

終活ニュースレター

～ 安心できる未来のために ～

第2号

2026年3月

特集 将来の安心のために備えておく

任意後見契約

～ 判断力が低下したときに備えて ～

任意後見契約は、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、財産管理や生活の支援をお願いする制度です。

元気なうちに契約しておくことで、ご自身の意思を尊重した支援を受けることができ、安心してこれからの人生を過ごすことができます。

今回は、任意後見制度の基本や契約の流れ、注意点について、わかりやすくお伝えします。



この号のポイント

- 1 任意後見制度の基本**
どのような制度か、特徴を解説します。
- 2 契約の流れと注意点**
契約から後見開始までの手順と注意すべき点を紹介します。
- 3 任意後見人に頼めることの例**
財産管理や生活支援など、具体的な内容を解説します。
- 4 ご家族と話し合っておきたいこと**
安心して制度を利用するための準備のポイントをお伝えします。



参考資料

- 法務省「任意後見制度について」
- 日本司法支援センター「成年後見制度のご案内」

※掲載日：2026年3月1日

<https://www.moj.go.jp/>

<https://www.hosho-shien.jp/>



1 任意後見制度とは

任意後見制度は、将来、認知症や病気などで判断能力が低下したときに備え、あらかじめ信頼できる人と契約を結び、財産管理や生活支援などをお願いする制度です。

1 元気なうちに契約できる



ご自身の判断能力があるうちに、信頼できる人と公正証書で契約します。誰に頼むか、どのような内容でお願いするかを、自分で決めることができます。

2 将来の安心につながる



判断能力が低下したときにスムーズに支援を受けることができ、財産管理や生活の不安を軽減できます。ご家族の負担も少なくなります。

3 本人の意思を尊重した支援



ご本人の希望に沿った支援を受けることができます。信頼関係のある人が後見人となることで、安心して暮らし続けることができます。

2 任意後見契約の流れ

任意後見契約は、次のような流れで進みます。あらかじめ流れを理解しておくことで、スムーズに準備を進めることができます。

1 後見人候補者を決める



家族や親族、信頼できる人の中から、任意後見人をお願いする人を決めます。

2 契約内容を相談する



どのような支援をお願いするか、報酬や費用などを含めて、具体的に相談します。

3 公正証書で契約する



公証役場で公正証書を作成し、正式に契約を結びます。

4 後見開始の手続き



判断能力が低下した際に、家庭裁判所で任意後見監督人の選任を受け、任意後見が開始します。

3 任意後見人に頼めることの例

任意後見人には、次のような財産管理や生活支援をお願いすることができます。



預貯金の管理

預金の出し入れや
公共料金の支払いなど



不動産の管理

自宅などの売却や
賃貸の手続きなど



各種契約の手続き

施設入所契約や
医療・介護の契約など



生活の支援

生活費の管理や
日用品の購入など



税金の手続き

確定申告や
税金の支払いなど