

つなぎ手

# はじめての墓じまい 安心手続きキット

【無料サンプル版】

このキットがあれば、一人でも大丈夫。

## この無料サンプルの内容

- ✓ 第1章: 墓じまいて何? (全体像を把握)
- ✓ 第2章: まずやること (全11ステップとスケジュール)
- ✓ 第3章: ステップ1 - 家族に相談する (テンプレート付き)

## このキットの使い方

1. 第1章から順番に読んでください。飛ばし読みしなくて大丈夫です。
2. 各ステップのチェックボックス (□) に、終わったら印をつけていきましょう。
3. 困ったときは「困ったら」ボックスを見てください。解決策が書いてあります。

4. **テンプレート（穴埋め式）** はそのまま使えます。○○の部分  
埋めるだけです。

## 墓じまいって何？

### 墓じまい＝お墓のお引っ越しです

墓じまいとは、今あるお墓を閉じて、ご遺骨を新しい場所にお引っ越しさせることです。正式には「改葬（かいそう）」といいます。

「お墓をなくす」のではなく、「大切なご先祖さまを、きちんと管理できる場所にお移しする」ということ。供養をやめるわけではありません。むしろ、**きちんと供養を続けるための前向きな選択**です。

「不孝」ではありません。

お墓が遠くてお参りに行けない、管理する人がいない……。そんな状況でお墓を放置するほうが、ご先祖さまに申し訳ないですよ。墓じまいは、**ご先祖さまのことを大切に思っているからこそその決断**です。

実は、墓じまいをする方は年々増えています。

厚生労働省のデータでは、**年間約16万7千件**の改葬が行われています。

あなただけではありません。安心してください。

### なぜ今、墓じまいをする人が増えているの？

背景にあるのは、日本社会の大きな変化です。

理由	具体的には
少子高齢化	お墓を継ぐ人がいない。一人っ子同士の結婚で、両家のお墓を管理しきれない
都市部への人口集中	地方にお墓があるが、子世代は東京・大阪などに住んでいる
価値観の変化	「大きな墓石」より「気軽にお参りできる場所」を重視する人が増えた
終活ブーム	元気なうちに身の回りを整理したいと考える方が増えている

どの理由も、ご先祖さまを大切にしているからこそその悩みです。

## 墓じまいにかかる費用と期間 — ざっくり見てみましょう

項目	目安
総費用	30万～150万円（供養方法による）
期間	1～6ヶ月（平均3ヶ月）
必要な書類	たったの <b>3種類</b> だけ
役場への訪問	1～2回（郵送でOKの自治体もあり）

「思ったより大変じゃない」と感じた方が多いのではないのでしょうか？  
このキットがあれば、さらにラクに進められます。

## 全体の流れ — まずはざっくり見てみましょう

墓じまいは、大きく分けると**11のステップ**で完了します。

**1** 家族に相談する



2 お寺に相談する

3 新しい供養先を決める

4 受入証明書もらう（新しい供養先から）

5 改葬許可申請書を手に入れる（役場で）

6 埋葬証明書もらう（今のお寺・霊園から）

7 書類を役場に提出 → 改葬許可証をもらう

8 閉眼供養（魂抜き）をする

9 ご遺骨を取り出す

10 墓石を撤去する

11 新しい供養先に納骨 — 完了！

多く見えますが、一つひとつはシンプルです。  
このキットと一緒に、一歩ずつ進めていきましょう。

## 3つの家族の体験談 — 「やってよかった」の声

実際に墓じまいを経験された方のケーススタディです。

あなたの状況に近いケースがあるかもしれません。

### ケース1: 田中さん一家（60代・東京在住） — 地方のお寺から都内の樹木葬へ

**家族構成** 田中さん（63歳・長男）、妻、弟、妹

**元のお墓** 山形県の菩提寺（車で5時間）。祖父母+父の3柱

**新しい供養先** 都内の樹木葬（個別型・50万円）

**総費用** 約85万円（兄弟3人で分担）

**期間** 4ヶ月（親族の話し合いに1ヶ月半かかった）

**ポイント:** 妹が「お墓をなくすなんて」と反対。田中さんは「供養を続けるための引っ越し」と説明し、3人で樹木葬の見学に行ったことで全員が納得。「**実際に見に行くのが一番の説得材料だった**」と振り返っています。

**「年に1回しか行けなかった山形のお墓が、今は電車で30分の場所に。月に1回はお参りに行けるようになりました」**

## ケース2: 佐藤さん（50代・一人っ子） — 無縁墓になる前に永代供養へ

家族構成	佐藤さん（55歳・一人っ子・独身）
元のお墓	九州の公営墓地。両親+祖父母の4柱
新しい供養先	合祀型の永代供養墓（10万円）
総費用	約35万円（一人で負担）
期間	2ヶ月（公営墓地のため手続きがスムーズ）

**ポイント:** 一人っ子で独身のため「自分が死んだらお墓が無縁墓になる」という不安から決意。公営墓地だったため離壇料の問題はなく、管理事務所で手続きが完結。補助金制度を利用して撤去費用の一部をカバーできた。

「ずっと先延ばしにしていたけど、やってみたら意外とシンプルでした。もっと早くやればよかった」

## ケース3: 鈴木さん一家（70代） — お寺との関係に苦労したケース

家族構成	鈴木さん（72歳）、妻、長男
元のお墓	関東のお寺（檀家歴50年以上）
新しい供養先	自宅近くの納骨堂（70万円）
総費用	約120万円
期間	6ヶ月（離壇交渉に2ヶ月）

**ポイント:** ご住職から離壇料100万円を請求された。冷静に「お気持ちとして15万円をお包みしたい」と伝え、それでも折り合わなかったため宗派の本山に相談。本山からの助言で離壇料は15万円で解決。「最初はパニックになったが、このキットの対処法通りにやったら解決した」とのこと。

「トラブルはあったけど、結果的に歩いて行ける場所にお墓が移って、毎週お花を持ってお参りに行っています」

### 3家族に共通していること

- 全員が「もっと早くやればよかった」と言っている
- 事前に手順を理解していたことで、不安が大幅に減った
- 新しい供養先を実際に見学したことが、家族の合意に繋がった

## まずやること — 全体スケジュール

### 全11ステップ チェックリスト

まずは全体を見渡しましょう。終わったものからチェックをつけていきます。

ステップ1: 家族に相談した

ステップ2: お寺（墓地管理者）に連絡した

ステップ3: 新しい供養先を決めた

ステップ4: 受入証明書もらった

ステップ5: 改葬許可申請書を手に入れた

ステップ6: 埋葬証明書もらった

ステップ7: 書類を役場に提出した → 改葬許可証もらった

ステップ8: 閉眼供養（魂抜き）を行った

ステップ9: ご遺骨を取り出した

ステップ10: 墓石を撤去した

ステップ11: 新しい供養先に納骨した

### モデルスケジュール（3ヶ月版）

あくまで目安です。ご自身のペースで進めてください。焦る必要はありません。

時期	やること	ステップ
1ヶ月目 前半	家族に相談する お寺（墓地管理者）に連絡する	1～2
1ヶ月目 後半	新しい供養先を見学・比較する 新しい供養先を決めて契約する	3
2ヶ月目 前半	受入証明書をもらう 改葬許可申請書入手する 埋葬証明書をもらう	4～6
2ヶ月目 後半	書類を役場に提出する 改葬許可証を受け取る 石材店に見積もりを依頼する（3社以上）	7
3ヶ月目 前半	閉眼供養を行う ご遺骨の取り出し 墓石の撤去	8～10
3ヶ月目 後半	新しい供養先に納骨する <b>完了!</b>	11

## モデルスケジュール（6ヶ月版 — ゆっくりコース）

「3ヶ月は忙しくて無理」という方も大丈夫。半年かけてゆっくり進めましょう。

時期	やること	ステップ
1ヶ月目	家族に相談する。このキットを一通り読んで全体像を把握する	1
2ヶ月目	お寺（墓地管理者）に連絡する。離壇料や閉眼供養について相談	2
3ヶ月目	新しい供養先を見学する（最低2～3か所）。家族と一緒に見学するのがおすすめ	3
4ヶ月目	新しい供養先を決めて契約。受入証明書を取得。書類手続きを開始	3～6
5ヶ月目	書類を役場に提出。改葬許可証を取得。石材店に見積もり依頼（3社以上）	7
6ヶ月目	閉眼供養 → 遺骨取り出し → 墓石撤去 → 新しい供養先に納骨。完了!	8～11

### 困ったら — どっちのスケジュールがいい？

- **3ヶ月版:** すでに家族の合意がある、遠方のお墓で早く整理したい方向け
- **6ヶ月版:** 親族との話し合いに時間がかかりそう、仕事が忙しい方向け
- どちらでも結果は同じです。焦る必要はまったくありません

## 「いつ始めるのがベスト？」おすすめの時期

時期	おすすめ 度	理由
春（3～5月）	★★★	気候がよく動きやすい。お彼岸の後に始める方が多い。石材店も比較的空いている
夏（6～8月）	★★	お盆前に始めると、お盆の帰省ついでに打ち合わせができる。ただし暑さに注意
秋（9～11月）	★★★	秋のお彼岸をきっかけに。気候がよく、年内完了を目指す
冬（12～2月）	★	雪の多い地域は工事が難しい。ただし相談や書類手続きは季節関係なし

**結論:** 思い立った時がベストです。「もう少し暖かくなったら……」と先延ばしにすると、ずっとやらないことになりがちです。

今日はステップ1だけやりましょう。  
「家族に相談する」 — それだけで十分です。

## ステップ1 — 家族に相談する

### 1 なぜ最初に家族への相談なの？

墓じまいは、お墓に関わる親族みんなに関係すること。

**あとから「聞いてない！」とモメるのを防ぐ**ために、一番はじめに相談しましょう。

法律上は祭祀承継者（さいししょうけいしゃ＝お墓の名義人）が決められますが、親族みんなが納得していたほうが、気持ちよく進められます。

### 誰に相談すればいいですか？

- お墓に入っているご先祖さまのご子孫にあたる方
- お墓参りをしている親族の方
- 費用を分担する可能性のある方
- 迷ったら、「**このお墓に関係する人、全員**」に声をかけましょう

### 話し方のコツ

**「墓じまい」という言葉は使わないのがコツ**です。

「お墓を壊す」と受け取られてしまいがちです。

代わりに「**お墓のお引っ越し**」「**お墓の移転**」と言いましょう。

### 伝えるポイント

1. **現状の困りごと**を具体的に：「遠くて年に1回しかお参りに行けない」「管理する人がいなくなる」
2. **供養は続ける**ことを強調：「供養をやめるのではなく、きちんと管理できる場所に移したい」
3. **新しい供養先の候補**も伝えると安心してもらえます

#### 4. 費用のことも正直に：「みんなで相談して決めたい」

### こう言えば伝わる！会話例

#### 兄弟・姉妹に切り出すとき

「ちょっと相談したいことがあるんだけど……。

最近お墓のことで考えてることがあって。

お父さんのお墓、遠くてなかなか行けてないでしょ？

**お墓のお引っ越しって方法があるらしいんだ。**

供養をやめるわけじゃなくて、近くに移してもっとお参りしやすくしたいなと思って。

みんなの考えも聞きたいんだけど、どう思う？」

#### 高齢の親に相談するとき

「お母さん、お墓のことでちょっと話があるんだけど。

お墓をなくすとかそういうことじゃなくてね。

**もう少し近くにお引っ越しして、もっとお参りしやすくしたいなって。**

お父さんのことを大切にしたいからこそ、ちゃんとお参りできる場所にしたいの。

一緒に見に行ってみない？」

## そのまま使える！親族への説明レター

直接会って話しづらい親族には、このお手紙を送りましょう。下線部分を埋めるだけです。

## 親族説明レター（穴埋め式）

拝啓 ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、このたびは（〇〇家）のお墓のことでご相談がございます。

現在、お墓は（場所：〇〇県〇〇市〇〇寺）にございますが、（理由：遠方でお参りが難しい／管理する人がいなくなる など）という状況になっております。

そこで、ご先祖さまのご供養をこれからもきちんと続けていくために、**お墓のお引っ越し（改葬）**を検討しております。

新しい供養先としては、（候補：〇〇市の〇〇霊園の永代供養墓 など）を考えております。供養をやめるわけではなく、むしろきちんと管理できる場所にお移しすることで、安心してお参りを続けられるようにしたいと考えております。

つきましては、皆さまのお考えをお聞かせいただければ幸いです。ご都合のよいときにお電話いただけますと助かります。

電話番号：（〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇）

令和 年 月 日

（あなたのお名前）

敬具

### 困ったら — 親族が反対したとき

反対された場合、焦らなくて大丈夫です。大切なのは「相手の気持ちをまず聞くこと」。

- 「どんな点が心配ですか？」とまず聞く
- 「供養をやめるわけではない」ことを丁寧に説明する
- 新しい供養先を一緒に見学に行くのも効果的です
- 1回で決めなくて大丈夫。何度か話し合ひましょう
- どうしてもまとまらない場合は、お寺のご住職や専門家に同席してもらう方法もあります

## 事前準備チェックリスト

家族への相談前に、以下の情報を整理しておくスムーズです。

今のお墓の場所（住所・お寺名）を確認した

お墓に入っているご先祖さまの数を調べた（わかる範囲でOK）

お墓の名義人（祭祀承継者）が誰か確認した

年間の管理費がいくらか確認した

新しい供養先の候補を1つ以上調べた

墓じまいの大まかな費用を把握した（第10章参照）

家族・親族に相談した

ここまでできたら、もう最初の一步は完了です！

ここまでお読みいただきありがとうございます

## 完全版では 残り10ステップ+全テンプレートが すべて手に入ります

### 完全版に含まれるもの

- お寺への挨拶スクリプト（電話・対面・手紙の3パターン）
- 離壇料トラブルの対処法（法的根拠付き）
- 新しい供養先の選び方フローチャート
- 書類3種の記入例（改葬許可申請書・埋葬証明書・受入証明書）
- 石材店の見積もり比較表テンプレート
- 費用シミュレーション&記録シート
- トラブル対処マニュアル（高額請求・親族反対・管理者不在）
- AI活用ガイド+写真整理術
- 用語集（20語）
- Word版テンプレート14種セット

**完全版を購入する（¥9,800）**

行政書士の1/5以下の費用で、自分のペースで進められます