

# つなぐ手帳

—あなたが未来に託すもの—



東北大学

東北大学基金  
遺贈寄附サポートセンター





# もくじ

1. はじめに	3
2. 遺言書について	4
3. 法定相続について	5
4. 家族関係図	6
5. 財産リスト	8
6. 年金リスト	10
7. からだのこと	11
8. 遺言書の文例	12
9. 家族・知人連絡リスト	14
10. 遺贈寄附サポートセンターのご案内	15

# はじめに

## — つなぐご意思 —

もし、自分に万一のことがあったとき。それを考えると、誰しも不安になることでしょう。残される妻や夫、子供たちはうまく対処ができるだろうか。自分が一生をかけて築き上げた財産は、その愛する人たちにむしろ面倒や苦しみ、争いなどを生みはしないだろうか。

悲しい別れは決して避けることはできないけれど、それに備えることはできます。自分がいま持っているもの、築いてきたこと、そして周りの人たちとの関係を見つめ、整理していくことで、きっと不安は和らぎます。そしてさらに、自分が残していくものをどのようにしたいのか考えていくことで、きつともっと穏やかで、晴れやかな気持ちになることでしょう。

自分はどんなものを築き、そしてそれを誰に託すのか、何に託すのか。そんなことを整理するための、ちょっとしたお手伝いできればと思い、この手帳を作成しました。

自分の人生を振り返ること。何を残すかを考えること。そして遺言や相続について知っておくこと。それは決して、悲しいことではありません。自分がこの世から旅立った後の未来に続く、晴れやかな青写真を描くことでもあるのです。

親から子、子から孫へと同じように、自分の世代から次の世代へ、伝えたい、つなげたい明日はありませんか？

あなたご自身の将来を、そしてあなたが次の世代へと託す未来を描くために、この「つなぐ手帳」を、どうぞご活用ください。

東北大学基金  
遺贈寄附サポートセンター



# 遺言書について



## ● 遺言書でできること

遺言書がなく、相続人の中での遺産分割の合意が得られない場合に備え、「法定相続」というルールが定められています。一方、遺言書がある場合は、遺言書が法定相続より優先されます。これにより、相続人への円滑な相続の助けとなるとともに、法定相続では定められていない相手や具体的な分け方など、ご自身の遺産の残し方を、ご自分のご意思で決めることができます。

- ・ 法定相続人以外の個人や公益法人などに遺贈することができます。
- ・ 法定相続分とは異なる配分を指定することができます。
- ・ 具体的な遺産の配分を指定できます。
- ・ 遺言執行人を指定することができます。

## ● 遺言書の種類

遺言書の形式には主に2つあります。

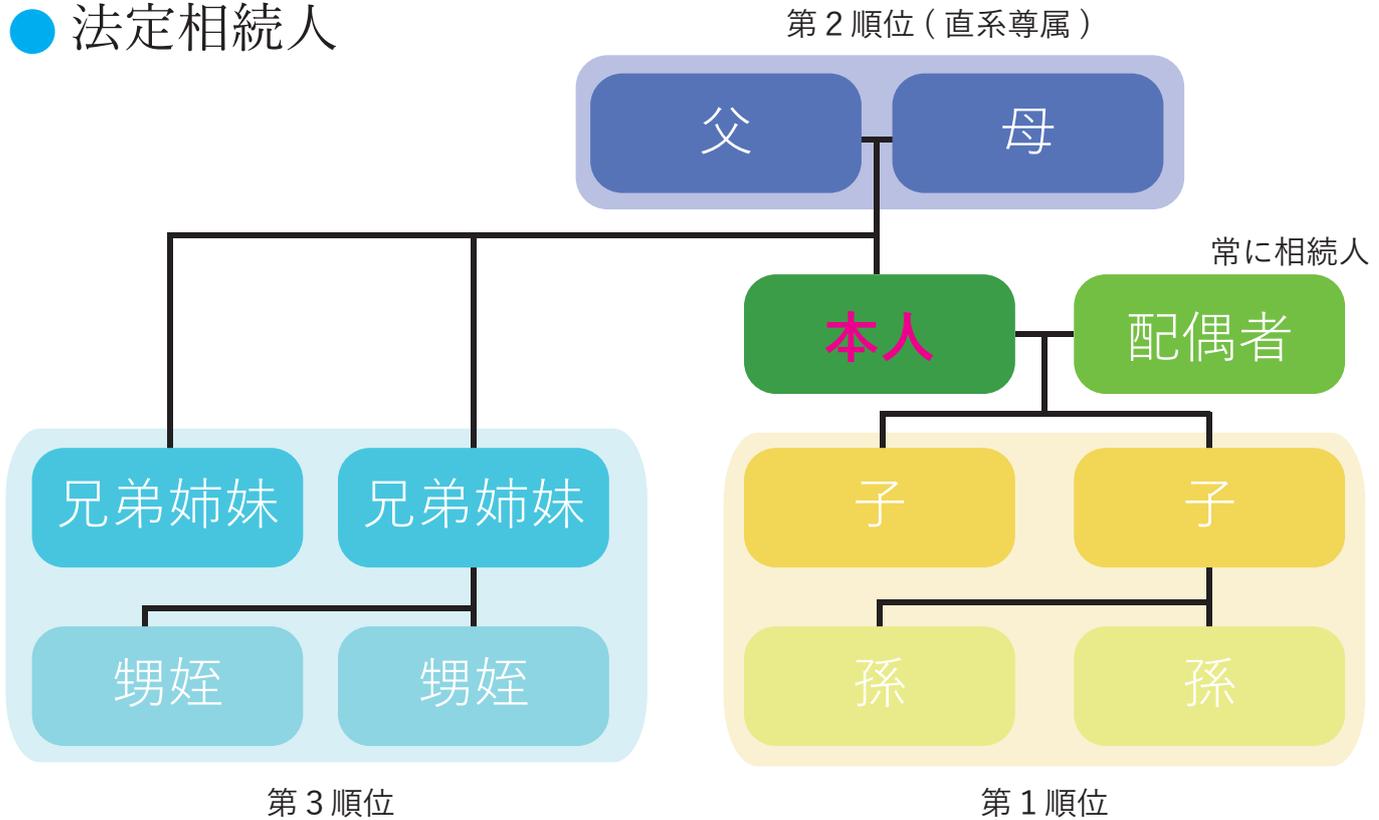
	自筆証書遺言	公正証書遺言
	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 遺言者が、紙に、自ら、遺言の内容の全文（目録を含むすべて）を手書きし、かつ、日付、氏名を書いて、署名の下に押印することにより作成する。</li><li>・ *パソコンやタイプライターによるものは無効です。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 遺言者が、公証人の前で、遺言の内容を口授し、それに基づいて、公証人が、遺言者の真意を正確に文章にまとめ、公正証書遺言として作成する。</li></ul>
長所	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 費用がかからない。</li><li>・ 誰にも知られず作成できる。</li><li>・ 作成替えが容易。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 公証人の助言が受けられる。</li><li>・ 内容・方式での不備が起こる恐れがない。</li><li>・ 家庭裁判所で検認が不要。</li><li>・ 破棄、隠匿、改ざんの心配がない。</li></ul>
短所	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 不備等により無効または係争の種になる恐れがある。</li><li>・ 紛失、隠匿、偽造の恐れがある。</li><li>・ 家庭裁判所の検認手続きが必要。</li><li>・ 病気などで字が書けなくなった場合は利用できない。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 証人が必要。</li><li>・ 公正証書作成費用が掛かる。</li></ul>

# 法定相続について



民法では、相続人とその相続分について規定しています。遺言や相続人の協議によって遺産の分割内容が決まらない場合、家庭裁判所に調停・審判してもらう際の基準になります。

## ● 法定相続人



## ● 法定相続分・遺留分

\* 遺留分とは・・・

民法で保障される最低限の相続分です。遺言作成の際も、遺留分を侵害しないよう配慮する必要があります。

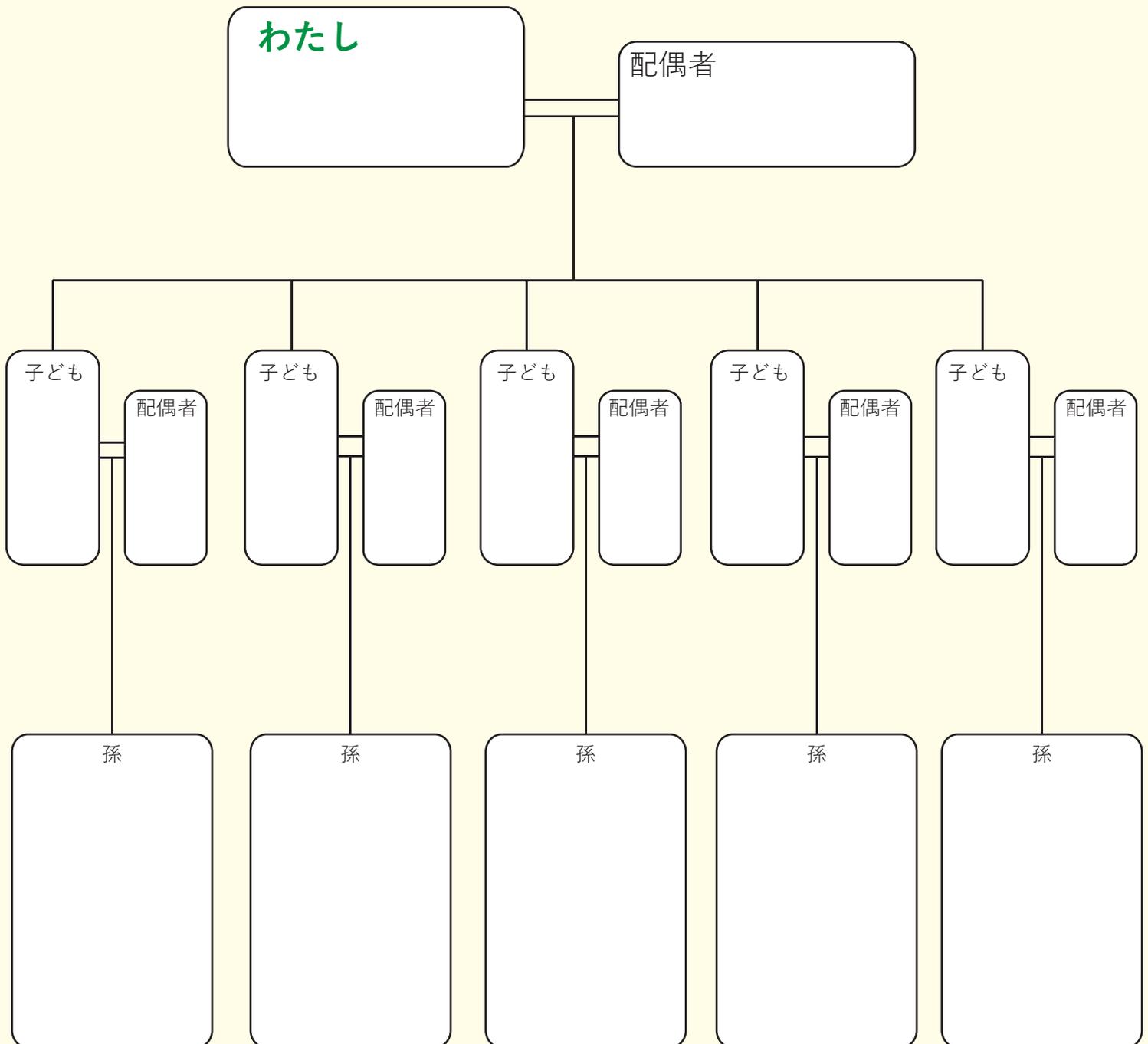
相続人	法定相続分		遺留分	
配偶者と子(または孫)	配偶者 1/2	子 1/2	配偶者 1/4	子 1/4
配偶者と父母(または祖父母)	配偶者 2/3	父母 1/3	配偶者 1/3	父母 1/6
配偶者と兄弟姉妹(または甥・姪)	配偶者 3/4	兄弟姉妹 1/4	配偶者 1/2	兄弟姉妹 なし
配偶者のみ	全部		1/2	
子(または孫)のみ	全部		1/2	
父母(または祖父母)のみ	全部		1/3	
兄弟姉妹(または甥・姪)のみ	全部		なし	

# 家族関係図



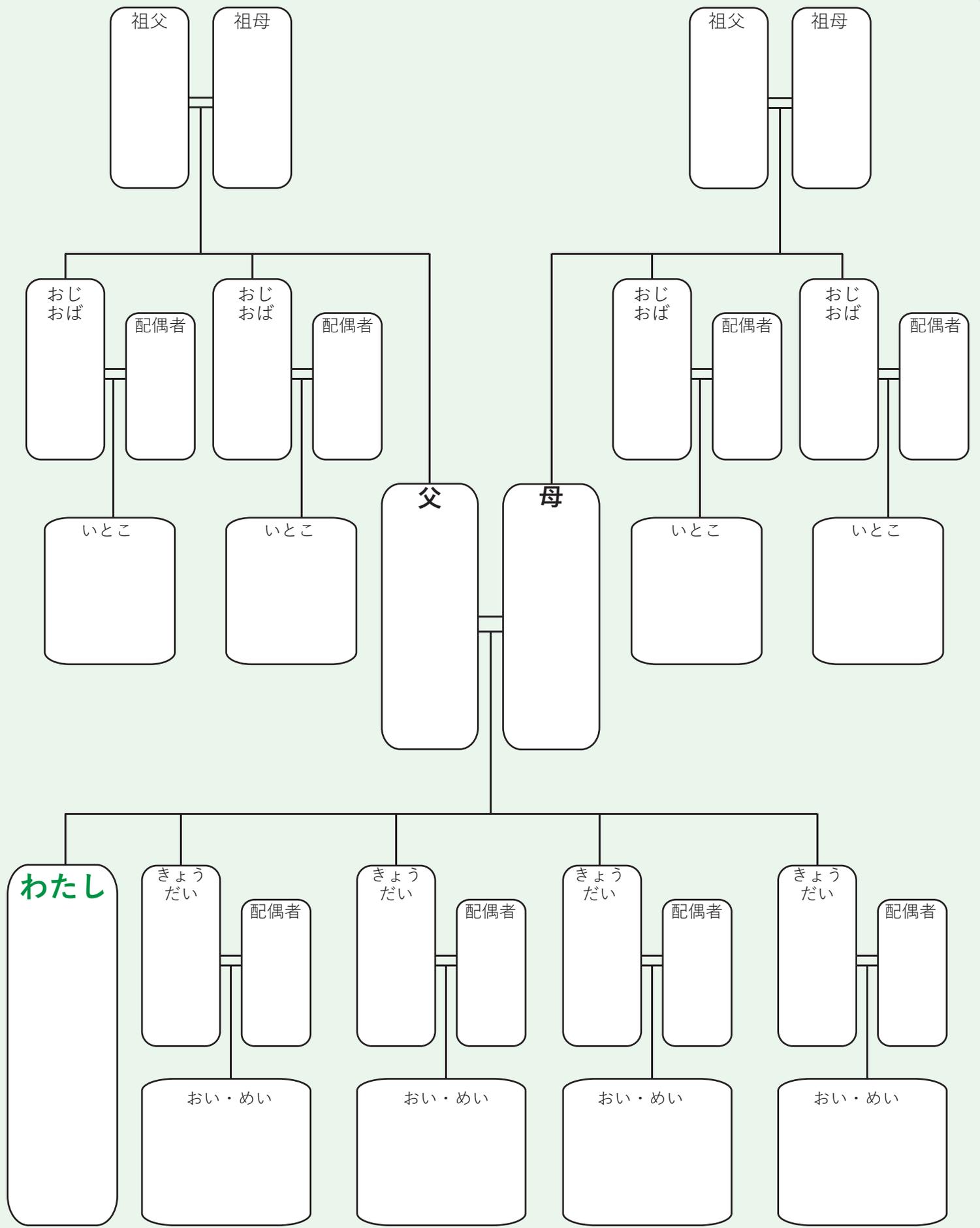
自分の家族について記入してみましょう。  
(家族構成に合わせて項目を増やすなど適宜変更してご利用ください。)

## ● 子ども、孫





# ● 父母、きょうだい



# 財産リスト



自分の財産の内容を書き込み、確認をしてみましょう。

## ①預貯金・信託口座

金融機関名  
支店  
種別  
口座番号  
口座名義人

## ②有価証券

銘柄	購入先	連絡先	備考



③生命保険


④不動産

土地	
建物	

⑤その他(会員権、自動車、貴金属など)


⑥債務(借金、ローン返済、連帯保証債務 など)


⑦形見分け

品名	だれに	備考

# 年金リスト



## ①公的年金

基礎年金番号 (年金手帳の番号)	年金証書番号	受取口座		
		金融機関	支店	口座番号

## ②企業年金

企業年金（会社名）	受取内容など	連絡先など

## ③個人年金

保険会社	証券番号	受取内容など	連絡先など

## ④その他勤務先からの給付など

項目	内容	連絡先など

# からだのこと



## かかりつけの医療機関

病院名	担当医師	連絡先	備考

## 既往歴

病名・症状	期間	治療した病院など
	～	
	～	
	～	
	～	

## 持病やアレルギーなど

血液型 (Rh)	_____ 型 (Rh )
持病	
アレルギー	
常用薬	

その他 介護・余命告知・延命治療などの希望があれば書いておきましょう。

--

# 遺言文例①



文例紹介 不動産を妻に、預貯金を長男に相続させる。

## 遺言書

①

遺言者 東北大助は、次の通り遺言する。

1. 遺言者は、次の不動産を、妻 東北明子に相続させる。

(一) 土地

所在／宮城県仙台市青葉区〇〇1-1-1 地目／宅地 地積／100平方メートル

(二) 建物

所在／宮城県仙台市青葉区〇〇1-1-1 家屋番号／〇番〇 種類／居宅

構造／木造スレート葺2階建て 床面積／1階〇〇平方メートル 2階〇〇平方メートル

2. 遺言者は、上記以外の一切の財産を、長男 東北大吉に相続させる。

3. 遺言者は、この遺言の遺言執行者として下記の者を指定する。

②

## 記

鈴木 太郎（宮城県仙台市太白区〇〇2-1-1 昭和〇〇年〇月〇〇日生）

2項 遺言執行者は、遺言者の遺産の換価、その他遺言者の名前で契約している貸金庫の開扉、  
内容物の受領を含め、この遺言の執行に必要な一切の権限を行使できるものとする。

3項 遺言執行者が必要と認めた場合は、遺言執行事務を第三者の専門家に委託できるものとする。

4. 遺言執行者の報酬

遺言執行者に対する報酬は金〇万円とする。

5. 付言事項

私は、これまで素晴らしい家族に恵まれ、幸せな人生を送ることができてきました。

明子にはいろいろ苦勞もかけたね。感謝しています。

大吉、家族を大切に、これからも人生を力強く歩いていってください。

平成〇〇年〇〇月〇〇日

宮城県仙台市青葉区〇〇1-1-1 東北大助

東北

⑧

自筆証書遺言の場合、全ての文字は自筆で書きましょう。

①タイトルはしっかり書きましょう。

②遺言執行者とは、遺言書の内容に従い遺言を実行してくれる方です。

③換価とは、財産を現金化することを言います。

④遺言執行のため、財産の詳細を確認するのに必要な文章です。

⑤遺言執行には様々な専門知識が必要です。確実な執行のために必要な文章です。

⑥付言事項には、あなたの思いを自由に書き添えることができます。

⑦日にちは吉日などとせず、正確にご記入ください。

⑧認印でも法的な問題はありませんが、トラブル防止のためにもできる限り実印を押印することをお勧めいたします。

# 遺言文例②



文例紹介 不動産を長男に、預貯金はある特定の団体（ここでは東北大学）に遺贈する。

## 遺言書

遺言者 東北大助は、次の通り遺言する。

1. 遺言者は、次の不動産を、長男 東北大吉に相続させる。

(一) 土地

所在／宮城県仙台市青葉区〇〇1-1-1 地目／宅地 地積／100平方メートル

(二) 建物

所在／宮城県仙台市青葉区〇〇1-1-1 家屋番号／〇番〇 種類／居宅

構造／木造スレート葺2階建て 床面積／1階〇〇平方メートル 2階〇〇平方メートル

2. 遺言者は、次の財産を遺言執行者により換価させたいので、

国立大学法人東北大学（宮城県仙台市青葉区片平2-1-1）に遺贈する。

預金

①

(一)〇〇銀行△支店 普通預金（口座番号：0123456）

(二)〇〇〇証券△△支店（口座番号：123-456789）

3. 遺言者は、この遺言の遺言執行者として下記の者を指定する。

記

鈴木 太郎（宮城県仙台市太白区〇〇2-1-1 昭和〇〇年〇月〇〇日生）

2項 遺言執行者は、遺言者の遺産の換価、その他遺言者の名前で契約している貸金庫の開扉、

内容物の受領を含め、この遺言の執行に必要な一切の権限を行使できるものとする。

4. 付言事項

お母さんが早くに亡くなってから、大吉にも苦勞を掛けたね。家族を大事に、頑張ってください。

また、大学時代の恩師や友人のおかげで、私はよい人生を送るきっかけがつかめたと思っています。

これからの日本を支えていく後輩たちの助けになるように、東北大学に寄附したいと思います。

平成〇〇年〇〇月〇〇日

宮城県仙台市青葉区〇〇1-1-1 東北大助

東北

①法定相続人でない方や団体に遺産を引き継ぐ場合は、「相続」ではなく「遺贈」と書きます。

### 【不動産を遺贈する場合は要相談】

遺贈を受けた不動産は売却し、その資金で社会貢献活動を行うことが一般的です。しかし、買い手が見つかりにくい不動産の場合、遺贈を受け入れない団体が多いのが現状です。不動産の遺贈を検討される場合は、遺贈先の団体と事前によくご相談ください。



# 育てる。つながる。



## 次の世代へ

東北大学基金遺贈寄附サポートセンターでは、ご遺言や、ご遺贈、ご寄附などについてみなさまからのご相談を受け付けております。

大切なご資産を、母校の発展や若い学生たちのためにとお考えのかたは、ぜひご相談ください。専門のスタッフが、丁寧にお話をお伺いいたします。



フリーダイヤル



つながり 意思

# 0120-279-514

平日 9:00-17:00

FAX: 022-217-4818 Eメール: [kikin@grp.tohoku.ac.jp](mailto:kikin@grp.tohoku.ac.jp)



ご寄附の用途については東北大学基金のホームページをご覧ください。

<http://www.bureau.tohoku.ac.jp/kikin/japanese/>



### つながり手帳

—あなたが未来に託すもの—

制作・発行

東北大学基金遺贈寄附サポートセンター

〒980-8577 仙台市青葉区片平2-1-1

国立大学法人東北大学総務企画部社会連携課基金係内

TEL:022-217-5058 FAX:022-217-4818

