

終活ニュースレター

～ 家族のために、今できることを ～

第3号

2026年5月

特集 遺言と任意後見

遺言と任意後見

～ それぞれの役割を知っておきましょう～

遺言は、亡くなった後の財産の行き先を決めるものです。

任意後見は、判断能力が低下したときの生活や財産管理を支えるものです。

どちらも、あなたとご家族の安心につながる大切な制度です。

それぞれの特徴を知り、ご自身の状況に合わせて検討してみましょう。



この号のポイント

- 1 遺言の基本と役割
亡くなった後の財産の行き先を決める。
- 2 任意後見の基本と役割
判断能力が低下したときの生活・財産管理を支える。
- 3 遺言と任意後見の違い
それぞれの特徴を比較して理解する。
- 4 ご自身の状況に合わせた考え方
家族構成や健康状態に応じた選び方のポイント。



参考文献

- 法務省「遺言に関する手続きについて」 <https://www.moj.go.jp/>
- 法務省「任意後見制度について」 <https://www.moj.go.jp/>
- 日本公証人連合会「遺言・任意後見の手続き」 <https://www.koshonin.gr.jp/>

※掲載日：2026年5月1日

1 遺言とは



遺言は、亡くなった後の財産の行き先を決めるためのものです。法的に有効な遺言を残しておくことで、家族間のトラブルを防ぎ、ご自身の想いを確実に伝えることができます。

1 財産の行き先を指定できる



誰にどの財産を渡したいかを指定することができます。法律に定められた形式で作成する必要があります。

2 家族のトラブルを防ぐ



遺言がないと、相続人同士で意見が分かれ、トラブルになることがあります。遺言は、家族の安心と円満な相続につながります。

3 自分の想いを残せる



財産のことだけでなく、家族へのメッセージや感謝の気持ちを遺言に書き残すこともできます。

2 任意後見とは



任意後見は、将来、判断能力が低下したときに備えて、あらかじめ信頼できる人に財産管理や生活支援などをお願いする制度です。自分らしい生活続けるための大切な備えとなります。

1 将来の備えを今決めておく



判断能力があるうちに、信頼できる人と契約を結びます。公正証書で作成する必要があります。

2 財産管理や生活支援をお願いできる



預貯金の管理、各種契約の手続き、施設入所の手続きなど、日常生活に必要な支援を受けることができます。

3 自分らしい生活が続けられる



信頼できる人のサポートを受けることで、安心して自分らしい生活続けることができます。

3 遺言と任意後見の違い



	遺言	任意後見
目的	亡くなった後の財産の行き先を決める	判断能力が低下したときの生活・財産管理
効力の発生時期	死亡後	判断能力が低下した後
主な内容	財産の相続、遺産の分け方、家族へのメッセージ	預貯金の管理、各種契約、生活支援など
手続き	自筆証書遺言または公正証書遺言	公正証書での任意後見契約