

2022年度 修士（心理学）学位請求論文

中高年者が遺言作成に至る過程

立命館大学 大学院人間科学研究科

博士課程前期課程

人間科学専攻 臨床心理学領域

学生証番号：6412210022-5

まつもと ことみ  
松本 琴美

## 要約

本研究は、中高年者が遺言を検討し始めてから作成に至るまでの過程に着目し、取り組む本人の心理的プロセスと社会的影響を明らかにすることを目的とした。そこで、60歳以上の遺言を作成した人物5名に半構造化インタビューを実施し、複線径路等至性モデリングによる分析を行った。その結果、人々が遺言作成に至らない背景にあると考えられていた「死への恐怖や不安」や「書き方・法知識の不足」は、研究協力者によって経験していない、もしくは必要なステップとして捉え、解決する行動選択をして経験していたことが分かった。また、協力者たちは、家族や後世への希望と期待を遺言に込めていたこと、作成後も断捨離、遺品整理、葬儀や墓の準備といった更なる終活や家族の終活サポートに取り組んでいたことが明らかになった。遺言を作成したことで、未来に対するイメージが開かれ、希望や期待と共に新たな課題が見えてきたものと考えられる。以上のことから、家族や後世への想いと遺言の検討・作成過程を経て生まれた「自分ができることをやる」という姿勢は、取り組んだ本人の更なる終活、そして人生そのものを支えていることが考察された。

# 目次

要約.....	ii
目次.....	iii
1. 序論 .....	1
1-1 中高年者のよりよい生.....	1
1-2 終活の台頭と興味関心の高まり .....	1
1-3 相続制度と対策の必要性.....	2
1-4 遺言制度と作成状況.....	3
2. 目的 .....	5
3. 方法 .....	6
3-1 研究協力者の募集と決定.....	6
3-2 データ収集.....	7
3-3 データ分析.....	8
4. 結果と考察 .....	9
4-1 協力者 A の径路.....	10
4-2 協力者 B の径路 .....	13
4-3 協力者 C の径路 .....	17
4-4 協力者 D の径路.....	21
4-5 協力者 E の径路 .....	24
4-6 統合径路.....	27
5. 総合考察 .....	29
5-1 死に対する感じ方・考え方.....	29

5-2 書き方・法知識の不足への対処.....	30
5-3 取り組む当人にとっての遺言作成の意義.....	31
6. 本研究の限界と今後の課題 .....	32
文献.....	33
謝辞.....	a

# 1. 序論

## 1-1 中高年者のよりよい生

かつて老いは不幸なものと考えられ、病弱、貧困、孤独は「老人三悪」と言われる時代があった。しかし、1963年に誕生した老人福祉法では「老人は、多年にわたり社会の進展に寄与してきた者として、かつ、豊富な知識と経験を有する者として敬愛されるとともに、生きがいを持てる健全で安らかな生活を保障される」という基本理念が掲げられた。その後、サクセスフル・エイジング（幸福な老い）やプロダクティブ・エイジング（生産的な老い）といった老いのポジティブな側面が探求されるようになり、長寿は人生にとってより意義深いものと考えられるようになった。しかし、高齢期は必ずしも幸福な出来事ばかりではない。退職や引退、老化の進行、配偶者や自分の大病、入院、けが、事故、親や友人、配偶者との死別など、つらく悲しいライフイベントに次々に出会うのが高齢期である。誰もが落胆したり、苦々しく思ったり、目を背けようとするが、こうした危機にいかにして立ち向かい、対応するかで人生は大きく変わっていく（佐藤，2018）。

Erikson の心理社会的発達理論において 60 代後半以降は第 8 段階（老年期）とされ、発達課題は統合性である。自身の人生を振り返り、意義あるものだったと受け入れることで統合性は達成される。統合によって得られる徳として、英知が挙げられる。英知とは「死に向き合う中での、生そのものに対する聡明且つ超然とした囚われのない関心」である（Erikson, 1959）。これは心と体の統合が崩壊の危機におびやかされながら、何らかの秩序と意味を維持するプロセスに現れるものと捉えられている（佐藤，2018）。

以上のことから、老いのポジティブな側面に光を当てると同時に、老いや喪失による危機や自身の死とどのように向き合い、人生を統合、完成させるかが中高年者のより良い生を考えるうえで重要と言える。

## 1-2 終活の台頭と興味関心の高まり

人生の終焉を考えることを通じて自分を見つめ、今をより良く自分らしく生きる活動を「終活」と言う（一般社団法人終活カウンセラー協会，2021）。用語としては 2009 年週刊朝日にて連載された「現代終活事情」がその始まりと言われている。2012 年には新語・流行語大賞のトップテンに選出された。当初は葬儀や墓に対する備えが中心的な話題であっ

た（木村・安藤，2019）が，その名称が広がるにつれ，生前の介護・延命治療や死後の相続・遺品整理等に対する備えも含まれていった。その背景には，平均寿命と健康寿命の伸長により，老後そして最期をどう過ごすかを人生の課題とすることで，老いや死が受動的に「迎える」ものから能動的に「準備する」ものへと変質しつつある（田中，2016）ことがあげられる。先行研究では，年齢が上がるにつれて死の備えに対する意識が高まり（大坂，2010），特に60代以上でその傾向が高まること（日潟・岡本，2008）が示されている。

終活の実施状況について，全国の50～79歳2016名を対象にした株式会社ハルメクホールディングス生きかた上手研究所（2022）の調査によると，60～74歳のうち「終活は必要だと思う」割合は全体の79.0%であり，そのうち「終活を既に始めている」割合は38.3%であった。公益財団法人地方経済総合研究所（2017）によると，終活を行う目的として71.2%が「家族に迷惑をかけたくない」をあげている。しかし，高齢者は死の備えの必要性を感じている一方で，死への恐怖や不安から，自らの死について考えることを先延ばしして避ける傾向もある（谷田，2011）。

### 1-3 相続制度と対策の必要性

終活の一つとして，相続対策があげられる。相続とは，人の死亡に伴い，その死亡した者（「被相続人」という）が生前に持っていた全ての財産（「相続財産」という）を受け継ぐことである。遺産分割の方法としては多くの場合，相続人全員の協議による合意に基づき相続財産を分割する「協議分割」が行われる。協議がまとまらない場合は，相続人の申立てに基づき，家庭裁判所の調停による「調停分割」が行われる。調停によっても協議が成立しない場合は，家庭裁判所の審判による「審判分割」が行われる。

円滑な遺産分割が行われず，親族間で紛争・揉め事が起きる事態は「争族」と揶揄される。争族件数は増加傾向にあり，家庭裁判所が取り扱った調停事件の遺産分割事件数は，1995年に8,165件であったものが，2019年には13,801件と約1.7倍増加している（裁判所，2019）。相続問題を回避・軽減するために行われるのが，生前からの相続対策である。信託協会（2015）の50歳以上の既婚者の子供ありで金融資産1,000万円以上の人物3,441名を対象とした相続・贈与・投資に関する意識調査によると，「相続対策をしている」割合は16.2%であった。加えて「相続対策をしていない（83.8%）」中で「相続対策の必要性を感じている」割合は52.4%であった。つまり，全体では約6割が「相続対策をしている」，もしくは「必要性を感じている」と言える。

#### 1-4 遺言制度と作成状況

相続対策の一つとして、遺言作成があげられる。遺言とは、一定の方式で表示された個人の生前の意思に、その個人の死後において、法的効果を与える法技術である。遺言者自らが、自分の残した財産の帰属を決め、相続をめぐる争いを防止しようとすることに主たる目的がある（日本公証人連合会，2022）。満15歳以上の意思能力を有する者であれば、遺言能力が認められている。遺言は、被相続人の遺志を尊重するためのものであるが、相続人全員が同意すれば遺言と異なる遺産分割をすることが可能である。ただし、相続人のうち1人でも「その遺言通りに」という人がいれば遺言優先となる。餅川（2020）は、争族を回避する最も簡単な方法が「遺言相続制度」であると述べている。日本公証人連合会（2022）は、遺言の必要性が特に高い場合として、①夫婦の間に子どもがない場合、②離婚・再婚した場合、③子どもの配偶者に財産を分けたい場合、④内縁の夫婦の場合、⑤家業等を継続させたい場合、⑥家族関係に応じた適切な財産承継をさせたい場合、⑦相続人が全くいない場合をあげている。

遺言は自筆証書遺言、公正証書遺言、秘密証書遺言の3種類がある（Table 1）。遺言者の真意を確実に実現させる必要があるため、3種類のいずれも法律によって厳格な要式が定められており、その要式に従わない遺言は全て無効である。自筆証書遺言は、遺言者が自筆で書く、証人不要の方式である。費用が掛からず遺言者一人で手軽に書ける反面、家族に見つけてもらえず紛失、要式不備により無効となる可能性がある。公正証書遺言は、遺言者が口授した内容を公証人が筆記し作成する方式である。紛失や無効の心配がなく確実性が高い反面、作成手続きに手間と費用が掛かる。秘密証書遺言は、遺言者が作成後に封印したものを公証人に提出する方式である。遺言内容の秘密が守られ、偽造等を防止できる反面、自筆証書遺言と比べると作成手続きに手間と費用が掛かり、自筆証書遺言と同様に紛失や無効のリスクがある。相続開始後、自筆証書遺言と秘密証書遺言は、遺言書の形状や内容を確認し保存する手続きである検認を家庭裁判所で受ける必要がある。

Table 1 各遺言方式の特徴

	自筆証書遺言	公正証書遺言	秘密証書遺言
要式	遺言者が全文を自筆で書き、日付、署名および押印が必要。ただし、添付する「財産目録」には自書要件はないが、署名と押印は必要	遺言者が遺言の趣旨を口授し、公証人がこれを筆記・作成したものを読み聞かせ、閲覧させる。日付、署名および押印が必要。遺言者と証人は、これを承認し、署名と押印を行う	遺言者が証書に署名と押印を行い、封書に同じ印で封印する。公証人が封書に日付と遺言者申述を記載する。証人の署名と押印も必要
証人	不要	2名以上必要	2名以上必要
費用	不要。ただ、「遺言書保管制度」を利用する場合には必要	「公証人手数料令」第9条別表に定められる費用が必要	「公証人手数料令」第28条に基づいて、11,000円が必要
検認	必要。ただ、「遺言書保管制度」を利用する場合には不要	不要	必要

民法改正により 2019 年 1 月から自筆証書遺言書の作成が緩和された。これにより、手書きでしか認められていなかった自筆証書遺言に対して「財産目録」についてはパソコン入力・代筆が可能となった。また、遺言書保管法により 2020 年 7 月からは自筆証書遺言保管制度が開始され、自筆証書遺言を法務局に預けることが可能となった。これにより、①自筆証書遺言の形式に適合するか外形的なチェックが受けられ、②家庭裁判所での検認が不要になり、③相続開始後、相続人等の法務局での遺言書の閲覧や遺言書情報証明書の交付ができるようになり、④遺言者の死亡が確認された時、相続人等に遺言書が保管されている旨が通知されるようになった（法務局，2022）。こうした制度創設からも、遺言の利用が促進されていることがうかがえる。

日本の遺言の起源は古く、奈良時代の養老令まで遡ることができる。江戸時代には、士農工商の内、士分は俸禄のため財産について遺言を残す余地はあまりなかったが（手紙としての遺書は除く）、残る農工商についてはむしろ遺言を残すことが基本だった。明治時代に入ると、長子の「家督相続」制度が作られ、ここで一度遺言書は廃れることとなる。長子が財産も家督もすべて相続するため、遺言は不要になったのである。現在、民法では財産的な面については規定しているが、心情的な面については付言事項とあって、法的な効力は無いが書くのは自由というスタンスである。しかし、相続争い（争族）の件数が増加している現代では、財産と心情の両面から遺言は必要とされている（遺言執行社，2022）。

法務局（2017）の全国の 55 歳以上の 7,658 名を対象とした遺言書の作成・保管等に関する

るニーズ調査では、55歳以上で「今後遺言を作成したい」と考える割合は33.8%であった。55歳以上の人口49,435,697名（2017年時点）に割り戻すと16,709,265人が遺言作成意向であると推測される（法務省，2017）。しかし、実際の2017年度の公正証書遺言の作成件数は110,191件であった（日本公証人連合会，2020）。自筆証書遺言と秘密証書遺言は必ずしも作成件数は分からないものの、2017年度の家庭裁判所での遺言書の検認件数は17,394件であった（裁判所，2017）。この検認件数を自筆証書遺言と秘密証書遺言の作成件数と仮定すると、合計の遺言作成件数は127,585件となる。年度を遡ってみても、近年の作成件数は横ばい、もしくは微増傾向である（日本公証人連合会，2020）。つまり、55歳以上の遺言作成意向人口（16,709,265名）に対する実際の作成件数（127,585件）は約0.8%となり、遺言に興味・関心はあっても、作成には至っていない人が大半であると言える。遺言作成に至らない理由として、法務省（2017）の調査では、書き方・法知識の不足があげられている。また、死への恐怖や不安から自らの死について考えることを先延ばしして避ける傾向（谷田，2011）も影響していると考えられる。

以上のことから、遺書作成に至らない人が多い中で、遺書を作成した人物の経験を捉えることで、実際に検討・作成過程で生じる悩みや課題、更にそれらとどのように向き合い、折り合いをつけ、もしくは乗り越えることで遺言作成に至るかが明らかになると考えられる。

## 2. 目的

終活への興味・関心が高まり、争族件数が増加する現在、相続対策の重要性は高まっている。このような状況下で、遺言作成意向を持つ中高年者は一定数いるものの、実際に作成する割合は低い。その背景には、自身の死を考えることに対する恐怖や不安、書き方・法知識の不足があると考えられる。本研究では、中高年者が遺言を検討し始めてから作成に至るまでの過程に着目し、取り組んだ当人の心理的プロセスと社会的影響を明らかにする。そして、遺言を作成した人がどのように悩みや課題に対処していたか、当人にとって遺言作成はどのような体験であったかを考察する。これにより、中高年者が見通しを持って終活・相続対策・遺言を検討し、興味関心や必要に応じて取り組めるようにすることを目的とする。

### 3. 方法

#### 3-1 研究協力者の募集と決定

本研究では、中高年者の個別の遺言検討・作成過程を可視化、記述するため、60歳以上の遺言作成経験のある人を対象とした。研究協力者の募集にあたって、相続対策や遺言作成の業務に取り組む弁護士、税理士、司法書士、行政書士事務所14カ所に、メール・ホームページ内のメッセージ・手紙のいずれかで、研究協力者募集の協力を依頼した。その後、理解を得られた事務所を訪問し、事務所内での募集チラシの掲示や募集要件に該当するクライアントへの研究概要の説明、協力者募集の声掛けを依頼した。そして、協力を得られた事務所や研究協力者から更に紹介を受けて、遺言作成業務に力を入れる土業事務所4カ所、中高年者が集まる地域の集会、高齢者支援事業の会合に訪問・参加し、上記と同様に協力者募集を行った。各事務所や集会、会合での出会いと紹介により、最終的に5名の研究協力者が決定した。Aは63歳女性で、自身で起業し事業を営む人物である。Bは82歳女性で、親戚が遠方にいる状況で一人暮らしをする人物である。Cは87歳男性で、父親から引き継いだ土地を活用してアパート経営を行う人物である。Dは79歳女性で、障がいを持つ子どもを育ててきた人物である。Eは81歳男性で、亡き妻と二人で生活してきた人物である。研究協力者の属性や家族状況、遺言検討・作成の背景を以下（Table 2）に示す。

Table 2 研究協力者

協力者	年齢	性別	婚姻状況	子の有無	配偶者の状況	遺言検討・作成の背景
A	63歳	女性	既婚	有	健在	私小説（家族史）と事業の継承
B	82歳	女性	未婚	無	—	姪に迷惑を掛けないため
C	87歳	男性	既婚	有	健在	父親から継いだ不動産を家族に繋いでいくため
D	79歳	女性	既婚	有	死亡	子に障がいがあるからこそその必要性
E	81歳	男性	既婚	無	死亡	亡き妻の希望を叶えるため

### 3-2 データ収集

1人あたり1回約60分の個人半構造化インタビューを、日を分けて3回行った。実施期間は2022年8月から2022年11月である。実施方法や場所については、協力者の意向に沿って対面もしくはオンライン(Zoom)で、対面の場合は個室が確保できることを前提に、協力者の自宅、アトリエ、紹介元の士業事務所、本校で行った。協力者D、Eについては、紹介元である士業事務所の専門家が同席し、事実関係の補足を得ながらインタビューを実施した。初回インタビューは質問事項(Table 3)に沿って行った。対面の場合はICレコーダーで録音、Zoomの場合は画面録画でデータを記録した。

本研究は、立命館大学研究倫理審査委員会の承認を得たうえで実施した(倫理審査申請番号:2022-psy-021)。協力者には事前に本研究の概要や目的、調査方法に加えて、配慮内容を説明したうえで、協力可否を確認し、同意を得たうえでインタビューを実施した。配慮内容としては、話しにくい内容が質問された際は無理に話さなくていいこと、精神的苦痛を感じた際はいつでも中断できること、一度参加を決めてから途中で辞退しても何ら不利益を被らないこと等を説明した。また、守秘や個人情報・研究データの取り扱いについて説明し、協力者の希望によって誓約書を別途作成、交付した。コロナ対策として、対面の場合はインタビュー実施前に新型コロナウイルスへの感染が疑われる症状の有無の確認、手指消毒、検温を実施した。

Table 3 初回インタビューの質問事項

1. 遺言を検討し始めた時期・動機
2. 検討し始めてから作成に至るまでの出来事や考えた事・感じた事
3. 検討・作成の過程で悩みや課題が生じることがあったか また、あった場合はどのように対処したか
4. 作成意向を決定した時期・理由
5. 付言事項(遺言者の想いやメッセージを自由に記載する項目)は記述したか また、記述した場合はどのような内容を残したか
6. 検討・作成過程はどのような経験であったか(どのように意味付けているか)
7. 遺言は後世に何を伝えるものと捉えているか

### 3-3 データ分析

遺言を作成した人の主観的経験を時間経過の中で捉え、行動や認識の時間的変容を社会的・文化的な影響とともに考察するために複線径路等至性モデリング (Trajectory Equifinality Modeling : 以下, TEM) により分析を行った。1 回目に収集したデータから逐語録を作成した後に、データを意味のまとまりごとに切片化し、ラベルをつけ、時系列に並べつつ同様の意味のものをコーディングし、TEM 図を作成した。TEM 図の横軸は非可逆的時間を示しており、縦軸は等至点と両極化した等至点の幅を取っている。横は時系列、縦は等至点と両極化した等至点のどちらに近づいているかを基準に選択径路の配置を決めた。2 回目は分析により作成した TEM 図を研究者と研究対象者それぞれの手元に置き、Zoom の場合は画面で共有し、内容の補足や修正を検討しながら、約 60 分の半構造化インタビューを実施した。その後、再び TEM による分析を行った。3 回目も 2 回目と同様に、TEM による分析結果を踏まえて約 60 分の半構造化インタビューを実施した。その後、最終版の TEM 図を完成させた。統合 TEM 図は、協力者全員分の TEM 図が完成した後に作成した。

TEM 図の基礎概念を以下に示す (Table 4)。本研究では「遺言を作成する」を等至点 (EFP), 「遺言を作成しない」を両極化した等至点 (P-EFP) と設定した。

Table 4 TEM の基礎概念

略語	概念	訳語	
EFP	Equifinality Point	等至点	多様な径路を歩み進める中で等しく到達する点
P-EFP	Polarized Equifinality Point	両極化した等至点	等至点の対になる点
BFP	Bifurcation Point	分岐点	径路が複数発生した場合の元にある点
OPP	Obligatory Passage Point	必須通過点	制度的・慣習的・結果的にほとんどの人が通る点
SD	Social Direction	社会的方向づけ	等至点に近づいていくありようを阻害する力
SG	Social Guidance	社会的助勢	等至点に近づくのを助ける力
2nd-EFP	Second Equifinality Point	セカンド等至点	等至点の経験以後に生じる当人の展望

## 4. 結果と考察

以下、協力者5名の径路と全員分を統合した径路を順に示す。〈 〉はTEM図内の選択径路と社会的影響、( )は設定したTEMの概念や補足内容、「 」は協力者の語りを表している。「 」のイタリック体の表記は、協力者から繰り返し語られた内容や協力者の個別性を表す語りとして、逐語録より抜粋したものである。



インタビュー協力者 A (以下, A) は, 57 歳の時に, 〈これまでと違う業界で働かざるを得ない状況 (SG)〉となり, 転職活動をしていた。そこで, 一緒に仕事をしたいと思う, 後に〈上席 (となる人物) と出会い (SG)〉, 「一緒に働いてもらえますか?」と言われたことを機に, 〈有料老人ホームで仕事を始める〉ことにした。60 歳の時に, 〈離れて暮らしていた実父の死を知らせる突然の連絡を受けた (BFP①)〉。連絡を疑う気持ちから, 父の生活・資産・各種手続き状況を調べたところ, 〈不可解な状況 (SG)〉が発覚した。そうした状況の〈受け入れ難さ (SG)〉もあったことから, 〈自分の経験を「奇妙な話だ」, 「小説みたい」と思い〉, 〈自分の経験を書いて残さないといけないと思う〉ようになった。

その後, 〈職場 (の有料老人ホームで様々な経験をする中) で人間の生死に関わる状況を目の当たりにする〉ようになった。そして〈「年齢は単なる数字」, 「人間は遅かれ早かれ死に直面する」という気付きを得て〉, 〈年齢や老い, 死の概念について考える〉ようになった。同時期に, 自分の〈最期の延命治療に関する意志をはっきりと家族に伝えたいと思う〉ようになり, 〈生死観が固まって (BEP②)〉いく中で, 「今日を一生懸命生きよう」, 「明日はもっと素晴らしい」と考えるようになった。このテーマは後に書かれた私小説の内容, 起業した会社の理念にも通じている。

その後, 〈自分と家族の歴史や自身の生死観を基にした私小説を書いた〉。私小説は 1 日で書き終えた。その背景には, かねてからの〈家族に対する心の葛藤 (SD)〉がある一方で, その〈心の葛藤乗り越えないといけないという想い (SG)〉もあった。そして, 一行目を書き始めた瞬間から, 早くに亡くなった〈実母への供養になるという想い (SG)〉も生まれた。自分の経験を書いて残さないといけないと考え始めてから私小説を書き終えるまでの間, 頭の中を整理し片付けていく感覚があり, 書き終えた時には「自分と家族に対する心の葛藤はやっぱり乗り越えるべき壁だったと思った」, 「肩の重荷が下りた」という。その後, 〈私小説を通じて知人・友人に自分の経験を伝えたいと思う〉ようになる。61 歳の時, 〈実父の後妻の成年後継人から遺産相続の提案書が届き〉, 〈改めて自分の経験を「奇妙な話だ」, 「小説みたい」と思った〉。

63 歳の時, A はこれまでの職歴とは異なる分野で〈起業した (BFP③)〉。その頃は〈新型コロナウイルス禍で突然死を身近に感じる状況 (SG)〉であった。〈配偶者からの「経営している会社は死んだらどうするつもりか?」という言葉 (SG)〉もあり, 自分の死後, 会社をどうするか意志を残さないといけないと考えるようになった。A はこれまでの職業人生で得た知識・経験から〈法的に基準を満たしていないと権利が守られないという考え

(SG)》があり、意志を有効に伝える為に〈遺言を今、書かないといけないと思う〉ようになった。その後、〈遺言内容（資産と会社の希望相続内容、私小説を指定の知人・友人に渡してほしい意向）を固めた（OPP①）〉。その際、〈法定相続人・受遺者に遺言内容の相談はしていない〉。理由としては〈今後も書き換えていく予定であること（SG）〉、〈言っても伝わらないだろうという思い（SG）〉があった。そして、〈以前からの繋がりから相談しやすい関係（SG）〉にあった〈弁護士に相談し（OPP②）〉、〈方式を自筆証書遺言に決定した（OPP③）〉。方式決定の理由には、〈証人不要で機密が守られ、費用が抑えられる点（SG）〉から書き換えが容易であることがあげられた。また、〈自筆証書遺言保管制度の開始（SG）〉により、自筆証書遺言の信頼性が高まったと考えたという。こうして、〈遺言を作成し（EFP）〉、〈法務局で保管手続きをとった〉。この遺言作成と保管の手続きは B にとって初めての体験、学びであり、弁護士と共にエンジョイしたという。作成・保管後は、〈配偶者に遺言作成の事実を報告した〉。〈今後、私小説を（読んだ人が日本社会システムに対して提言・発信できるような）公的に意味のあるものに昇華させて、遺言は定期的に見直し、（資産や事業の変化に応じて）書き換えていく（2nd-EFP）〉予定である。

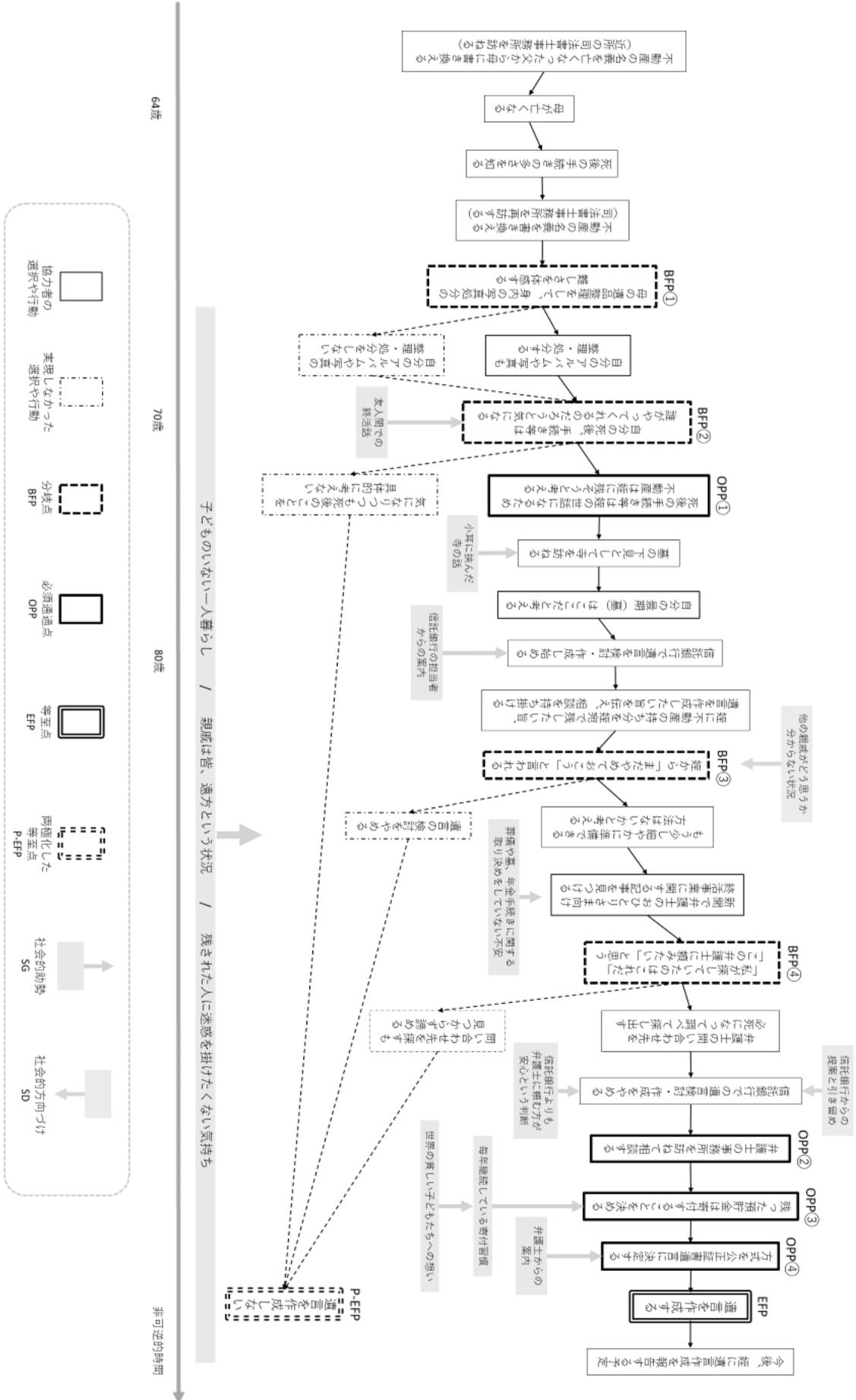
A は、資産・事業の承継に関する希望だけでなく、私小説を通して自身の人生経験や日本の社会・介護システムに対する提言を遺したいという意志を明確に持っていた。この意志は自分の経験を「奇妙な話だ」、「小説みたい」と思う度に強くなっていった。

*「書いておかないといけないなと思った…うん、書きたいじゃなく、書いておかないといけないなと思って。事実として残しておかないといけないって思ったんです」*

そして、意志を確実に後世（相続人や受遺者、知人・友人）に伝えるための手段が遺言であった。A は、もし私小説を書かなかったとしても、資産・事業の承継や他にも書くことがあるため、どちらにしても遺言は書いていたという。A にとって遺言作成は人生における必須通過点であったと考えられる。

## 4-2 協力者 B の経路

Table 2 インタビュー協力者 B の TEM 図



インタビュー協力者 B（以下、B）は、〈不動産（自宅）の名義を亡くなった父から母に書き換えた〉際に、初めて〈近所の司法書士事務所を訪ねた〉。64歳の時に、〈母が亡くなり〉、資産の相続手続きをはじめとする〈死後の手続きの多さを知った〉。その時は手続きをきょうだいで分担し、Bは不動産の名義換えを担当した。そこで〈近所の司法書士事務所を再訪し、不動産の名義を（母から自身を含むきょうだい3人に）書き換えた〉。その後、〈母の遺品整理をして、身内の写真処分の難しさを体感した（BFP①）〉。身内にとって遺品の写真は捨て難く、見ているとあれもこれも置いておこうかと思うようになってしまう。だからこそ残された人が困らないようにと考え、母の分に続けて〈自分のアルバムや写真も整理・処分した〉。

70歳になった頃、〈友人間で終活話（SG）〉をするようになり、〈自分の死後、手続き等は誰がやってくれるのだろうと気になる（BFP②）〉ようになった。そして、〈死後の手続き等は姪の世話になるため、不動産は姪に残そうと考えた（OPP①）〉。姪は現在遠方に住んでいるが、日頃からよく連絡を取っており、新型コロナウイルス発生以前は毎年会っていた人物である。

その後、ある〈寺の話を小耳に挟んだ（SG）〉ことから、〈墓の下見として（実際にその）寺を訪ねた〉。そこでは仏を拝み、写経を体験し、後日も2、3度訪ねた。そして、その寺はいつ行っても、お彼岸でも何でもない日でも絶え間なく人がいて賑やかな場所だったことから、「ここなら寂しくない」と思い、〈自分の最期（墓）はここだと考える〉ようになった。

80歳の時、付き合いのある〈信託銀行の担当者からの案内（SD）〉を受けて、〈信託銀行で遺言を検討・作成し始めた〉。その過程で〈姪に不動産の持ち分を姪宛に残したい旨、遺言を作成したい旨を伝え、相談を持ち掛ける〉も、〈姪から「まだやめておこう」と言われた（BFP③）〉。その背景にはBと姪の2人で先に決めることで〈他の親戚がどう思うか分からない状況（SD）〉があった。しかし、Bが遺言の検討をやめることはなかった。その後、信託銀行で作成を進めている遺言では死後の〈葬儀や墓、年金の手続きに関する取り決めをしていない不安（SG）〉から、〈もう少し細やかに準備できる方法はないかと考える〉ようになった。その方法を探していた時に偶然、〈新聞で弁護士のおひとりさま向け終活事業に関する記事を見つけ〉、その瞬間〈「私が探していたのはこれだ」、「この弁護士に（自分の終活を）頼みたい」と思った（BFP④）〉。しかし、新聞記事には弁護士の連絡先は載っておらず、新聞社に問い合わせても確認できなかったことから、インターネットで〈弁護

士の問い合わせ先を必死になって探した)。なかなか情報に辿り着けない中、ようやくそれらしい電話番号を見つけ出し、連絡をし、話を聞くために事務所訪問の日程を決めた。Bはその時点で、〈信託銀行よりも弁護士に頼む方が安心という判断 (SG)〉から、既に作成段階であった〈信託銀行での遺言検討・作成をやめた〉。信託銀行に遺言作成中断を伝えた際、担当者から「うちでも最近そういうこと (葬儀や墓, 年金手続きに関する取り決め) をするようになったんですよ」と〈提案と引き留め (SD)〉を受けるも B の意向は変わらなかった。後日、〈弁護士の事務所を訪ねて相談し (OPP②)〉, おひとりさま向け終活事業のパンフレットを読んで、〈残った預貯金は寄付することを決めた (OPP③)〉。その背景には、〈世界の貧しい子どもたちへの思い (SG)〉と年に一度〈毎年継続している寄付習慣 (SG)〉があった。その後、〈弁護士からの案内 (SG)〉により〈方式を公正証書遺言に決定し (OPP④)〉, 後日自宅にて弁護士と公証人 2 名同席のもと〈遺言を作成した (EFP)〉。出来上がった遺言を目の前にした時、B は「これで死んだ後もちろんしてもらえる」と安心したという。〈今後、姪に遺言作成を報告する予定〉であり、作成の事実と共に遺言執行を依頼している弁護士についても伝えないといけないと考えている。

B は、親の相続時に不動産の名義換えで司法書士の事務所を 2 度訪ねており、遺言作成に関しても信託銀行で担当者と検討・作成を進める過程を踏んでいた。そのため、必要だから専門家を訪ねるという選択は自然なものであったと考えられる。遺言作成に関して姪に「まだやめておこう」と言われても検討を続け、より細やかに準備できる方法を探し、新聞記事で弁護士の記事を探した背景には〈子どものいない一人暮らし (SG)〉で、〈親戚は皆、遠方という状況 (SG)〉であることから、〈残された人に迷惑を掛けたくない気持ち (SG)〉があった。

「私に子どもや孫が居たら全然違ったと思いますよ。うん、その人達に頼めばいいかな、毎日のほほんとね、元気に暮らせればいいわとかって思っているけれども、やっぱり死ぬっていつやってくるか分からないですしね、うん…やっぱり残った人に迷惑かけたくないなというのは一番です、うん。それにはどうしたらいいかなと思ったら、そういうことを引き受けてくれる誰かを探さないといけないなと思って」

そのため、遺言作成を検討し始める前から〈自分のアルバムや写真も整理・処分し〉, 〈死後の手続き等は姪の世話になるため、不動産は姪に残そうと考え (OPP①)〉, 〈墓の下見と

して寺を訪ねて〉最期の場所（墓）を決めていた。更にその頃から、物はできるだけ捨てて、なるべく溜め込まないようにし、これまで何気なく買っていた洋服も要らない物はなるべく買わないようにしているという。B の径路は、人に迷惑を掛けないための終活の取り組み過程であり、遺言作成はそれを実現するための一部であったと考えられる。

### 4-3 協力者Cの経路

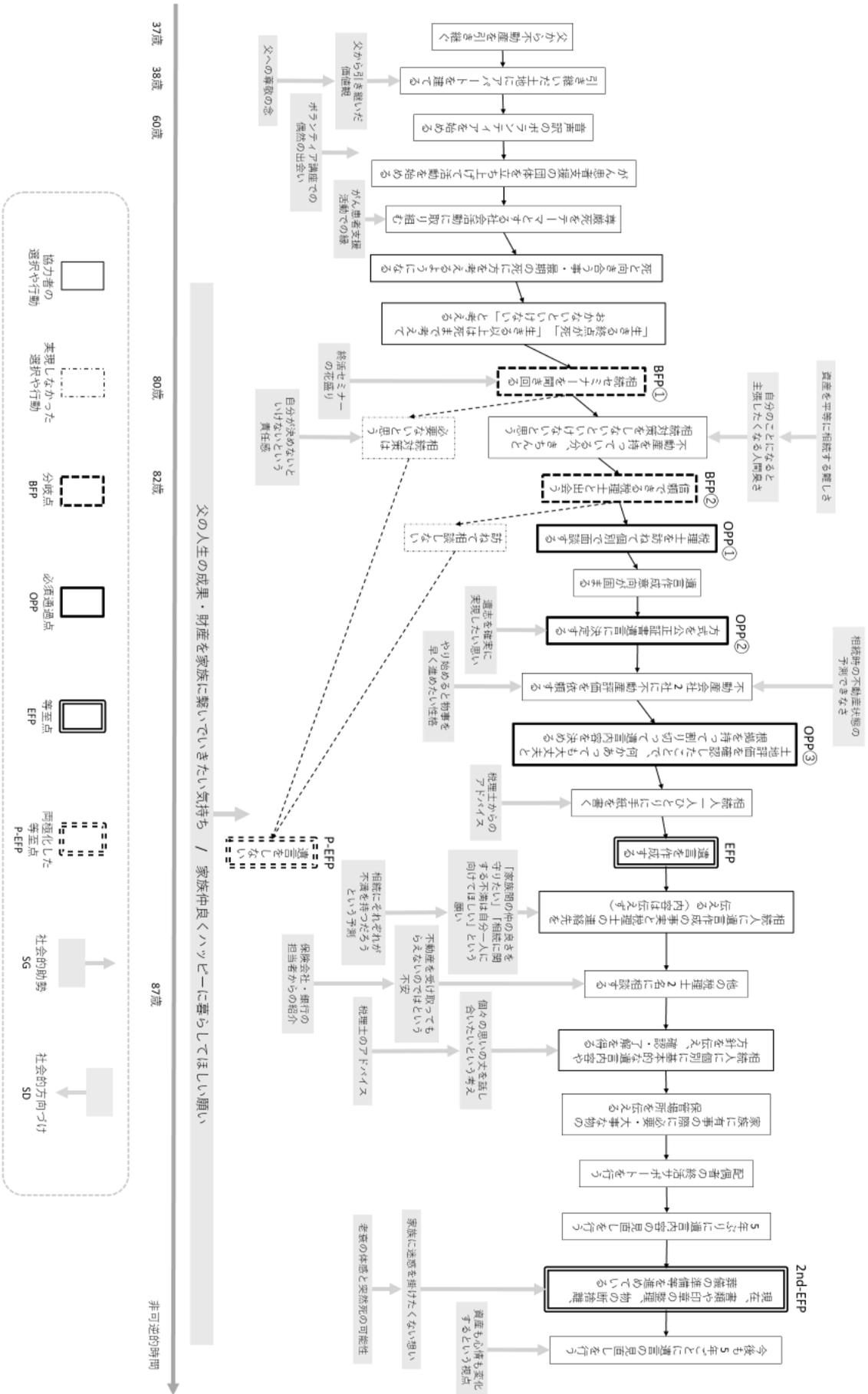


Figure 3 インタビュー協力者CのTEM図

インタビュー協力者C（以下、C）は、37歳の時に〈父から不動産を引き継いだ〉。この不動産は父が戦禍により財産の全てを失った後に苦勞してようやく手にしたものであった。Cは38歳の時、その〈引き継いだ土地にアパートを建てた〉。その背景には、〈父への尊敬の念（SG）〉と「サラリーマンは給与以外に収入があると心豊かな人生を送れる」という〈父から引き継いだ価値観（SG）〉があった。父の人生の成果である土地を守り、それを活用してアパートを經營することで父の価値観を実現した。Cにとってアパートは、父親のおかげで生かされていると感じる大事なモニュメントであるという。

Cは、40、50代の頃から「みんなが少しずつ誰かの役に立つことで国が少しずつ良くなる」という考えがあり、定年退職後はボランティア活動をしようと決めていた。そして60歳の時に、地域のボランティア講座を受講し、そこで出会った視覚障がい者のために本や新聞の音声録音を行う〈音声訳のボランティアを始めた〉。その後、別のボランティア養成講座に参加した際に、「人生の最期」というテーマと、それを専門とする先生と出会い、それを機に「人生の最期・終末期支援」は自分が取り組むべき社会活動のテーマだと考えるようになった。後に、〈がん患者支援団体を立ち上げて活動を始めた〉。更に、その活動での縁から〈尊厳死をテーマとする社会活動に取り組む〉ようになった。こうした様々な活動を通して〈死と向き合う事・最期の死に方を考えるようになり〉、〈「生きる終点が死」、  
「生きる以上は死まで考えておかないといけない」と考える〉ようになった。

80歳の時、その頃は士業の専門家や金融機関等が開催する〈終活セミナーの花盛り（SG）〉だったこともあり、〈Cは相続セミナーを聞き回った（BFP①）〉。セミナーに参加する中で、〈資産を平等に相続することの難しさ（SD）〉を知り、生きる人々の〈自分のことになる  
と主張したくなる人間臭さ（SD）〉を想像するようになる。しかし、理屈で割り切れない難しさがあるからこそ、〈自分が決めないといけないという責任感（SG）〉から、〈不動産を持っている分、きちんと相続対策をしないといけないと思う〉ようになった。そして、セミナーを回る中で〈信頼できる税理士と出会い（BFP②）〉、後日〈税理士を訪ねて個別で面談（OPP①）〉を行った。Cの遺言作成意向は、セミナーに参加し始めた当初は30～40%、数々のセミナーを聞く中で80%、税理士と出会ったことで90%、その後、相談や手続き準備を進めていく中で自然と100%となり、段々と固まっていったという。その後、〈遺志を確実に実現したい思い（SG）〉から〈方式を公正証書遺言に決定した（OPP②）〉。更に、不動産の老朽化や天災のリスクによる〈相続時の不動産状況の予測できなさ（SD）〉に難しさを感じるも、それを解決するために〈不動産会社2社に不動産評価を依頼した〉。

その根底には、〈父の人生の成果・財産を家族に繋いでいきたい気持ち (SG)〉があり、〈やり始めると物事を早く進めたい (C 自身の) 性格 (SG)〉も影響しているという。その後、〈土地評価を確認したことで、何かあっても大丈夫と根拠を持って割り切って遺言内容を決めた (OPP③)〉。そして、付言事項を大事にする〈税理士のアドバイス (SG)〉から、付言事項の内容を考え、別添で〈相続人一人ひとりに手紙を書いた〉。その背景には、〈家族仲良くハッピーに暮らしてほしい願い (SG)〉があった。相続人一人ひとりを想像しながら手紙を書く時間は C にとっていいものだったという。

*「楽しいですよ。どんな顔して読んでくれるかなって思いながら、書くってのは。だから、そういう意味でも命っていうのは繋がるんですよね。今の生きている命と死んだ後の命とが、そんなかたちで繋がっていくということを実感しますから」*

こうして〈遺言を作成し (EFP)〉、完了した時には「やり終えたと安心した」という。

作成後、〈相続人に遺言作成の事実と税理士の連絡先を伝えた〉。遺言内容を伝えなかったのは、〈相続にそれぞれが不満を持つだろうという予測 (SG)〉があり、〈「家族間の仲の良さを守りたい」、「相続に関する不満は自分一人に向けてほしい」という願い (SG)〉があった。実際、家族には「不満は (C の) 墓に向かって言ってくれ」と伝えていた。

しかし、その後〈保険会社・銀行の担当者からの紹介 (SG)〉で出会った〈他の税理士 2 名に (自身の遺言作成状況を) 相談した〉。その背景には、このままでは〈不動産を受け取ってもらえないのではという不安 (SG)〉があった。結果、〈税理士からのアドバイス (SG)〉もあり、家族と〈個々の思いの丈を話し合いたいと考えるようになった〉。そして、今度は〈相続人に個別に基本的な遺言内容や方針を伝え、確認・了解を得た〉。その後は、〈家族に有事の際に必要な・大事な物の保管場所を伝え〉、〈配偶者の (相続発生時を想定した) 終活のサポート行った〉。また直近は、〈5 年ぶりに遺言内容の見直しを行い〉、〈現在、(アパート経営やボランティア活動に関する) 書類や印章の整理、物の断捨離、葬儀の準備等を進めている (2nd-EFP)〉。その背景には、近年の〈老衰の体感と突然死の可能性 (SG)〉を考えるようになったこと、そして〈家族に迷惑を掛けたくない思い (SG)〉がある。また、〈資産も心情も変化するという視点 (SG)〉から、〈今後も 5 年ごとに遺言の見直しを行う〉予定である。

C は当初、不動産を次の世代に繋いでいくため、そして資産を法定通りに不満なく割り

切ることができない難しさがあるからこそ、〈自分が決めないといけないという責任感（SG）〉から一人で終活を始めた。しかし、遺言作成時に付言事項として相続人に手紙を書いたことで、終活を楽しむ気持ちが生まれた。また〈相続人に個別に基本的な遺言内容や方針を伝え、確認・了解を得て〉以降、現在の終活に関して、一部は家族と共に進めているという。Cが遺言作成過程で得た終活を楽しむ気持ちと命が繋がっていく感覚は、現在の終活や生活にも影響を与えていると考えられる。

# 4-4 協力者Dの径路

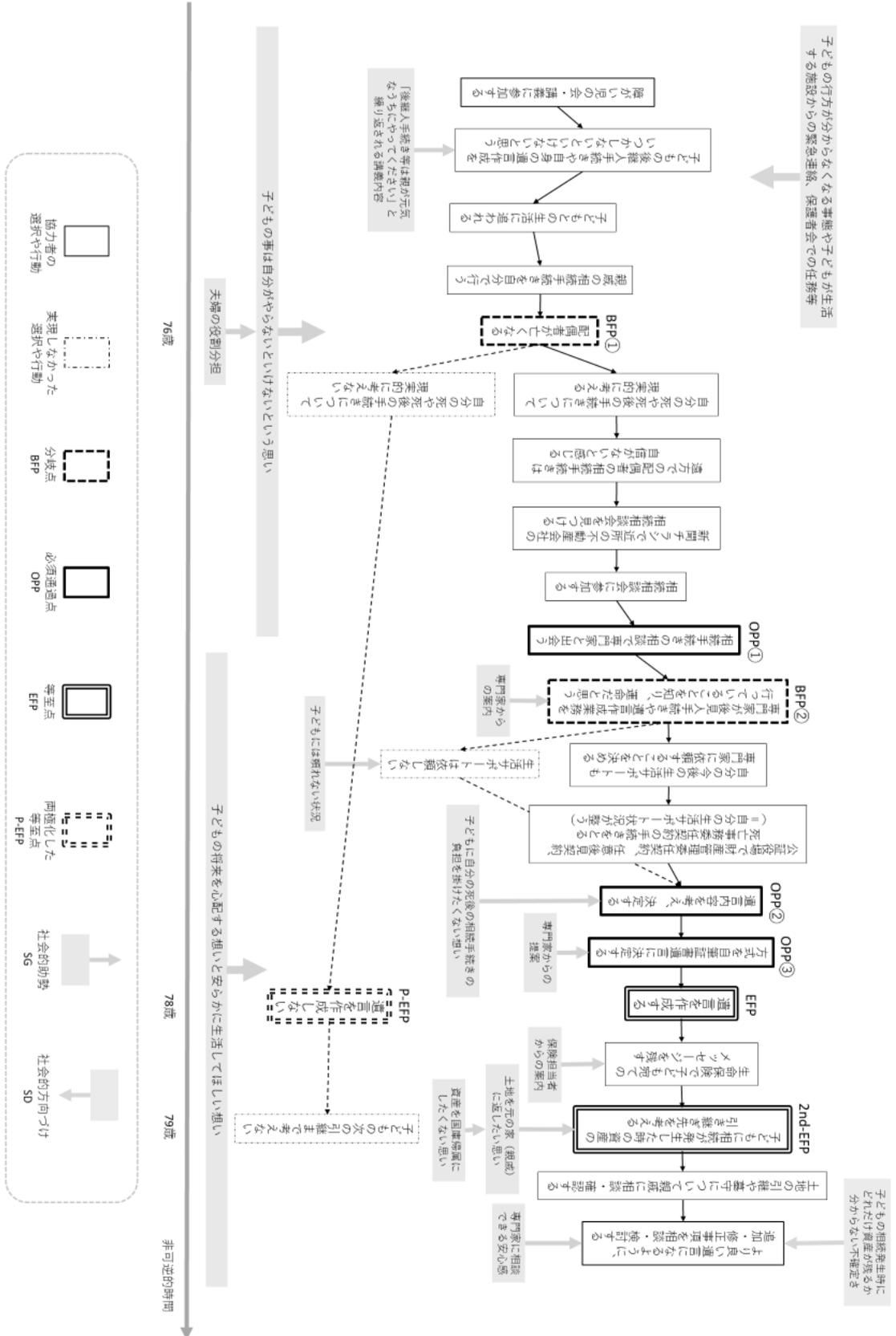


Figure 4 インタビュー協力者DのTEM図

インタビュー協力者 D (以下, D) は, 〈障がい児の会・講義に参加し〉, 〈「後継人手続き等は親が元気なうちにやってください」という繰り返される講義内容 (SG)〉を聞くうちに, 〈子どもの後継人手続きや自身の遺言作成をいつかしないといけないと思う〉ようになった。しかし, 〈子どもとの生活に追われる〉日々で, D は 〈子どもの行方が分からなくなる事態や一時期子どもが生活していた施設からの緊急連絡 (の対応), 保護者会での任務等 (SD)〉を担っており, 後継人や遺言の手続きについて考える余裕はなかったという。この生活が約 30 年続いた。子どもが生まれた瞬間から, D は家事・育児, 配偶者は仕事を頑張るといふ 〈夫婦の役割分担 (SG)〉が明確にあり, そのため D には 〈子どもの事は自分がやらないといけないという思い (SG)〉が長年あった。

ある時, 〈親戚の相続手続きを自分で行う〉ことになり, 裁判所や市役所を訪ね聞き, 勉強しながら, 一人で手続きを完了させた。これは D にとって初めての手続き経験であったが, そのおかげで相続手続きは自分でできると思うようになった。

76 歳の時に, 〈配偶者が亡くなった (BFP①)〉。これを機に, 〈自分の死や死後の手続きについて現実的に考える〉ようになった。その頃は, 子どもの年齢が上がり, 日々の生活も落ち着いていた。当初は, 配偶者の相続手続きも自分で行う気持ちでいたが, この時は 〈遠方での手続きは自信がないと感じていた〉。そのため, 〈新聞チラシで近所の不動産会社の相続相談会を見つけ〉, 〈参加した〉。そこで 〈専門家と出会った (OPP①)〉。そして, その 〈専門家からの案内 (SG)〉で, 〈専門家が後継人手続きや遺言作成業務を行っていることを知り, 運命だと思った (BFP②)〉。話を聞いた瞬間, 30 年以上抱えていた後継人や遺言手続きに関する不安や子どもの事は自分でやらないといけないという思いが和らぐ, 安心感と驚き, 嬉しさがあったという。

「たまたま遺産相続で行ったのに, それ (やらないといけないと思っていた後継人や遺言手続き) をやってるって言われてびっくりして。誰に探して頼もうって一生懸命いつも考えていたのを, パッとそこで出会えたので, ええこんなことをやっててくれてはる, こんなに近くにいらっしやるんだと思って。うん, あれは, よかったですね。(中略) あの出会いにはびっくりしましたね。(中略) ああ, これで大丈夫という感じもありましたけどね, うん」

その後, 〈子どもには頼れない状況 (SG)〉を踏まえて, 〈自分の今後の生活サポートも専門家に依頼することを決め〉, 〈公証役場で財産管理委任契約, 任意後見契約, 死亡事務

委任契約の手続きをとった)。こうして、自分の生活サポート状況が整った後、〈遺言内容を考え、決定した (OPP②)〉。そこには、〈子どもに自分の死後の相続手続きの負担を掛けたくない思い (SG)〉があった。その後、手続き・費用負担を減らすために〈専門家からの提案 (SG)〉で、〈方式を自筆証書遺言に決定し (OPP③)〉、〈遺言を作成した (EFP)〉。

遺言の付言事項は記述しなかったが、後に〈保険担当者から案内 (SG)〉で、相続時に受取人にメッセージを伝えるサービスがあることを知り、〈生命保険で子ども宛てのメッセージを残した〉。そして更に、自分の死後、きょうだいや配偶者のいない〈子どもに相続が発生した時の資産の引継先について考える (2nd-EFP)〉ようになった。その背景には、〈資産を国庫帰属にたくない思い (SG)〉、〈家の土地を元の家 (親戚) に返したい思い (SG)〉があった。直近では、〈土地の引継や墓守について親戚に相談・確認しており〉、現在も〈より良い遺言になるように、追加・修正事項を相談・検討している〉。〈子どもの相続発生時にどれだけ資産が残るか分からない不確定さ (SD)〉に悩みながらも、〈専門家に相談できる安心感 (SG)〉がある中で、将来の子どもの生活を具体的に想定した準備を進めている。

D は、〈子どもの事は自分がやらないといけないという思い (SG)〉で長年生活していたが、〈相続手続きの相談で専門家と出会った (OPP①)〉ことで、子どものことを人に相談して頼れる状況となった。当初は、自分の死後に子どもにかかる各種手続きの負担を懸念していたが、生前からの自分の生活サポートが整い、長年気掛かりだった不安事項が解消されたことで心の余裕ができた。そして、更に先の未来である、子どもが人生を終えるところまでの準備を考えるようになった。D は今が一番幸せだという。D の径路は、一貫して子どものためを想った終活過程であるが、専門家と共に子どもと自分の将来を考え対策を取ることで、安心して今の生活を楽しめるようになっていいると考えられる。

# 4-5 協力者Eの経路

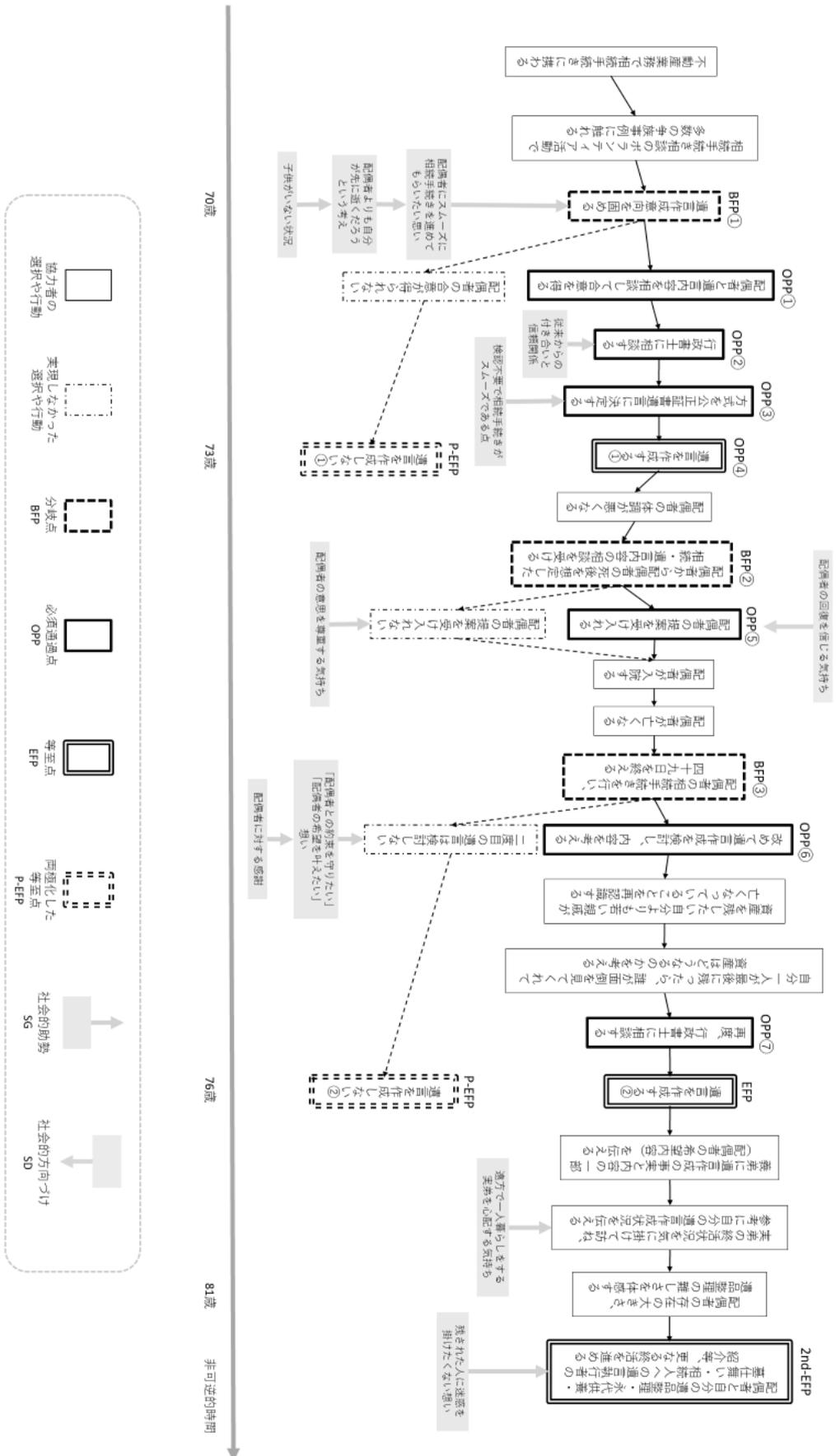


Figure 5 インタビュー協力者EのTEM図

インタビュー協力者 E (以下, E) は、長きに渡って〈不動産業務で相続手続きに携わって〉きた。定年退職後は、〈相続手続き相談のボランティア活動に取り組み、多数の争族事例に触れる〉ようになった。そこで争族になるのは、子どものいない家庭と離婚・再婚をした家庭が多いことを知った。

70歳の時に、〈遺言作成の意向を固めた (BFP①)〉。その背景には、〈子どもがいない状況 (SG)〉と〈配偶者よりも自分が先に逝くだろうという考え (SG)〉があった。そのため自分の死後、〈配偶者にスムーズに相続手続きを進めてもらいたい思い (SG)〉から、〈配偶者と遺言内容を相談して合意を得た (OPP①)〉。その後、仕事で〈従来からの付き合いと信頼関係 (SG)〉のある〈行政書士に相談をした (OPP②)〉。そして、〈検認不要で相続手続きがスムーズである点 (SG)〉から、〈方式を公正証書遺言に決定し (OPP③)〉、73歳の時に〈遺言を作成した① (OPP④)〉。Eにとって1回目の遺言作成は、配偶者の手続き負担と争族回避のために必要な手続きとして進めたものだった。その頃は、配偶者や友人と過ごす時間やボランティア活動で毎日が楽しく充実しており、作成後は書いたこと自体を忘れていた感覚だったという。

その後、〈配偶者の体調が悪くなった〉。検査・療養をする中で、Eは〈配偶者から配偶者の死後を想定した相続・遺言内容 (配偶者が亡くなり、作成した遺言を執行した後、Eの相続が発生する時に備えるもの) の相談を受けた (BFP②)〉。その時、Eは「長いこと生きてもらわないかん」と〈配偶者の回復を信じる気持ち (SD)〉が一番にあったが、〈配偶者の意思を尊重する気持ち (SG)〉から、〈配偶者の提案を受け入れ (OPP⑤)〉、配偶者の死後に希望を叶えることを約束した。その後、〈配偶者が入院し〉、容態が悪化し、〈亡くなった〉。

作成済みの遺言により〈配偶者の相続手続きを行い、四十九日を終えた (BFP③)〉頃、〈改めて遺言作成を検討し、内容を考えた (OPP⑥)〉。その時、〈資産を残したい自分よりも若い親戚が亡くなっていることを再認識し〉、ショックを受け、〈自分一人が最後に残ったら、誰が面倒を見てくれて、資産はどうなるのかを考える〉ようになった。ただ、〈配偶者に対する感謝 (SG)〉と〈「配偶者との約束を守りたい」、「配偶者の希望を叶えたい」想い (SG)〉から遺言作成の意向は変わらず、〈再度、行政書士に相談し (OPP⑦)〉、76歳の時に2度目の〈遺言を作成した② (EFP)〉。Bにとって2つ目の遺言作成は、配偶者との約束を果たすためのものであった。

その後、〈義弟に (生命保険の受取人変更に関して了解を得る際に) 遺言作成の事実と内

容の一部（配偶者の希望内容）を伝えた）。また、〈遠方で一人暮らしをする実弟を心配する気持ち（SG）〉から、〈実弟の終活状況を気に掛けて訪ね、参考に自分の遺言作成状況を伝えた〉。最近では日々家事を行い生活する中でより一層〈配偶者の存在の大きさと遺品整理の難しさを体感している〉という。現在は、〈配偶者と自分の遺品整理や永代供養・墓仕舞い、相続人への遺言執行者の紹介等、更なる終活を進めている（2nd-EFP）〉。その背景には、〈残された人に迷惑を掛けたくない思い（SG）〉がある。

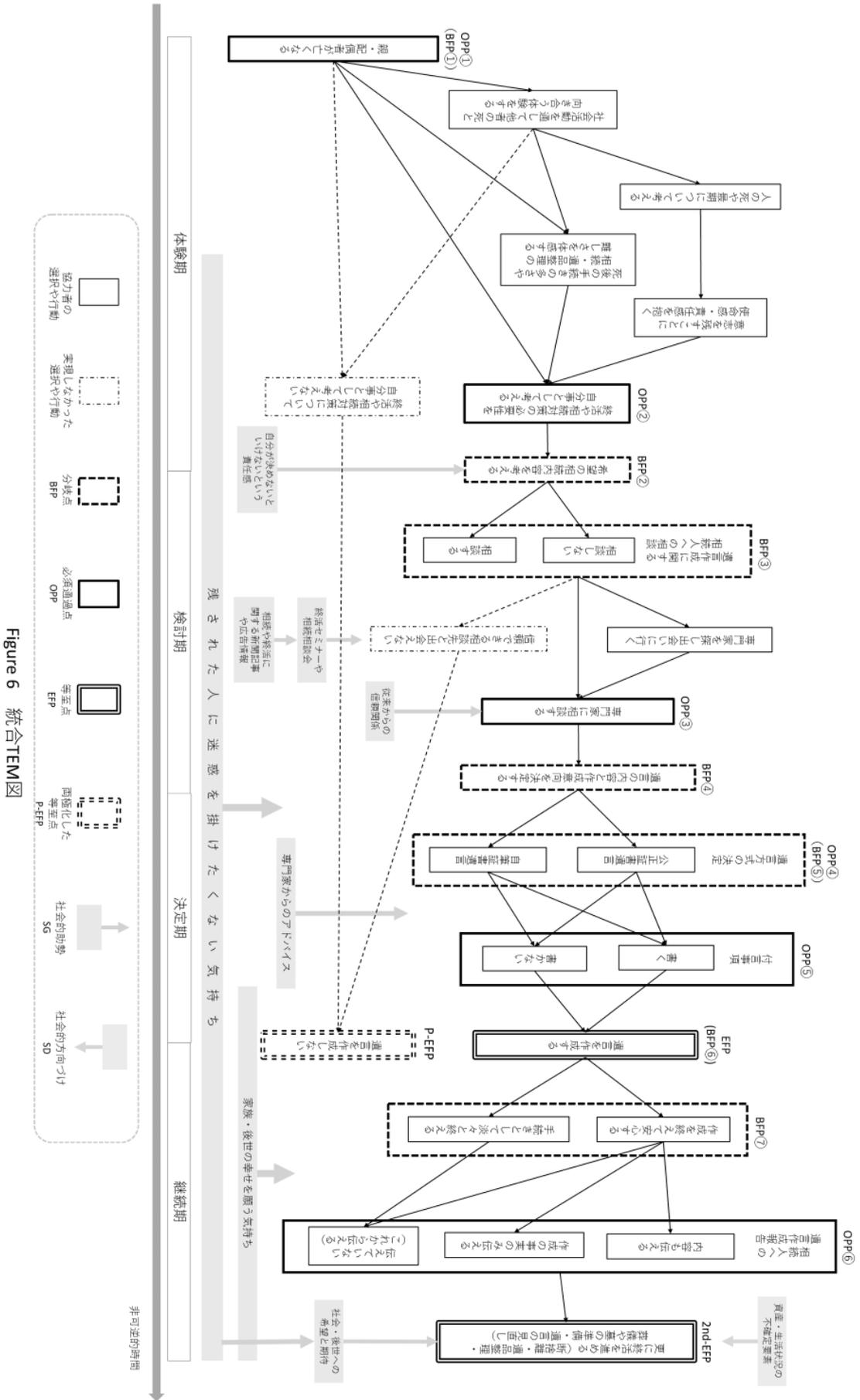
Eは遺言の検討・作成に悩むことなく、手続きとして淡々と進めたという。

*「1回目も2回目もね、あの…たぶんあなたはまあ、他の方と喋ってたら色々苦勞して作ってはる人もいはるかも分からへんけど、私の場合はそういうのが一切何もない。（中略）だから、あんまり根詰めすぎて考えたり苦勞したりというのはないんですよ」*

ただ一方で、配偶者が亡くなってからの家事をしながら生活する日々や遺言作成後の更なる終活として進めている遺品整理や永代供養の備え、墓仕舞いについては大変だという。

「自分の代で切る」、「整理して終わらせる」という使命感・責任感を感じる表現が繰り返し語られた。その背景には、「配偶者よりも自分の方が先に逝く」、「年齢が上の者から先に逝く」想定でいたものの、現実には配偶者や自身よりも若い親戚が先に亡くなったことでEが「残された人」の人生を生きているからだと考えられる。そのため、当初は想像していなかった「最後の1人になったら」という可能性を想像するようになった。Eは「残された人に迷惑を掛けたくない。自分はこの気持ちが人一倍強い」という。だからこそ、日々の生活に追われ、更なる終活に大変さを感じながらも、必要な備えとして現在も終活を進めていると考えられる。

# 4-6 統合経路



統合径路は、体験期・検討期・決定期・継続期の4期で構成される。

体験期は、親や配偶者、他者の死・相続を体験することで、死や終活、相続対策を自分事として考えるようになる期である。いずれの協力者も〈親・配偶者が亡くなる（OPP①・BFP①）〉ところから始まり、A、Cは更に仕事やボランティアといった〈社会活動を通して他者の死と向き合う体験をし〉、〈人の死や最期について考え〉、〈意志を残すことに使命感・責任感を抱く〉ようになった。Bは〈死後の手続きの多さや相続・遺品整理の難しさを体感する〉ようになった。以前から遺言作成の必要性を感じていたDは〈配偶者が亡くなった（OPP①・BFP①）〉ことで、改めて〈必要性を自分事として考える（OPP②）〉ようになった。Eは、〈社会活動を通して他者の死と向き合う体験した〉ことで〈相続の難しさを体感し〉、対策の〈必要性を自分事として考える（OPP②）〉ようになり、1回目の遺言の検討・作成過程へと進んだ。そして、〈配偶者が亡くなった（OPP①・BFP①）〉後に、2回目の遺言の検討・作成を進め始めた。このように、協力者たちは家族や他者の死を経験した後に〈終活や相続対策の必要性を自分事として考える（OPP②）〉ようになった。

検討期は、希望の相続内容を考え、専門家に相談することで、具体的に遺言の検討を進める期である。〈希望の相続内容を考えた〉後、〈遺言作成に関する相続人への相談（BFP③）〉で径路が分かれ、A、C、Dは〈相談せず〉、Bは姪、Eは配偶者に〈相談した〉うえで進めた。しかし、相談の有無や相続人の反応に関わらず、〈自分が決めないといけないという責任感（SG）〉から全員が〈専門家に相談する（OPP③）〉という次のステップに進んだ。その際、A、Eは〈従来からの信頼関係（SG）〉のある専門家に、B、C、Dは〈相続や終活に関する新聞記事や広告情報（SG）〉から〈終活セミナーや相続相談会（SG）〉に参加し、あるいは〈専門家を探し出会いに行き〉、そこで「信頼できる」、「任せたい」と思った専門家に相談した。

決定期は、遺言の内容と作成意向を決定し、実際に作成する期である。〈遺言の内容と作成意向を決定した（BFP④）〉後に、〈専門家からのアドバイス（SG）〉と各々のメリット・デメリットの判断から〈遺言方式を選択（OPP④・BFP⑤）〉し、B、C、Eは〈公正証書遺言〉、A、Dは〈自筆証書遺言〉に決定した。そして〈専門家からのアドバイス（SG）〉と各々の心情や家族の状況により〈付言事項（OPP⑤）〉をA、Cは〈書く〉、B、D、Eは〈書かない〉選択をして、最終的に〈遺言を作成した（EFP・BFP⑥）〉。その際、A、B、C、Dは〈作成を終えて安心し〉、Eは必要な〈手続きとして淡々と終えた〉（BFP⑦）という。

継続期は、遺言を作成した後に、更なる終活を継続する期である。相続人への遺言作成

報告について、C、Eは〈(作成の事実と共に) 内容も伝え〉、Aは〈作成の事実のみ伝え〉、B、Dは〈伝えていない (これから伝える)〉という。そして、A、C、D、Eは現在も〈更に終活を進めている (2nd-EFP)〉。更なる終活としては、断捨離・遺品整理・葬儀や墓の準備といった資産承継以外のより生活に近い細やかな備えや子どもや後世の未来を見据えた遺言の見直し等があげられた。一度遺言を作成したことで、見えてきた新たな課題、必要な備えがあったと考えられる。木村(2020)も、終活に取り組む独居高齢者の特徴に関する研究で、取り組む終活の内容が広がり、様々なことに備えるようになるにつれ、将来に抱く不安が軽減され、未来に対するイメージが開けたものとなることを示している。協力者たちは〈資産・生活状況の不確定要素(SD)〉に悩みながらも、〈残された人に迷惑を掛けたくない気持ち(SG)〉、〈家族・後世の幸せを願う気持ち(SG)〉、〈社会・後世への希望と期待(SG)〉から、更なる終活に積極的に取り組んでいる。Bは、遺言作成前から上記の終活を進めていたため、これまで通りに生活を楽しみつつ、物を増やさない暮らしを継続している。

## 5. 総合考察

本研究は、遺言の検討・作成過程で生じる悩みや課題を捉えることを一つの目的としていたが、協力者たちから径路の進行を妨げるような悩みや課題、社会的影響が語られることはなかった。人々が遺言作成に至らない背景にあると考えられていた「死への恐怖や不安」や「書き方・法知識の不足」については、協力者によって経験していない、もしくは必要なステップとして捉え、解決する行動選択をして、経験していたことが分かった。

### 5-1 死に対する感じ方・考え方

1つ目の「死への恐怖や不安」に関して、B、D、Eは、死への恐怖や不安を感じることはなかった。死そのものではなく、死後の手続きの多さや相続の難しさを体感したことで、自分には備えが必要だと考えるようになった。他方A、Cは、家族や他者の死を経て、人の死や最期について考え、「人間は遅かれ早かれ死に直面する」、「生きる終点が死」という気付きを得たことで、恐怖や不安を感じないようになっていった。そのため、自分の死や最期を見据えて、意志を残すことに使命感・責任感を抱くようになった。このように死に

対する感じ方、考え方は二通りあることが分かった。ただ、いずれの協力者も家族や他者の死を経験した後に、終活や相続対策の必要性を自分事として考えるようになり、遺言の検討・作成過程を進んでいく径路は共通していた。木村（2020）も高齢者のエンディングノート作成プロセスに関する研究で、死の経験から「死をより身近なものにとらえ直し意味の解釈を試みた結果、エンディングノート作成へとつながったもの」と「自身の死で備えておくべき具体的内容を実感し、それがエンディングノート作成につながったもの」の2パターンがあると考察している。そして、死の経験が必ずしも終活につながるわけではないが、研究協力者8名全員のエンディングノート作成プロセスに死の経験が影響を及ぼしていた点は無視できないとも述べている。親や配偶者の死は、高齢期に経験するつらく悲しいライフイベントの一つである。誰もが落胆したり、苦々しく思ったり、目を背けようとする。しかし、協力者たちは個々の径路を経て、死や終活、相続対策の必要性を自分事として考えるようになった。そして、その後の過程では、Aは家族との葛藤を乗り越え、Bは昔の思い出と写真の整理をし、Cは命の繋がりを体感し、Dは未来を生きていく子どもの幸せ、Eは人生を共にした亡き妻への感謝をより強く想うようになった。これらは喪失の危機から気付きを得て、自身の人生を振り返り、遺言の検討・作成を通して最期を見据えた行動を選択する、つまり人生を統合する過程であったと考えられる。

## 5-2 書き方・法知識の不足への対処

2つ目の「書き方・法知識の不足」に関して、協力者たちは専門家に相談することで解決していた。そして、専門家への相談に至るには、従来からの信頼関係を頼りに相談する径路（A, E）と自ら探し出合いに行く径路（B, C, D）の二通りあることが分かった。その際、従来からの専門家との関係を持たない協力者の径路を支えていたのが、新聞や広告の終活や相続に関する記事・情報や終活セミナー、相続相談会であった。協力者は自ら調べて足を運び、そこでの専門家との出合いを運命的なものとして捉えて、遺言作成への径路を進めていた。遺言の要式は法律によって厳格に決められており、それに従わないものは無効となる。そのため、作成にあたって書き方・法知識の不足を解消することは必須と言える。しかし、信頼できる専門家・相談先と出会うことは容易ではない。研究協力者の募集にあたって研究者が土業事務所を訪ねた際、「相続や遺言を専門とする、もしくは得意とする事務所、専門家は少ない」という話を度々聞いた。その背景には、他の司法業務と比べて世の中のニーズが少ないこと、それゆえ専門家が案件を経験する機会が少ないこと、

場合によっては遺言の作成後も保管や執行まで請け負うことで長期案件となるため、専門家の年齢や事務所の後継状況によっては引き受けることが難しいことがあるという。また依頼する側としては、自身の家族や財産状況をオープンに話す必要があるため、信頼できる人材に相談・依頼したい思いがあると考えられる。実際に、Cは数々の終活セミナーを聞き回る中で人柄に魅力を感じた専門家を個別に訪ねており、Eは付き合いのある数多くの専門家の中から、現役時代から共に活動している、より身近な人物に相談した。更に遺言作成だけでなく、それ以外の終活ニーズをまとめて依頼できるかどうかも重要であると考えられる。実際に、Bは葬式や墓、死後の年金手続きといった細やかな備えができていない不安から、先に相談していた信託銀行での遺言作成を中断し、自身の希望を叶えられる専門家を探した。Dは遺言だけでなく、生前の自身の生活サポートや死後の子どもの後見人までを依頼できたことで大きな安心を得ている。このような背景と経緯があるからこそ、協力者たちにとって専門家との出会いは運命的なものであったと考えられる。そして、その信頼できる専門家のアドバイスにより、具体的な遺言の内容や方式、付言事項に関して、不安や困難を抱えることなく、各々の希望を踏まえた適切な選択が可能となったと考えられる。

### 5-3 取り組む本人にとっての遺言作成の意義

遺言作成直前からは「残された人に迷惑を掛けたくない気持ち」に加えて「家族・後世の幸せを願う気持ち」が現れた。その結果、Aは後世への希望と期待から、私小説を読んだ人が日本社会システムに対して提言・発信できるような公的に意味のあるものに昇華させて遺したいと考えた。Bは世界の貧しい子どもたちへの想いから相続時に預貯金を寄付することを決めた。Cは家族の幸せを願って、一人ひとりに宛てて手紙を書いた。Dは子どもが安心して生きていけるよう、子どもの人生が終わる時まで見越して備えたいと考えようになった。個々の意志と希望は、遺言の本文と付言事項、別添の文書に込められ、協力者たちは見直しや書き換えを行うことで、現在もより良いものへと更新している。また、自身の遺言作成経験をもとにCは配偶者、Eは実弟の終活状況を気に掛けて、終活サポートを行っており、「家族や後世のために自分ができることをやる」という意識と行動が生まれていると言える。木村（2020）は、終活に取り組むことは、これからの自らの人生に対する可能性を感じ能動的な姿勢につながると言え、それはサクセスフル・エイジングにつながるものであると述べている。つまり、家族や後世への想いと自分ができることを

やるという姿勢は、更なる終活の取り組みを支えており、取り組む当人の人生そのものをエンパワーしていると考えられる。

## 6. 本研究の限界と今後の課題

本研究では、中高年者が遺言を検討し始めてから作成に至るまでの過程に着目し、実際に取り組んだ当人の心理的プロセスを明らかにすることができた。しかし、インタビューに協力するということは、遺言の検討・作成に一定の意義や達成感を得ていると考えられるため、過程で生じる悩みや課題が多く語られなかった可能性がある。また、インタビュー協力者は、主に士業事務所から紹介で決定しており、「書き方や法知識の不足」を解決する手段である専門家への相談を実現できている人物である。そのため、他の相談先として想定される金融機関や公証役場等で相談・検討・作成した人やそうした専門家や専門機関への相談が実現しなかった人、自力で作成した人等の経験は捉えることができていない。

今後は、より多くの事例分析を蓄積することで、更に多様な径路を描くこと、家族・生活・資産状況による径路の違いを考察することができると考えられる。そして、中高年者が見通しを持って終活・相続対策・遺言作成を検討し、興味関心や必要に応じて取り組めるようになるための具体的な示唆を得ることが今後の課題である。

## 文献

- Erikson, E. H. (1959). *Identity and life cycle*. New York: International Universities Press.
- 日潟 淳子・岡本 祐子 (2008). 中年期の時間的展望と精神的健康との関連：40 歳代, 50 歳代, 60 歳代の年代別による検討 発達心理学研究, 19, 144-156.
- 法務省 (2017). 我が国における自筆証書による遺言に係る遺言書の作成・保管等に関するニーズ調査・分析業務報告書 <https://www.moj.go.jp/content/001266966.pdf> (2023 年 1 月 15 日)
- 一般社団法人終活カウンセラー協会 (2021). 終活とは [https://www.shukatsu-csl.jp/about\\_shukatsu](https://www.shukatsu-csl.jp/about_shukatsu) (2023 年 1 月 15 日)
- 株式会社ハルメクホールディングス 生きかた上手研究所 (2021). 【ハルメク独自リサーチ】 2021 年「終活」に関する意識と実態 ~ with コロナ時代の終活とは~ [https://marketing.halmek-holdings.co.jp/column/detail.php?b\\_no=71](https://marketing.halmek-holdings.co.jp/column/detail.php?b_no=71) (2023 年 1 月 15 日)
- 木村 由香・安藤 孝敏 (2019). 独居高齢者における終活への取り組みと生活満足度との関連 技術マネジメント研究, 18, 1-17.
- 木村 由香 (2020). 高齢者の終活への取り組みとサクセスフル・エイジング 横浜国立大学大学院博士論文
- 公益財団法人地方経済総合研究所 (2017). 「終活」に関する意識調査 ~家族に向けて準備する「終活」とは~ [https://www.dik.or.jp/wp/wp-content/uploads/2017/05/p\\_syukatsu\\_1.pdf](https://www.dik.or.jp/wp/wp-content/uploads/2017/05/p_syukatsu_1.pdf) (2023 年 1 月 15 日)
- 餅川 正雄 (2020). 日本の相続法における自筆証書遺言の諸問題に関する研究 広島経済大学研究論集 42, 29-50.
- 日本公証人連合会 (2020). 令和元年（平成 31 年）の遺言公正証書作成件数について <https://www.koshonin.gr.jp/news/nikkoren/yuigon2021.html> (2023 年 1 月 16 日)
- 日本公証人連合会 (2023) 公証事務 2 遺言 <https://www.koshonin.gr.jp/notary/ow02> (2023 年 1 月 15 日)
- 大坂 紘子 (2010). 高齢者を援助するボランティアの老いへの準備行動——地域ボランティア活動による援助成果—— 国立女性教育会館研究ジャーナル 14, 112-118.
- 裁判所 (2017). 司法統計年報 家事 2 家事審判・調停事件の事件別新受件数 全家庭裁判所 <https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=https%3A%2F%2Fwww.courts.go.jp>

%2Fapp%2Ffiles%2Ftoukei%2F007%2F010007.xlsx&wdOrigin=BROWSELINK (2023 年 1 月 16 日)

裁判所 (2019). 司法統計年報 家事 2 家事審判・調停事件の事件別新受件数 全家庭裁判所 <https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=https%3A%2F%2Fwww.courts.go.jp%2Fapp%2Ffiles%2Ftoukei%2F974%2F011974.xlsx&wdOrigin=BROWSELINK> (2023 年 1 月 16 日)

佐藤 眞一 (編集) 太田 信夫 (監修) (2018). 高齢者心理学 北大路書房

信託協会 (2015). 相続・贈与・投資に関する意識調査 調査結果報告書【親調査/子供調査】 <https://www.shintaku-kyokai.or.jp/archives/042/201711/repot2707.pdf> (2023 年 1 月 15 日)

田中 大介 (2016). ライフエンディングとしての現代葬儀——儀礼と人生設計の〈あいだ〉—— 質的心理学フォーラム, 8, 48-55.

谷田 恵美子 (2011). 「死への準備」に対する認識—若者・中年・高齢者の比較 看護・保健科学研究誌, 11, 166-175.

安田 裕子 (2015). コミュニティ心理学における TEM/TEA 研究の可能性 コミュニティ心理学研究, 19, 62-76

安田 裕子・サトウ タツヤ (編著) (2022). TEA による対人援助プロセスと分岐の記述——保育, 看護, 臨床, 障害分野の実践的研究—— 誠信書房

遺言執行社 公式ブログ「遺言書の起源」 <https://igon-shikkou.jp/blog/643> (2023 年 1 月 15 日)

## 謝辞

本研究を理解し、協力してくださったインタビュー協力者の皆様と士業事務所の先生方、ご縁を繋いでくださった全ての方々。皆様との出会いがあったからこそ、ここまで研究を進めることができました。心より感謝申し上げます。そして、いつも丁寧にご指導くださった安田裕子先生。入学する前から希望していた先生のもとで研究することができたこと、改めて嬉しく有り難く思っております。本当にありがとうございました。学内のアライアンスやポスター発表でご意見をくださった先生方、安田ゼミの皆様、修論検討会でご一緒した皆さま、同期の皆さま。2年間、議論と対話を重ねていく中で得た学びと気づきがたくさんあります。ありがとうございました。

本研究で得られた知見と考察はこれから出会う方々に、そしてゆくゆくは広く社会に還元していけるよう今後も精進します。最後まで読んでくださり、ありがとうございました。