

お葬式とは愛する家族の一員が亡くなり、これを悲しみのうちに受けとめて、あの世に送り届ける一連の作業のことを言います。

重要なことは、亡くなった人を大切に、近親者である家族、親しい友人が気持ちを合わせて、悲しいという自然な感情を大切にしながら営むことです。

いいお葬式を実現するポイントは

- ・ 故人の意思を大切にすること
- ・ 家族が気持ちを一致させる
- ・ どんな葬儀をしたいかを明確にする
- ・ 宗教者を依頼するのであれば、事前に依頼しておく
- ・ わからないことは曖昧にしないで、宗教者に質問して説明を受ける。
その上で必要であれば葬祭業者へも確認する。
- ・ 葬祭業者は事前に選定しておく
- ・ 葬祭業者へ依頼する仕事内容を確認しておく
- ・ 予算を事前にたて、見積もりをとる
- ・ 責任者をたてる
- ・ なにごとでも、故人が本当に喜ぶかどうかを判断基準にする

お葬式とは、儀式としての「葬儀」と、社会的な意味合いの「告別式」のことを指します。宗教として営む場合は、必ず宗教者（仏式であれば菩提寺）に相談することが大切です。

ここでは葬儀の基本的な流れとポイントを紹介します。葬儀には慣習も存在しますが、それを生かすかどうかは本人あるいは家族の考え方によります。いい葬儀を実現できるかは、葬儀について考え方をしっかり持つことができるかにかかっています。葬儀をどうするかは、いのちをどう考えるか、人生をどう考えるか、家族や友人・知人・近所の人といった一緒に生きてきた人をどう考えるか、ということと関係しています。葬儀を考えることを通して、自分や家族を振り返る機会にして頂ければと考えています。



看取り

病院等で亡くなる人が8割を超え、最後の入院期間の平均は約8カ月です。介護する家族も精神的、物理的にたいへんな毎日ですが、病床にいる本人がいい人生をまっとうできるように、本人のことをいちばんに考えたいものです。本人の意思を尊重し、家族や身近な方と悔いのないお別れをしたいものです。

死の判定

死亡は診療していた医師が判定します（死亡診断書の発行）。事故死や突然の死亡など診療中の医師がいない場合には、すぐに警察に届け、警察および警察医に検視・検察してもらいます（死体検案書の発行）。

末期の水

死に立ち会った人が、死者の唇を潤して死者と別れる儀礼を行います。「末期の水」あるいは「死水」と言います。

その方法は、

- ① 綿棒に水を含ませて、死者の唇を潤す
- ② 新しい筆に水を含ませて、死者の唇を潤す
- ③ 茶碗に水を入れ、櫛の葉や脱脂綿を浸して、死者の唇を潤す、などがあります

死後の処置

病院等で亡くなった場合には、病院で遺体の消毒、整え（女性の場合には簡単な化粧も）をしてもらいます。これを「清拭」「エンゼルケア」とも言います。費用は一般的に治療費とは別に、後から病院より請求されます。

この際、きれいな浴衣などを用意しておいて着替えに用います。本人の好んだ服や着物を着せたい場合も、後になると死後硬直が進み、着替えがしにくくなるので、この段階で着替えておくのがよいでしょう。

遺体の搬送

病院等で亡くなった場合には、いったん病室から霊安室に遺体を移動し、安置します。すでに予定している葬祭業者がある場合には、電話をして遺体の搬送を依頼します。その場合、病理解剖の有無、宗教について予め連絡しておきます（安置の際の葬具が宗教により異なるため）。

葬祭業者は前もって選定しておくのが望ましいでしょう。

依頼する葬祭業者が決まっていない場合には、遺体を搬送する業者を病院から紹介してもらいます。しかし遺体搬送を依頼しても、葬儀まで依頼する必要はありません。葬祭業者は多くの場合24時間営業をしていますので、自宅到着後、落ち着いてから手配してもかまいません。

医師、看護師当の病院関係者に挨拶して病院を後にします。

遺体の安置

搬送する先が自宅の場合、予め安置場所等を準備しておく必要があります。遺体を安置する部屋の暖房は切り、夏はできれば冷房を入れ、上下薄い布団を用意します。遺体の腐敗を促進させないためです。

宗教者の依頼

本人あるいは家族の信仰に基づいて葬儀を執行していただく場合には宗教者（牧師・神父・僧侶・神職など）を依頼します。遠隔地の場合には菩提寺などから紹介を得るとよいでしょう。

病理解剖

病院で亡くなった場合、病院から医学研究の見地から解剖を勧められることがあります。これは「病理解剖」と呼ばれ、遺族の同意が必要とされています。

また、検死等でも死因が明らかでない場合に行う解剖は「行政解剖」、犯罪のおそれがある場合に行う解剖は「司法解剖」と言います。

解剖後の遺体は納棺した状態で遺族に引き渡されます。

献体、臓器移植

献体の申し込み、臓器移植の同意を本人がしている場合には、できるだけ早く、医師や申込先の大学病院等に連絡して打ち合わせをします。献体は48時間以内の引き取りが希望されていて、葬儀や近親者によるお別れは引き取り前に行うことができます。

枕経

遺体を安置したら、宗教者に来ていただきます。仏教では読経していただきますが、これを枕経と言います。普段着のままでかまいませんので、家族皆でつとめましょう。

POINT

1. 死亡診断書を忘れずに書いてもらいましょう（自宅で亡くなった場合にはかかりつけの医師に書いていただきます）
2. 連絡漏れをしないためには、事前に連絡すべき方を確認しておくといいいでしょう
3. 病院の精算を済ませてしまいましょう
4. 忘れ物がないように気をつけましょう
5. 病院から自宅へ戻る搬送は、その後の葬儀のこともあるので慎重に判断しましょう。
6. 布団は北枕または西枕で用意します（宗派や土地の慣習によって異なる場合があります）
7. 枕飾りを用意する（香炉[お線香]を中心、燭台[ろうそく]を右、花立[お花またはお水]を左に。宗派や土地の慣習によって異なる場合があります）

悔いのない葬儀をするためには、準備をしっかり行う必要があります。

打ち合わせ

家族、故人と特に親しかった人、依頼する宗教者、葬祭業者と十分に打ち合わせを行います。故人の意思がどうであったか、家族がどういう葬儀をしてあげたいか、などをよく話し、葬儀の形式、規模、手順、日程などを相談します。予算や会葬者の数の予測なども予め明確にします。通知すべき人についても確認しておきます。

大切なことは、送り出す人々の意思と想いを統一しておくことです。皆の気持ちが一体となった葬儀でないと、規模の大小や形式にかかわらず、気持ちの通わない葬儀になってしまいます。

費用については見積もりを得る前に、総額を予め言うておくといいでしょう。業者からは見積書を必ず受け取り、その説明を聞いて事前に納得いくまで確認しておきましょう。料理やお返し物など会葬者の数により変動するものは予測数を出して見積もりを得ます。また、葬祭業者に依頼する分以外の費用（例えば、宗教者へのお布施など）についても計算しておく必要があります。

故人の預貯金は死亡届提出後は封鎖されます。当面の費用は別に用意します。

関係先への連絡

故人のための葬儀ですから、故人が予め通知先を指定したものがあれば、それを第一に扱います。家族や親戚、故人の知人関係、家族が休む場合もあるので家族の勤務先へも連絡します。取り急ぎの事態ですから電話やファックスを利用します。

葬儀の日程や場所、宗教（あるいは無宗教）、喪主名、香典や供花を受け取るか、など予め紙に書いて用意して、漏れがないように連絡します。近親者だけで密葬にする場合には、失礼がないように、かつ明確に相手に伝える必要があります。

死亡届、火葬許可申請書

死亡届の用紙は死亡診断書（死体検案書）と一体になっています。医師より発行された診断書（検案書）の左側の欄に家族が必要事項を書いて市町村役場の係に提出します（24時間受付）。届け出人（一般に家族）以外が用紙提出に市町村役場に出向く場合には、出人の印鑑（三文判でよい）を持参します。依頼すれば葬祭業者が代理で出向いてくれます。死亡届が受理された後、火葬許可申請書を提出し、許可を得ます。この許可書は火葬に際して火葬場に提出し、火葬後に証印を得たもの（火葬証明書）は遺骨を墓地や納骨堂に納めるときに必用になるので、骨壺と一緒に骨箱に収め、大切に保管しておきます。

POINT

1. どのような葬儀をするかで、各方面に依頼すべき事項が明確になるので、事前に考えておくといいでしょう
2. 葬儀という儀式的の部分に関しては、菩提寺と良く相談をして下さい
3. 葬儀社へは必ず見積もりを取るようになしてください
4. 死亡診断書を市町村役場へ提出し火葬申請を行います（葬儀社がする場合がほとんどです）
5. 予定が決まったら各方面への連絡を忘れずにしましょう

病院で納棺していない場合、一般的にはいったん自宅や斎場(葬儀会館)で布団に安置した後、その日の午後あるいは翌日に近親者や宗教者の立ち会いの下で遺体を納棺します。

納棺に先立って遺体処置をすることがあります。

それには

- ① 葬祭業者あるいはその指定業者による遺体処置(死化粧)
 - ② 湯灌
 - ③ エンバーミング(防腐等の遺体衛生保全処置)、
- の3種類があります。

いずれも有料ですから、紹介を受けたときには処置内容や料金をよく確認し、納得してから依頼するようにしましょう。

一般には葬祭業者が遺体を整え、納棺し、ドライアイスや消臭剤などを入れます。ドライアイスは24時間単位で交換するので、火葬までの遺体の保存日数により費用が変動します。

POINT

思い出の品などは、翌日の出棺の時に入れることができます。

3 遺体処置と納棺



通夜は、神道では「通夜祭（遷霊祭）」、キリスト教では「前夜式」などと言われることがあります。

現在は、死亡の当日は近親者だけで遺体を守り、皆に案内してその翌日あるいは翌々日である葬儀の前日に通夜が行われるというのが一般的です。本来、一般会葬者は葬儀に弔問するのですが、最近は、通夜への会葬者が増えている傾向にあります。

通夜は、一般的に18時くらいから始まり、宗教儀礼を伴う場合には30分～1時間の儀礼が行われ、その最中に焼香等の会葬を受け付けます。地域によっては通夜式終了後に2時間程度の会食の席を設ける場合もあります（通夜振舞い）

元来、通夜は、家族の一員が亡くなり、悲しみにある家族や近親者が、死者へ想いを寄せて過ごす時間でした。通夜に弔問する場合も、まだ死を心から受容していない、精神的に動揺している家族の心理を配慮して、喪服も着ていかないし、香奠（香典）も用意せず、慰めを目的として行われたものです。

家族には悲しみに加えて看病疲れもあるので、通夜は会葬者中心より近親者中心に営むということも考えられていいでしょう。

通夜振る舞い

通夜では弔問客に通夜振る舞いをする習慣がある地域があります。飲食を供する場合、簡単に茶菓だけの場合、振る舞いに代えて酒や砂糖の詰め合わせを帰りに渡す場合、あるいは葬儀と同じ会葬返礼品を渡す場合、などいろいろあります。通夜のもち方とも、さらに費用とも関係しますので、よく考える必要があります。

POINT

セレモニーホールなどへ移動する場合には、戸締りを忘れずにしましょう。



お別れの儀

出棺に先立って近親者が棺の蓋を開けて故人と対面し、生花を入れてお別れをすることを「お別れの儀」と言います。供えられた生花を短く切り取って順に入れますが、これを「別れ花」と言います。遺体と相對しての最後の時間となります。

出棺

出棺に先立って、棺の蓋にくぎを打つ習俗があります。近親者が順に石を用いて行うものです。最後のお別れの気持ちで行うとか、無事に三途の川を渡れるよう祈念するとか、あるいは死霊を封ずるため、などとも言われます。迷信だから不要とする意見もあります。出棺に先立って、見送りの人々に対して喪主あるいは遺族の代表が挨拶をします。立派に挨拶しようとしなくて、自分の言葉で感謝の気持ちを伝えたいものです。

火葬場に行く人のためにマイクロバスなどを用意します。行く人を予め決めておかないと（火葬場の控室の手配もある）、この段階で混乱します。

また、霊柩車には宮型ほか、最近では自宅への遺体搬送にも用いるバン型（寝台車型）、輸入車をベースにした洋型も使われるようになってきました。霊柩車およびマイクロバスの代金は葬祭業者経由で支払われますが、基本的には別途料金です（火葬場からの帰路には霊柩車は使用しません）。

お別れ

火葬に先立ち、炉前で焼香など簡単にお別れの儀礼を行うことがあります。

火葬

火葬をするには、火葬許可証の提出が求められますので、忘れないで持参します。

火葬時間は火葬場によって異なり、1時間あるいは2時間です。地方によっては待機時間に飲食をするケースもあります。待機時間が1時間程度と短い場合には茶菓程度が多いようです。

拾骨

拾骨は「骨上げ」「収骨」ともよばれます。一般的な習俗としては、2人が組になって遺骨を下半身から順に上に向かって拾い、骨壺に収めます。「箸渡し」と言います。

関西などでは喉仏（実際にはこれは火葬の際に溶けるので、第2頸椎の部分です。「白骨」という）や歯骨など一部分だけを拾って収めますが、東日本では全骨を拾骨します。分骨を希望する場合には火葬に先立ち数を申し出ておき、小さな分骨用の骨壺を用意します。分骨の数だけ火葬証明書を火葬管理者に発行してもらいます。

POINT

お別れの際に、故人の形見の品などを入れる場合は、各火葬場の禁止事項を確認の上、入れるようにしてください。

一般的には葬儀をしてから火葬をしています。北関東や東北地方などでは葬儀に先立って火葬をする(=骨葬)方式もあり、法律的には死後24時間経過しているのであればどちらの方式を採用してもかまいません。

「葬儀・告別式」と言われることもあります。これは「葬儀式と告別式を分離せずに並行して行うこと」を意味します。歴史的には、葬儀式後に遺体を火葬場または墓地のある寺院に列を組んで送った葬列(野辺の送り)がなくなり、代わりに葬儀式に続いて営まれるようになったのが告別式です。

葬儀式の後に告別式となると、告別式だけに参加する一般会葬者を長く待たせることになり失礼にあたるか、時間がかかり火葬場の予約時刻に遅れてはいけない、ということで、葬儀式の途中から焼香などの会葬を受け付けて、合わせて1時間程度で済ませようという風潮が一般的になり、「葬儀・告別式」方式が誕生しました。

葬儀式は一般に宗教儀礼により行われますが、故人のために、故人に想いを集中して行われる儀礼です。告別式は一人ひとりの会葬者が故人に別れを告げ、遺族に対してその悲しみに共感を寄せるために行われるものです。もっとも近年では、通夜に会葬する人が増える傾向にあります。

最近、新しい葬儀の形として出てきたのが家族葬です。近親者や、本人と親しい知人・友人により行われる葬儀です。この場合、後日に関係者に案内して「お別れ会」「偲ぶ会」を行うこともあります。

葬儀当日の日程

一般的な葬儀の開始時間は10時～14時の範囲内です。山梨県では一部の地域を除いて葬儀前に火葬する(骨葬)場合がほとんどで、早朝に出棺となり、火葬時間が1～2時間、戻るのに30分、火葬終了後に葬儀式場へ移動し、1時間程度の葬儀の後に初七日法要と会食(「精進落とし」「仕上げ」「お斎」などとよばれます)が1～2時間で解散となります。式が11時に始めれば14時～15時に、13時に始めれば16時～17時に全てが終わります。遠隔地から来た親族などもその日のうちに帰れるよう配慮して時間設定がされているようです。

この結果、火葬の希望時刻が9時～10時に集中するため、その時間帯の火葬炉の予約がとれなくて葬儀の日取りを変えざるを得ないことがあります。

夜に葬儀(告別式)を行い、朝に火葬をするようにすれば、比較的楽に希望する日に火葬ができます。また、葬儀日程に自由度をもたせるには、火葬を先に行う骨葬方式や遺体に防腐処置を行うエンバーミングを施すことも選択できます。

POINT

葬儀・告別式の同時進行は、葬儀式という宗教儀礼と告別式という社会的儀礼が同時に行われることであり、最近ではこの流れに対して「何のための葬儀か？」という不満が出てきております。

親族だけで儀式を行った後に告別式を行うなど、事前に宗教者(菩提寺)やご家族で『どのようなお葬式をしたいのか』を話し合うことで納得のいくお別れとしたいものです。

還骨法要

火葬が終わると、自宅、斎場、料理店などで遺骨を安置しての儀礼が行われることがあります。仏教では「還骨法要(回向)」「安位諷経」などとよばれます。神道ではこれにあたる儀礼を「帰家祭」と言います。

初七日法要

仏教の場合、これに続いて初七日の法要が営まれることが一般的です。本来は死亡当日を入れて7日目に(関西ではその前夜である速夜に)営まれることが基本です。再び関係者がすぐ集まるのはたいへんということで、初七日法要を葬儀当日に繰り上げて行うことが一般化しています。場合により三十五日法要、四十九日法要も繰り上げて行う地域もあります。

会食

「精進落とし」「仕上げ」(関西)、「お斎」などとよばれます。昔は精進落としは四十九日の中陰明けに行ったものですが、今では繰り上げて葬儀当日に行うことが一般的です。現在の会食の意味はこれに加えて、死者を中心とした最後の飲食を通じたお別れの席や、手伝ってくださった方へのお礼の振る舞いの席などが合体したものです。

このような会食の席を設けるか、設けるとしたらどのようなものにするのか、あるいはどういう人を招くかについては事前に決めておき、出席してはしい人には事前に連絡しておくことが望ましいでしょう。立食の場合は多少の人数の増減が可能ですが、お膳を出す場合には事前の人数の確定が必要ですし、費用面でも大きく影響します。

後飾り

仏教の場合、葬儀終了後には祭壇を片付け、自宅に四十九日(中陰)用の簡単な後飾り(中陰壇)をするのが一般的です。小机に白布をかけ、遺骨、位牌、遺影写真、香炉、燭台、花立て、鈴などを用意します。

POINT

一般的な葬儀の後に、親族とお手伝いの方々、故人や喪主・親族に縁の深い方などで行う場合が多いです。ある意味、故人と縁が深い方が集まる機会ですので、「告別式」的な要素が非常に強いといえます。最近では儀式を親族だけで行い、初七日を「告別」の場として「お別れ会・偲ぶ会」とする方々も増えてきております。

7 葬儀直後の儀礼



社会的に生活していた人が亡くなるのですから、所得税の確定申告、死亡保険金の請求、健康保険の埋葬料（葬祭費）の請求、各種名義変更、相続などさまざまな手続きがあります。このため遺族は心身ともにたいへん苦勞されます。

香典返しを葬儀当日に済ませる方式もありますが、三十五日あるいは四十九日を期して行うときには香典帳の整理、返礼品の発注、挨拶文の作成などの作業も入ります。

また、日を改めて寺院を訪問しお礼をしたり、手伝ってくださった主な方へのお礼なども発生します。

看病、葬儀の続いた後であり、疲労が重なる時期ですので、体調にも注意が必要です。

POINT

主な手続き

- ・ 世帯主の変更届
- ・ 電気・ガス・水道・住宅等の名義変更
- ・ 健康保険の埋葬料、国民健康保険の葬祭費の請求
- ・ 生命保険の死亡保険金の請求
- ・ 年金の手続き
- ・ 所得税の確定申告
- ・ 遺産相続の手続き
- ・ 相続税の申告・納付
- ・ 預貯金・不動産の名義変更



遺族は喪に服します。家族を失って悲しみの中にある人がその悲しみを癒し、回復するためには、死を見つめ、悲しみを大事にして過ごすことが大切なこととされています。また周囲の人はこの悲しみに寄り添い、ケアすることが大切だとされています。

愛する人を失って悲嘆におちいることは当然のことです。悲しみをまぎらわしたり、忘れようとするのではなく、きちんと悲しみを表出することにより、自然に治癒していくものです。しかし、ときに心身症におちいったりすることもあるので、周囲のやさしい見守りと注意が必要となります。

喪の期間

遺族が喪に服する期間を「喪中」と言います。配偶者や親や子の場合には1年、きょうだい・孫の関係にある場合には半年が目安となります。

日本の喪の習俗

日本では死後、四十九日(50日)あるいは三十五日を特に大切にし、仏教習俗では7日ごとに集まって法要を繰り返します。(7回目が $7 \times 7 = 49$ 日にあたるので、四十九日を「七七日」とよぶ)。四十九日の間は死の衝撃の強い期間と位置づけられてきました。

神道では五十日祭(または一年祭)の翌日に清祓の儀を行い、神棚に封じていた白紙を取り除き、霊璽(仏教の位牌に相当)を祖霊舎に合祀します。

四十九日後にも百か日法要があります。1年目の命日は「一周忌」とよびます。2年目の命日は数えで計算して「三回忌」となります。

キリスト教では「記念会」を適当な機会に行うことがあります。

納骨

納骨をいつにするかは特に定めがありません。一般には葬儀の当日、四十九日、一周忌、三回忌などの機会にすることが多いようです。

自宅での保管は違法ではありません。また、墓地などの手配ができず、自宅に遺骨を保管しにくいときは納骨堂で一時預かりをしてくれます。

追悼儀礼

日本では三十三回忌(満32年)あるいは五十回忌(満49年)までは故人を追悼する習慣があります。仏教では三十三回忌または五十回忌をもって「弔い上げ」とし、先祖の霊と合祀します。

参考までに日本仏教の追悼儀礼の習慣をあげておきます。三回忌の後は七回忌、十三回忌、三十三回忌が特に大切にされます。その他十七回忌、二十三回忌などがあります。また、月の命日、命日、お盆、春秋の彼岸などに墓参したりして、死者を追悼記念する習慣があります。

POINT

納骨や追悼儀礼についての相談は、宗教者(菩提寺)にさせていただくことをお勧めします。