

あなたの「今」と「これから」を綴る

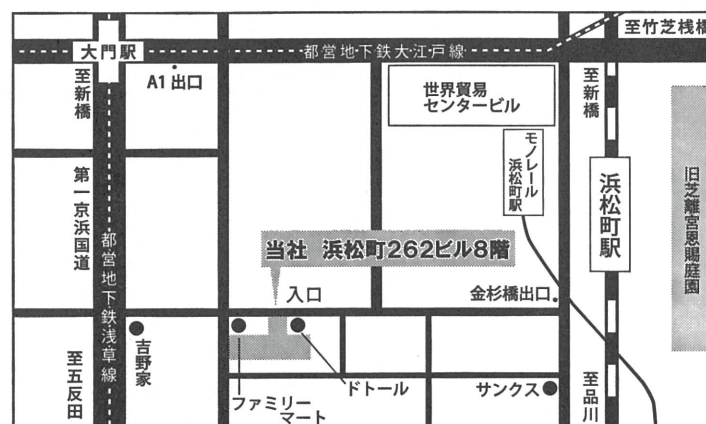
セレモニーノート™



C e r e m o n y N o t e

相続・贈与相談センター®

相続・贈与相談センターは、相続・贈与の悩みをワンストップでサポートする専門家集団の全国ネットワークです。
その組織力を背景に、お客様の相続を解決へと導きます。



森総合会計事務所
事務所名 (株)森総合コンサルティング
〒105-0013
住 所 東京都港区浜松町 2-6-2 浜松町 262 ビル 8F
T E L 03-5777-2401 (代表)
F A X 03-5777-2402
U R L <http://www.mori-sogo.com>
E-MAIL info@mori-sogo.com
ACCESS JR「浜松町駅」金杉橋出口より徒歩1分
都営地下鉄 大江戸線・浅草線「大門駅」A1 出口より徒歩5分

定価:630円(税込)

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

氏名 _____ 年齢 _____ 才 _____ ヶ月

 相続・贈与相談センター®

はじめに

～セレモニーノートのすすめ～

自分らしい生き方を考えるために

今をターニングポイントとして

これからの自分の生き方を考えてみませんか？

このノートはあなたの「今」と「これから」を綴るための

「セレモニー(儀式)ノート」です。

ご自身のこれまでの人生の棚卸と整理整頓を行って、

5年後や10年後の目標、ご自身へのメッセージを考えてみてください。

これからのあなたのビジョンや夢を描いて下さい。

幸せな人生の道標となりますよう

—セレモニーノートの3つのメリット—

1. 自分のことを振り返ることができる
2. これからのことを考えることができる
3. 財産(相続)のトラブルを避けることができる

目次 CONTENTS

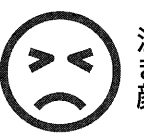
1. 自分診断してみよう	2
●今のわたしは	2
今のあなたは？	2
あなたの人生 これからやりたいことBest20	4
2. 今の自分の棚卸しをしてみよう	6
●わたしの履歴書	6
私のこと	6
私の家系図	7
家族・親族の住所録	8
家族・親族への感謝の言葉	9
友人・知人の住所録	10
友人・知人への感謝の言葉	11
●財産について	12
不動産について	13
預貯金について	14
その他の資産について	15
保険について	15
公的年金等について	16
もしもの時のために考えておこう	17
遺言書の有無	18
遺言書の基礎知識	19
葬儀について	20
御墓・御仏壇について	21
円満相続のススメ	22
相続の流れ	23
()年後の自分への手紙	24

1. 自分診断してみよう～今のわたしは

自分診断してみよう～今のわたしは

今のあなたは？

「今の顔は？」

 笑顔  普通  泣き顔

理由: _____

20点

「健康状態は？」

 好調  普通  悪い

持病: _____

20点

「家族は？」

 順調  普通  問題あり

理由: _____

15点

名前 _____

_____ 歳 _____ ヶ月

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

現在

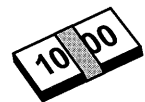
総合点 _____ / 100 点

「仕事は？」

 伸長  順調  停滞  縮小

20点

「財産は？」

現金・証券等  _____

土地・建物等  _____

その他  _____

20点

「プライベート(趣味など)は？」

5点

良い _____

普通 _____

悪い _____

誕生日 (_____ 年 _____ 月 _____ 日) _____ 歳

イベント _____ 歳

現在 _____ 歳

イベント _____ 歳

イベント _____ 歳

他界日 (_____ 年 _____ 月 _____ 日) _____ 年齢

あなたの人生 これからやりたいこと Best20

第1位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第2位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第3位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第4位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第5位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第6位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第7位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第8位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第9位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第10位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第11位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第12位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第13位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第14位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第15位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第16位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第17位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第18位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第19位

タイトル: 達成:()年後

内容:

第20位

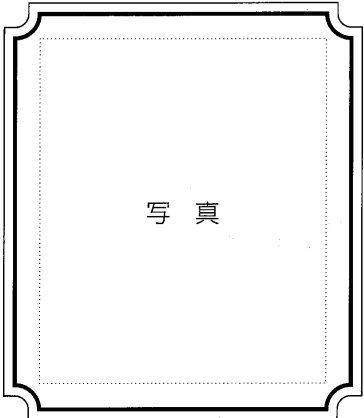
タイトル: 達成:()年後

内容:

2.今の自分の棚卸しをしてみよう～わたしの履歴書

私のこと

ふりがな
名 前
生年月日 年 月 日
住 所 〒
出生地
本籍地



【今までに記憶にのこる出来事・イベント】

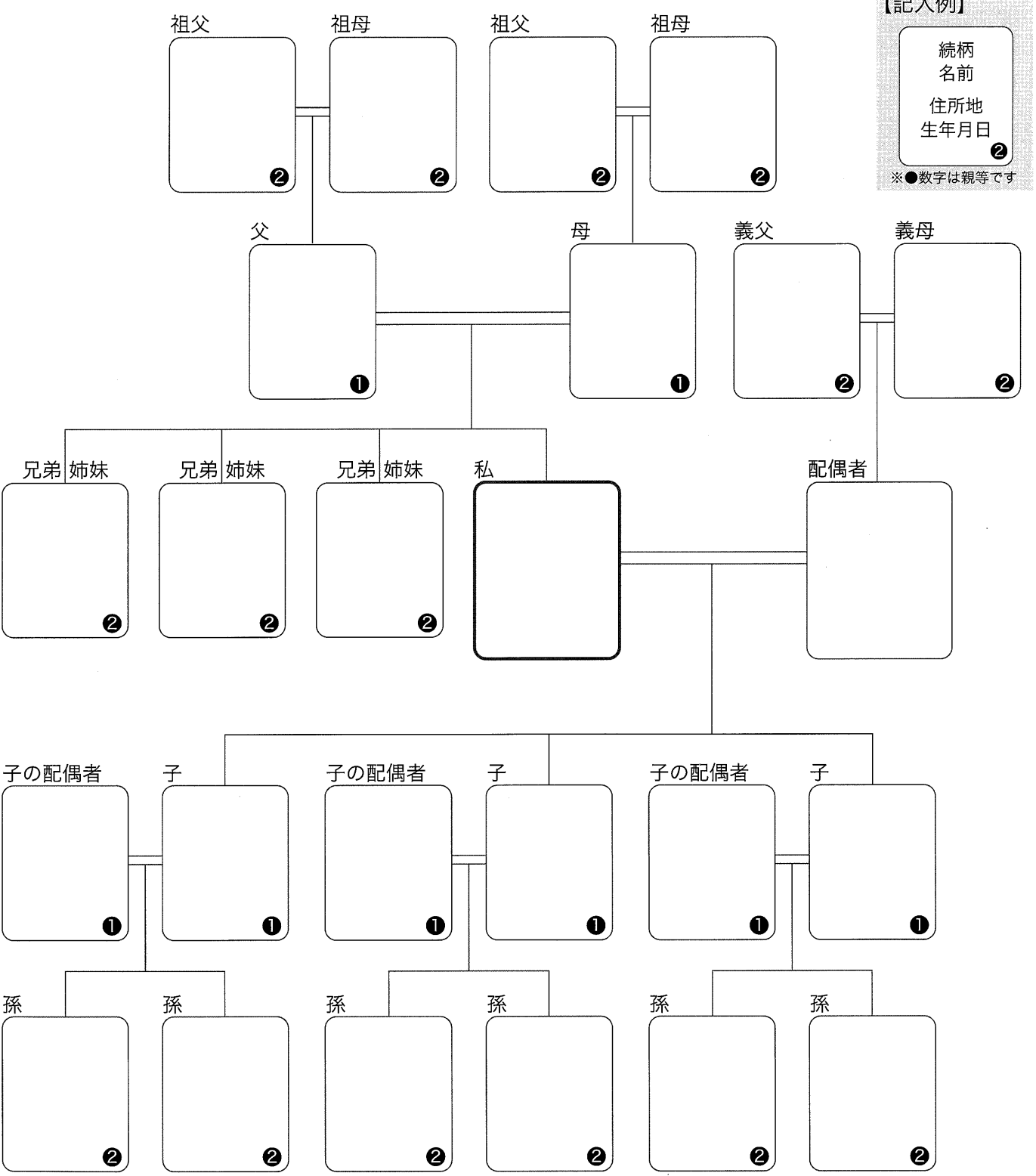
年 月 日
年 月 日
年 月 日

【好きな言葉】

【座右の銘】

今の自分の棚卸しをしてみよう～わたしの履歴書

私の家系図



● 家族・親族の住所録 ●

名 前	続柄	住 所	電話番号	連 絡 当てはまるものに ○をつけてください
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)

● 家族・親族への感謝の言葉 ●

ここで自分の家族や親族の方々へ
今の感謝の言葉を書いてみましょう

^

^

^

^

^

^

^

^

友人・知人の住所録

名 前	続柄	住 所	電話番号	連 絡 当てはまるものに ○をつけてください
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)
				入院時 / 危篤・死亡時 通夜・葬儀 事後連絡(喪中葉書、他)

友人・知人への感謝の言葉

^

^

^

^

^

ここで友人・知人の方々へ
今の感謝の言葉を書いてみましょう

^

^

^

^

^

財産について

今の自分の棚卸しをしてみよう～財産について

種 類	譲り受けた財産		自分で築いた財産	
	() 年前	現在	() 年前	現在
土地 建物 				
預貯金 				
その他  				
計				

今の財産総額

円

不動産について

【不動産】☐ 土地 ☐ 建物

【使 途】☐ 居住用 ☐ 貸家・貸地 ☐ その他

【所在地】 千

【名 義】☐ 単独 ☐ 共有

【抵当権】☐ あり ☐ なし

【備 考】

【不動産】☐ 土地 ☐ 建物

【使 途】☐ 居住用 ☐ 貸家・貸地 ☐ その他

【所在地】 千

【名 義】☐ 単独 ☐ 共有

【抵当権】☐ あり ☐ なし

【備 考】

【不動産】☐ 土地 ☐ 建物

【使 途】☐ 居住用 ☐ 貸家・貸地 ☐ その他

【所在地】 千

【名 義】☐ 単独 ☐ 共有

【抵当権】☐ あり ☐ なし

【備 考】

【不動産】☐ 土地 ☐ 建物

【使 途】☐ 居住用 ☐ 貸家・貸地 ☐ その他

【所在地】 千

【名 義】☐ 単独 ☐ 共有

【抵当権】☐ あり ☐ なし

【備 考】

● 預貯金について ●

【金融機関名】	【支店名】
【預金種類】	【口座番号】
【口座名義】	【インターネットバンキング】 ☐ あり ☐ なし
【貸金庫】 ☐ 使用している(名義:	) ☐ していない

【金融機関名】	【支店名】
【預金種類】	【口座番号】
【口座名義】	【インターネットバンキング】 ☐ あり ☐ なし
【貸金庫】 ☐ 使用している(名義:	) ☐ していない

【金融機関名】	【支店名】
【預金種類】	【口座番号】
【口座名義】	【インターネットバンキング】 ☐ あり ☐ なし
【貸金庫】 ☐ 使用している(名義:	) ☐ していない

【金融機関名】	【支店名】
【預金種類】	【口座番号】
【口座名義】	【インターネットバンキング】 ☐ あり ☐ なし
【貸金庫】 ☐ 使用している(名義:	) ☐ していない

【金融機関名】	【支店名】
【預金種類】	【口座番号】
【口座名義】	【インターネットバンキング】 ☐ あり ☐ なし
【貸金庫】 ☐ 使用している(名義:	) ☐ していない

● その他の資産(株券・ゴルフ会員権・貸付金)について ●

【証券会社名】	【支店名】
【銘 柄】	

【証券会社名】	【支店名】
【銘 柄】	

【証券会社名】	【支店名】
【銘 柄】	

【証券会社名】	【支店名】
【銘 柄】	

● 保険について ●

会 社 名				
担 当 者				
種 類				
証券番号				
TEL				
契約者名				
被保険者				
死亡受取人				
満期受取人				
受取保険金額				
備 考				

• 公的年金等について •

【公的年金について】

年金種類	基礎年金番号 (年金手帳に記載されている番号)	年金証書番号 (年金をもらっている人は記入)	受取口座

【借入金・ローンについて】

借入先	返済期間	借入額	借入残高	月々返済額	団信の有無

【連帯保証の有無】

- ☐ 連帯保証していない
- ☐ 連帯保証している

誰の

どんな時に

もしもの時のために考えておこう

遺言書の有無

☐ 遺言書があります

作成日

☐ 公正証書遺言 補完場所:

公証役場名

☐ 遺言執行者 名前:

連絡先

☐ 自筆証書遺言 保管場所:

☐ 遺言書がありません

遺言はもめない相続の必需品

【自筆証書遺言書と公正証書遺言書】

借入先	自筆証書遺言書	公正証書遺言書
作成場所	どこでも	公証役場
作成方法	全て本人の自筆	公証人が口述筆記※ワープロ可
証人	不要	二人以上の証人
署名・捺印	押印は認印・実印・拇印のいずれか	本人・公証人・証人の署名、実印が必要
費用	不要	公証役場の作成手数料
秘密保持	秘密にできる	証人に内容を知られてしまう
家庭裁判所の検認(死亡時)	必要	不要
封印	封筒に入れ、封印する	不要
その他	方式、内容に不備があるとトラブルの原因に。死後発見されない可能性や紛失、隠ぺい、改ざんの恐れもある	証人や手数料などの手間と費用がかかる

遺言書の基礎知識

遺言書に書いておく項目

遺言書には何でも書いて効力は発生するものではありません。
主だった法的効力があるものは以下の通り。
ここでは自分が遺言書に書いておきたい項目をチェックしましょう

【相続・財産について】

☐ 遺産の分け方	「土地建物は長男、預貯金は二男」等遺産分けを指示します。
☐ 相続分の指定	配偶者と子供に相続権利がある場合に配偶者に4分の3、子供に4分の1というような指示をします。
☐ 遺言執行者の指定	遺言の内容を執行する人を決めます。配偶者、子供(成人)や弁護士など
☐ 遺産分割の禁止	遺産分割の禁止(5年以内)を指示できます
☐ 遺留分の減殺方法の指定	遺言により遺留分を侵害された人からの請求に対して支払う額等を指定できます。
☐ 負担付遺贈	財産分割に条件をつけられます。
☐ 生命保険の受取人を指定	加盟している保険によって条件が違うので要確認です。

【家族について】

☐ 子供の認知	婚姻関係にない男女間で生まれた子供を認知することで、その子供は相続人としての権利を得ることができます。
☐ 子供の廃除・取り消し	遺言者との関係問題で子供を相続人でなくすることができます。また、その措置を取り消すこともできます。
☐ 未成年後見人などの指定	自分の死後、未成年の子供の世話や財産管理をする人を指定。

●法定相続分と遺留分とは●

法定相続分とはその名の通り、法律上で決められた遺産相続の割合です。当然、法定相続人(配偶者・子供・兄弟…)の人数条件によってその割合は異なります。あくまでも法律上の割合ですので、実際の遺産分割では違う状態になります。その際、法定相続分を無視した遺言でも、相続人には最低限、遺産を相続できる権利があります。それを「遺留分」といいます。

葬儀について

葬儀の生前契約について

葬祭業者名	☐ 契約済 ☐ 相談のみ	担当者
住 所 〒	連絡先	
予約・契約内容	見積書	有 ・ 無
その他希望すること		

葬儀の規模について

豪華 ・ 世間並み ・ 簡素地味 ・ 葬儀しない

葬儀費用の目安

50万 ・ 100万 ・ 150万 ・ それ以上

葬儀の場所について

斎場 ・ 寺 ・ 教会など ・ 自宅

名 称

その他

葬儀の形式について

密葬 ・ 家族葬 ・ 一般葬 ・ 社葬 ・ 団体葬 ・ 友人葬
お別れ会 ・ その他

葬儀の形式について

私の預金・保険などでしてほしい

互助会()に加盟している

特に準備していない

宗教などについて

宗教：仏式 ・ 神式 ・ キリスト教式 ・ 無宗教

その他()

宗派：

戒名について

取得済：戒名()

未取得：戒名をつけてほしい ・ いない

喪主になってほしい人

配偶者 ・ 子供 ()

家紋について

葬儀に家紋を使う ・ 使わない

家紋貼付け欄

御墓・仏壇について

御墓への納骨について

- ☐ 先祖代々の御墓に納骨してほしい
☐ 新しい御墓に納骨してほしい

手元供養・永代供養について

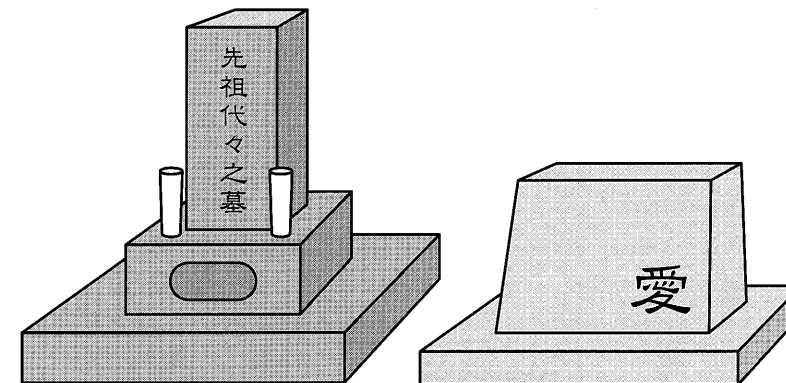
- ☐ 希望する
☐ 特に希望はない

御仏壇について

- ☐ 家の仏壇 ☐ 本家の仏壇
☐ 新しい仏壇 ☐ 仏壇は不要

御墓・御仏壇の費用について

- ☐ 私の預金・保険などでしてほしい
☐ 特に準備はしていない



●新しく御墓を立てる際のポイント●

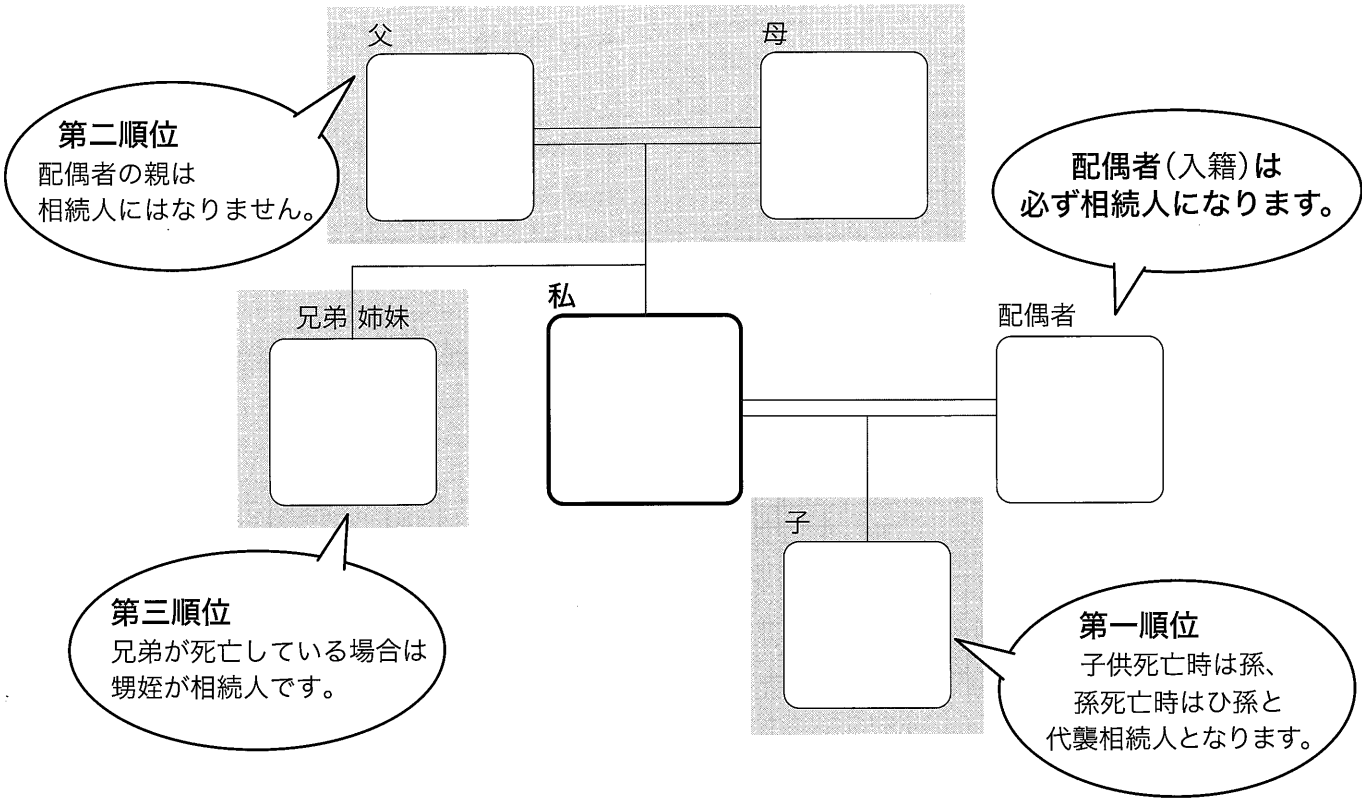
最近では自然葬(散骨)など御墓を必要としない埋葬も増えているようです。また、生前に御墓を立てられる(寿陵)をされる方も増えています。生きているうちに御墓を作る場合、デザインや価格などを自分で決められるほか、非課税となるので相続対策の一環にもなるなどのメリットもあります。

チェックポイント

- | | |
|---|---|
| 1. 御墓に誰と入るのかを決める
☐ 家墓(子子孫孫まで使える)
☐ 個人墓・夫婦墓 ☐ 合祀墓 | 3. 墓地を購入する |
| 2. 墓地(永代使用权)を決める
☐ 公営墓地 ☐ 寺院墓地 ☐ 民営墓地 | 4. 墓石の仕様を決める |
| | 5. 石材店に発注する
※民営墓地の場合、石材店が管理経営しているケースが多く、石材店が選べないことがあります。 |

円満相続のススメ

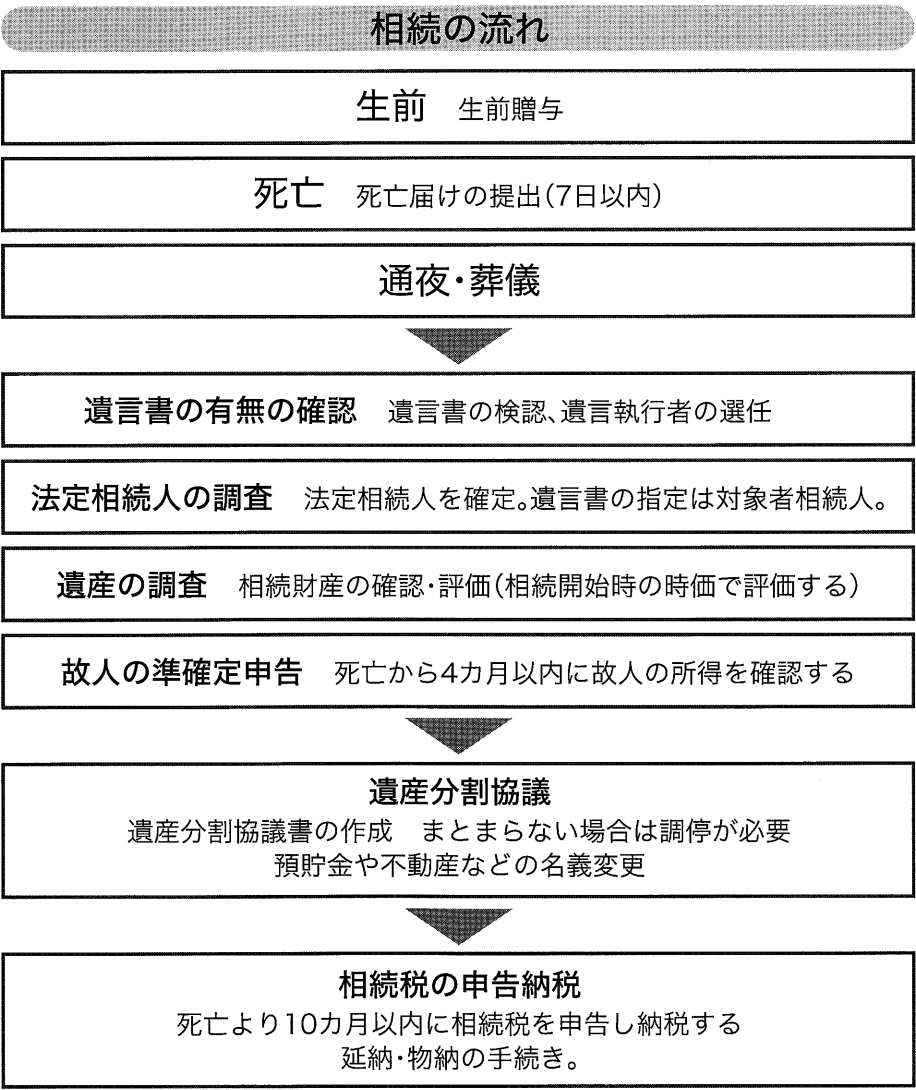
あなたの法定相続人を確認しましょう



相続の流れ

相続財産となるもの

●土地・建物などの不増産	●マイナス財産
●預貯金、株券・債権等の有価証券	住宅ローンをはじめとする借入金返済債務
●自動車・宝石・骨董品など	買掛金
●売掛金・貸付金・未収債権	損害賠償債務
●損害賠償請求権・慰謝料請求権	保障・連帯保証債務
●著作権、特許権、商標権、意匠権、実用新案権	未払い金(税金、家賃、医療費など)



● ()年後の自分への手紙 ●

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

ご相談は

●パートナー●

[illegible]

セレモニーノート

発行日：2012年2月15日第2版発行
発行：相続・贈与相談センター
企画制作：アックス資産税パートナーズ事務局
無断転写・複製禁止

相続・贈与相談センター[®]とは

相続・贈与相談センターは、「個人の相続」「社長の相続」に共に取り組む税理士、弁護士、行政書士、不動産鑑定士等、各種専門家の全国ネットワークです。
その組織力を背景に、豊富な経験と実績でお客様の相続を解決へと導きます。