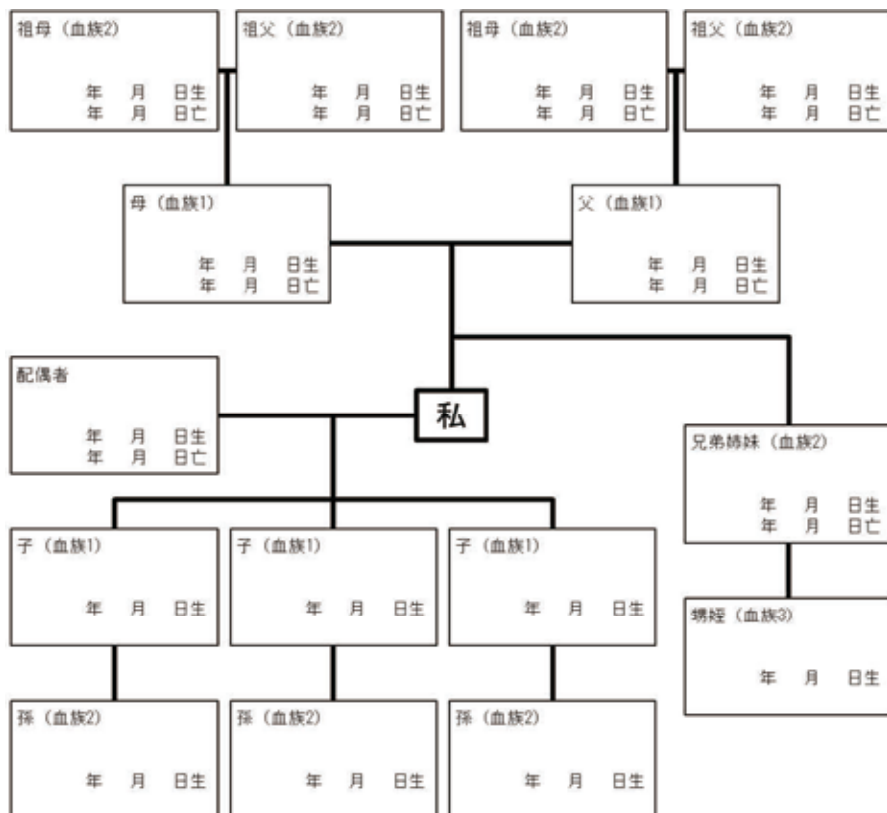
年金・保険の種類	支払元・保険会社	証券番号	備考

*インターネット契約について（保管には十分注意すること）

サービス名	ID	パスワード	備考

◆マイ・エンディングノート② 私の家族や親族について

遺言や相続にかかわるだけではなく、供養の範囲などにも参考にします



* 子、兄弟姉妹が書ききれない場合はここに記入しておきましょう。

◆マイ・エンディングノート③ 生前準備のための心づもりと覚悟

自分の希望の箇所に☑します。

介護や医療について希望や具体的な施設名などをメモしておきましょう。

●私の希望する介護（介護が必要になったらこうしてもらいたい）

- ☐ 在宅介護サービスを利用し、できるだけ自宅で生活したい
- ☐ 万が一のことを考えて、早い時期に介護施設へ入居したい
- ☐ 在宅での生活が困難となった場合に、介護施設へ入居したい
- ☐ その他（ ）

●介護施設についての希望

- ☐ 希望の場所がある（ ）
- ☐ 費用は、入居金は（ ）円くらいを希望する
毎月（ ）円くらいを希望する
- ☐ その時の資産状況に見合った施設を選びたい
- ☐ 家族や後見人等に任せる
- ☐ 特にこだわりはない
- ☐ 身元保証人は（ ）にお願いしたい
身元保証については20ページ参照
- ☐ その他希望すること（ ）

●介護にかかわる覚書き（ケアマネ・ヘルパーなどの事業所メモ）

事業所名	担当者	連絡先	備考

●ペットの心配も考えておく 万が一の場合の預け先など

ペットの名前・種類	預け先	連絡先	備考

◆マイ・エンディングノート⑤ いろいろな連絡先の一覧表

*緊急連絡先（危篤時など、一番先に知らせなければならない人）

氏名	連絡先 電話メール	住所	間柄・関係
葬儀社		担当者	
寺院			

*お葬式などの日時決定後の連絡先（第一に親族関係への計報連絡として）

氏名	連絡先 電話・メール	続柄・会葬人数
		人
		人
		人
		人
		人
		人
		人

*主だった親族に連絡し、そこから他の親せきに伝えてもらうこともあります。また会葬については、夫婦や子供連れなど複数人で弔問することもあるので、あらかじめ来訪人数を把握しておくとい良いでしょう。

*その他の連絡先 地元や近隣、友人など

不特定多数の訃報公示には、個人情報の開示に十分注意する。

葬儀社等の訃報フォーマットなどを利用し、連絡先などは葬儀社ホールにしておきます。

氏名	連絡先 電話・メール	関係・会葬人数
		人
		人
		人
		人
		人
		人

*会社・仕事関係・同僚などの連絡先

氏名	連絡先 電話・メール	関係・会葬人数
		人
		人
		人
		人
		人
		人

*訃報連絡が不要（私の遺志で知らせなくてもよい人など）

氏名	理由などあればメモ

◆マイ・エンディングノート⑥ 私のメモ書き

託す人への感謝や思い出など自由に書きとどめておきます。

This image shows a full page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is a vertical margin line on the left side, creating a narrow left margin. The paper appears to be from a notebook or a standard ruled document.

*マイ・エンディングノート表紙に生前意思の表明として署名しておくといいでしょう

著者紹介



ふたむら ゆうすけ
二村 祐輔 氏

著者経歴

略歴 1953年生まれ。葬祭実務に約18年従事し2千数百件の事例を体験。1996年に「日本葬祭アカデミー教務研究室」を創設した。また2006年には都内専門学校に「葬祭学科」（文科省認可）を開設し、また2018年には東洋大学に単位科目として「葬祭ビジネス論」を開講し、2023年まで非常勤講師を務め、葬祭を教育の一環とした。現在アカデミーでは独自の認定資格「葬祭カウンセラー」を養成し公認している。行政の区民向け「お葬式・お墓セミナー」など、葛飾区の消費生活センターや区内図書館でも講演している。

著書・監修書に『遺族のための葬儀・法要・相続・供養』（池田書店）、『60歳からのエンディングノート入門』（東京堂書店）、『自分らしい逝き方』（新潮新書電子版）、『気持ちの伝わるマイ・エンディングノート（保存・清書版）』（池田書店）など多数。

監修協力 もりむつみ（葬祭カウンセラー・ライター）

ご参考

- 日本葬祭アカデミー教務研究室 <https://www.jf-aa.jp/>
- YouTube 番組「エンディングパラダイス」ショート動画

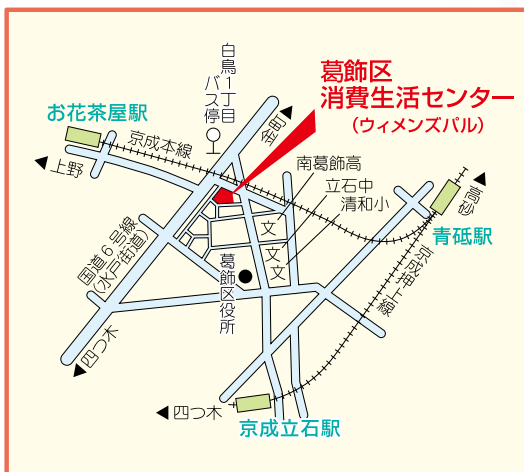


QRからどうぞ

消費生活相談のご案内

契約トラブル、買い物相談、苦情などが
ありましたら、ご相談ください。

専門の消費生活相談員が問題解決へのお手伝いをいたします。



京成お花茶屋駅 徒歩約 8 分
京成立石駅 徒歩約10分
京成青砥駅 徒歩約13分

相談専用電話

☎ 03-5698-2311

相談時間

午前9時～午後5時

相談日 月～金曜日（祝日を除く）

発行 葛飾区消費生活センター

☎ 03-5698-2316 FAX03-5698-2315

〒124-0012 葛飾区立石5-27-1 ウィメンズパル内

<https://www.city.katsushika.lg.jp>