

Vol.
15

島根の特産品が当たる!
読者
プレゼント
実施中!

しまね smile days すまいる デイズ



○ねんりんピック

島根県勢 いきいき活躍

ゲートボールとスポーツウエルネス吹矢

○豊かな人生の学び舎「くにびき学園」

東部校 「神秘の門前港町・美保関」の魅力を発見 現地学習

西部校 卒業後も同期と交流、地域貢献も 澤田さん(浜田市)

○老人クラブ

とちもち・よもぎもちづくりで地域交流

いくつになっても
健康で心豊かに
暮らすための情報誌

ねんりんピック

島根県勢、いきいき活躍

全国の高齢者がスポーツや文化活動で交流を深める第35回全国健康福祉祭えひめ大会(ねんりんピック愛顔のえひめ2023)が10月28日から31日までの4日間、愛媛県内で開催されました。島根県勢は22種目に出場、ゲートボールで伊野チーム(出雲市)が県勢初の優勝を果たすなど、選手143人が堂々の活躍を見せました。



総合開会式の入場行進

愛媛県内20市町で29種目が実施され、全国から集まった60歳以上の男女約1万人が熱戦を展開しました。

島根県からは143人が参加。

ゲートボールで初優勝を果たしたほか、スポーツウエルネス吹矢団体戦・男女混成の部で準優勝、女子個人の部で渡部真理子さん(62)が4位に入賞するなど、好成績を挙げました。

ゲートボールと吹矢の選手計8人と選手団長を務めた県社会福祉協議会の小林淳一会長らが11月21日、松江市殿町の県庁を訪問し、丸山達也知事に戦績を報告しました。

ゲートボールは予選3試合を全勝すると、決勝トーナメントも危なげなく勝ち上がり、決勝は山口県代表を13-12で破り、初優勝を飾りました。丸山知事が「接戦を制しましたね」と評価。

円形の的めがけて5本の矢を吹くスポーツウエルネス吹矢では、Aチームが計566点を挙げ、準優勝に輝きました。

丸山知事は「選手が集まってコミュニケーションを取りながら練習を



ソフトボール



将棋



美術展 書



知事報告会の様子

重ねた成果を出していただきました。皆さんは健康長寿の見本。後に続く方々がたくさん出てきてほしいと思います」と期待しました。

運動を楽しみませんか

体を動かせば、心身ともに元気に過ごすことができます。また、自分の力を試すことができる「ねんりんピック」もあります。興味のある方は、島根県社会福祉協議会にお問い合わせください。「ねんりんピック」に関する情報は、こちらの2次元コードからご覧いただけます。↓



冬でもあたたか

断熱リフォーム

調査・お見積 **無料**

天井の断熱

発泡ウレタン施工

家族みんなが安心・快適ね!

床下の断熱

快適な生活環境を科学する

Kodama

株式会社 **コタマサイエンス**

本社 / 島根県松江市西嫁島2-8-23 TEL(0852)43-0852 FAX(0852)43-0866

0120-0852-66

詳しくはホームページをご覧ください!

検索

■松江営業所 / TEL(0852)26-6757

■出雲営業所 / TEL(0853)31-9600

■益田営業所 / TEL(0856)22-5390

■江津出張所 / TEL(0855)52-6852

■隠岐営業所 / TEL(08512)2-2471

■鳥取営業所 / TEL(0857)28-6336

■倉吉営業所 / TEL(0858)26-6910

■米子営業所 / TEL(0859)32-1272

■広島営業所 / TEL(082)842-7238

ゲートボール

激闘制し初優勝 120チームの頂点に



代表選手の皆さん。(左から) 三代忠さん、山崎敬治さん、岡光信さん、岩成尚子さん、常松フミ子さん

ボール(山口県)を13-12で下し、初優勝を果たしました。

岡さん(74)は、特に緊張しやすい予選リーグ初戦で無理をせず堅実なプレーを心掛けたことで波に乗ることができた。分析し、「出場チームは強豪

東温市総合公園多目的広場で10月28、29の両日に開かれたゲートボール大会で、伊野チーム(岡光信さん、山崎敬治さん、三代忠さん、常松フミ子さん、岩成尚子さん)が全国120チームの頂点に立ちました。

「二戦必勝」を掲げて臨み、4チームによる予選リーグを3勝で危なげなく突破。決勝トーナメント1回戦を17-6、同2回戦を20-7、準々決勝を15-10

と快勝し、勢いづきました。準決勝では千歳クラブ(長野県)を11-9で退けると、決勝でナイス

ばかりで力の差はほとんどありません。冒険せず、作戦を着実に実行したことが好成績につながりました」と語ります。決勝はよく対戦する山口代表との対戦で、「やりにくかったのですが選手同士で助け合い、普段通りに落ち着いてプレーすることができました」と山崎さん(75)は振り返ります。

県内のゲートボール愛好者が減少傾向になっている中での快挙となりました。岡さんは「今回の結果を機に、選手層の拡大につなげたいです」と強調しました。

スポーツウエルネス吹矢 団体・男女混成準優勝 個人・女子の部4位の好成績

砥部町陶街道ゆとり公園体育館で10月29日に開かれたスポーツウエルネス吹矢では、島根県の選手が躍動。団体・男女混成の部で566点を挙げて準優勝し、個人・女子の部で渡部真理子さん(62)が190点で4位に入賞しました。

1-7点が振られた直径約15センチ的の向かって3分間に5本の矢を吹くラウンド(R)を6回繰り返して計30本の矢を吹き、当たった矢の合計得点を競います。1位の岡山にはわずかに4点届かなかったものの、選手兼監督の森本さんは「3人も高得点をとることができた。選手がよかった」と満足げに話します。女子の部でも4位に入った渡部さんは自宅でも練習を重ねていたといい、「大会前にしっかりと矢を吹いてきたことで集中できました。島根を背負って出場し、いい成績を残すことができました。うれしかったです」と笑みを浮かべました。



代表選手の皆さん。(左から) 森本敏雄さん、渡部真理子さん、今田正道さん

1-7点が振られた直径約15センチ的の向かって3分間に5本の矢を吹くラウンド(R)を6回繰り返して計30本の矢を吹き、当たった矢の合計得点を競います。1位の岡山にはわずかに4点届かなかったものの、選手兼監督の森本さんは「3人も高得点をとることができた。選手がよかった」と満足げに話します。女子の部でも4位に入った渡部さんは自宅でも練習を重ねていたといい、「大会前にしっかりと矢を吹いてきたことで集中できました。島根を背負って出場し、いい成績を残すことができました。うれしかったです」と笑みを浮かべました。

長楽園グループ 島根県初、老舗旅館プロデュースのデイサービス

まるで日帰り旅行気分。

江津の玉造温泉に来ちゃんさい。お風呂は温泉 充実の介護入浴設備

介護浴槽 アクアハート・介護浴槽プランA1

ながれぼし 介護保険事業所番号 3270104171

ながれぼし 介護保険事業所番号 32706005901

ながれぼし 介護保険事業所番号 32706005901

ながれぼし 介護保険事業所番号 32706005901

くにびき学園

神秘の門前港町・美保関 歩いて魅力発見 9月開講の33期生

9月にスタートしたくにびき学園東部校33期生が11月10日、門前町として栄え、北前船の往来で発展した港町の風情が残る松江市美保関町を巡る現地学習を行いました。本殿が国の重要文化財に指定されている美保神社周辺や美保関灯台をはじめとする地域の貴重な文化遺産に触れ、観光や地域振興を進める地元の取り組みも学びました。



美保関灯台 明治31(1898)年に建てられ、明治の面影をとどめる美保関灯台を見学する学園生＝松江市美保関町地蔵崎



美保館 青石畳通りにある登録有形文化財の美保館本館を見学する学園生＝松江市美保関町美保関

2022年に集計を始めてから過去最高の60万人台の参拝者を記録した美保神社では、本殿や拝殿をはじめ

「灯台ビュッフェ」がランチ会場。日本海を一望する、特等席で食事を楽しみ、クイズを交えた解説に耳を傾けました。

「神秘の港町・美保関の魅力」と題したカリキュラムで、この日は33期生25人のうち22人が参加。あいにくの雨天になっても、の、松江観光協会美保関町支部の観光ガイド朝倉功さん(50)の案内で半日かけて地域を巡りました。



美保神社 「願いのままにどんな作物も育つ御種(稲の粃だね)」から生じたと伝承される御神竹を見学する学園生＝松江市美保関町美保関

め、一昨年16年ぶりに架け替えられた神門のしめ縄や拝殿横の御神竹などを通じて見学。神社を出てすぐの青石畳通りを散策しながら、雨が降ると敷き詰められた石が青く輝くことからその名が付いたことや、門前町としてにぎわった来歴の説明を受け、登録有形文化財の美保館本館、薬師如来坐像が国の重要文化財に指定されている仏谷寺なども巡り歴史を学びました。

美保関を訪れたのは40年以上前の初詣以来という松江市の安部規子さん(66)は「古い町並みや建物を生かして、とても素敵な地域づくり、観光振興の取り組みをされていると感じました。これからは県内各地を訪問し、素敵な島根を知り、体験したいと思います」と今後の活動に期待を膨らませていました。

読者プレゼント

A.松葉ガ三料亭セット [1枚分/冷凍]
or
B.のど黒・鯛茶漬けセット [4食分/冷凍]



はがきかWEB(申込フォーム)で下記のアンケートにご回答ください
①ご希望の賞品 AかBのどちらかお選びください
②氏名、年齢、郵便番号、住所、電話番号
③一番参考になった記事と、その理由を教えてください
④一番参考になった広告と、その理由を教えてください
⑤今後の暮らしで興味があることは何ですか
(1)健康 (2)資産運用 (3)家屋の管理 (4)終活 (5)介護 (6)その他※1
⑥情報収集は何でしていますか
(1)新聞 (2)テレビ (3)ラジオ (4)インターネット (5)その他※1
※1「その他」を選んだ人は、具体的な回答を記入してください(自由記入)

応募方法

●はがき 〒690-8668 松江市殿町383 山陰中央新報社ビジネスプロデュース局 すまいるデイズプレゼント係
●WEB(右の2次元コードから申込ください)



締め切り/2023年12月28日(木)必着
当選発表/発表は発送をもってかえさせていただきます
※お預かりした個人情報はプレゼント発送業務にのみ使用させていただきます

将来を見据えたリフォームしませんか?

シニアリフォーム

小さなリフォームから
全面リフォームまでお任せください!

手すりを付ける

床の段差解消

浴室暖房の設置

玄関スロープの設置など



株式会社 梶野工務店 島根県松江市島根町野波3644-2 FAX: 0852-85-9086

☎0852-85-9085



くにびき学園

学園の学び生かし、仲間とともに地域に貢献したい



「仲間と楽しく交流しながら、地域に貢献する活動をしたい」と話す澤田出さん

くにびき学園西部校28期園芸科の18人が結成した同期会「くにびき園芸28」は、花苗を育てて公共施設に贈ったり、せんだいボランティアなど積極的に地域で活動しています。代表を務める浜田市の澤田出さん(69)は7月、今後地域の担い手として活躍が期待される「わが島根づくりマイスター」に選ばれ、「今後さらに地域貢献できる活動に力を入れたい」と意気込んでいます。

28期園芸科同期会「くにびき園芸28」代表「わが島根づくりマイスター」
澤田 出さん(69) = 浜田市在住

1954年安来市広瀬町生まれ。大学卒業後Uターンし、78年から小学校教諭。2018年くにびき学園西部校の28期園芸科入学、20年修了。西部校卒業生の交流組織「同窓ネットワーク」事務局。

大阪の大学を卒業後Uターンし小学校教員になった澤田さん。教員になって3年目、初任地の三隅町(現在の浜田市三隅町)勤務時代に結婚し「3人の子どもにも恵まれて、自然と石見地域との縁が深まり、第二の故郷になりました」といいます。

くにびき学園西部校に入学したのは定年退職から5年目の65歳。教育委員会に嘱託勤務する傍ら家庭菜園に取り組み、「もつと農業の知識を得たい」と思ったのがきっかけでした。同期は60〜80代と幅広く、職歴も居住地も多様でしたが「園芸という共通項があり、すぐに親しくなりました。充実した2年間でした」と学園生活を振り返ります。

卒業後結成した「くにびき園芸28」では、学園時代の活動拠点だった浜田市の「いわみーる」の温室に集まり、年間を通して花苗を育てて公共施設に贈ったり、NPOが運営する地元の放課後児童クラブで庭木のせんだいボランティアをしたりと、社会貢献活動に力を入れています。

「学園で学んだ知識や技術



花苗づくりなどの活動を続けるくにびき学園西部校28期園芸科の同期会「くにびき園芸28」

を地域で生かせることには充実感があります」と話す澤田さんが今後力を入れたいのは、地域でのボランティア活動だといいます。「同期の仲間それぞれが地域で活動していて、私が参加することも食堂も仲間が手伝ってくれます。互いに助け合い、連携すれば、活動の輪はさらに広がる。その輪を少しずつ広げて、仲間と力を合わせて地域を盛り上げていきたいですね」と意気込みます。

美術品・骨董品全般 買い受け致します!

お気軽にお電話下さい!

買取無休 出張査定無料

出張査定無料・店頭買取も致します。

先代が残された収集品、古い家や蔵の整理、引越しなどで出た美術品・茶道具、武器、掛軸、絵画など、その他幅広い種類と品目を買取り致します。



(有)骨董屋 松月 松江店

☎ 0852-37-2200

松江市竹矢町1828 (国道9号線沿 ヤマダ電機向い)

【営業時間】 10:00~17:00

骨董 松月

検索



老人クラブ

とちもち・よもぎもちづくりと販売通して 健康づくりと仲間づくり

吉賀町老人クラブ連合会

生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、地域を豊かにする社会活動に取り組み高齢者の自主組織「老人クラブ」。全国に8万5千以上ものクラブがあり、約438万人の高齢者が各地で活躍しています。旧六日市町と旧柿木村が合併して吉賀町が発足したのに合わせ、2006年に結成された吉賀町老人クラブ連合会は、町内のイベントにテント村を出店するほか、グラウンドゴルフ大会を開催するなど、多彩な活動を展開しています。



島根県の最西南部にあり、日本有数の清流、高津川の源流を有する吉賀町。06年に町老人クラブ連合会が発足しました。現在は65歳以上の高齢者約620人が所属し、さまざまな活動を展開しています。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で中止を余儀なくされていた町の一大イベント「きん祭みん祭農業文化祭」が11月、六日市会場と柿木会場で4年ぶりに開催されました。同町内では以前、各家もちをつき、とちもち・よもぎもちがよく食べられていたということですが、近年ではもちつきをする家が減り、食べる機会が少なくなっていました。懐かしい味を再現しようと、連合会は19〜20年にも取り組んだ手作りのとちもち・よもぎもちを販売することにしました。

六日市会場でのイベント前日に当たる11月4日、町内各地から集まった連合会のメンバー12人が七日市公民館(吉賀町七日市)でもちを手作りしました。トチノミを地元産もち米に混ぜてつき上げ、手

大の影響で中止を余儀なくされていた町の一大イベント「きん祭みん祭農業文化祭」が11月、六日市会場と柿木会場で4年ぶりに開催されました。同町内では以前、各家もちをつき、とちもち・よもぎもちがよく食べられていたということですが、近年ではもちつきをする家が減り、食べる機会が少なくなっていました。懐かしい味を再現しようと、連合会は19〜20年にも取り組んだ手作りのとちもち・よもぎもちを販売することにしました。

実際に丸めておいしそうなおもちが完成しました。

メンバーたちは近況を報告するなど、製造作業は終始和やかなムードで進みました。これまで新型コロナウイルスの影響で集まる機会が少なかったこともあり、久々に交流の輪が広がりました。同町では高齢化率が高まり、高齢者のみの世帯も増えている現状があります。参加した連合会事務局長の本廣順保さん(71)は「いきいきと暮らすためには、外に出る機会をつくるのが大切だと思っています。4年ぶりに集まることでできてよかったです」と笑顔で話しました。

5日の六日市会場に設けられた同連合会のブースには知人らが次々と訪れて買い求めていました。11月19日に開催された柿木会場では、高津川でとれたアユを使った鮎飯を販売。こちらも大人気だったということ。



きん祭みん祭農業文化祭でとちもちの販売

連合会ではこのほか、グラウンドゴルフ大会やペタンク大会、文化系では囲碁将棋大会と多彩なイベントを開催しています。

連合会会長の村上毅さん(82)は「人生の先輩たちが連合会活動で頑張っている姿を見ると、張り合いがあります。仲間と話す機会ができ、認知症予防にもつながると感じています。健康づくりや仲間づくりのため、老人クラブの活動に参加してほしいです」と参加を呼び掛けています。

「いきいきと暮らすためには、外に出る機会をつくるのが大切だと思っています。4年ぶりに集まることでできてよかったです」と笑顔で話しました。

老人クラブ会員募集

老人クラブは生涯現役でいきいきと暮らすための「生きがいがづくり」「健康づくり」「仲間づくり」「地域づくり」など、それぞれの地域でさまざまな活動をしています。

入会申し込みや問い合わせは、お近くの老人クラブ会員または市町村老人クラブ連合会へ。



島根県老人クラブ連合会のホームページはこちら



マスコットキャラクター「まめさん」

「明窓」書き写しノート

家で毎日書き写し!

読解力、表現力アップ!
中高年の脳トレに!

好評発売中



山陰中央新報1面のコラム「明窓」の専用ノートです。

1冊1カ月分
定価
220円(税込)

体裁/A4判、68ページ
発行/山陰中央新報社(島根県松江市殿町383)

75歳以上の方 生涯現役証で協賛店から お得な特典が受けられます!

対象者

県内に在住する満75歳以上の方(申請日現在)で、農林水産業や商工業、ボランティア活動、地域活動、スポーツ・レクリエーション活動、文化活動などを行っている方

特典

協賛店で料金割引やポイントなどの特典を受けることができます。

申請方法

- ご本人、推薦者(ご家族、ご親戚、ご友人などご本人様の同意を得られた方)からお申し込みいただけます。
- 申請書にご記入の上、郵便又はファックスにより下記の送付先までお送りください。

受付期間 随時受付

※原則申請のあった月の翌月にお送りします。
※推薦の場合は、推薦者に「生涯現役証」をお送りします。



健康長寿しまねマスコットキャラクター まめなくん



お礼やプレゼントとしてお渡しするのはいかがですか?

- 記念日に、おじいちゃん・おばあちゃんへ
- 地域活動などで普段お世話になっている方へ
- 小学校等の登下校での見守り隊の方へ
- 趣味を共にしている友人の方へ



お問い合わせ先・送付先

〒690-8501 島根県松江市殿町1
島根県健康福祉部高齢者福祉課
電話 0852-22-5204 FAX 0852-22-5238

島根県では、「健康長寿日本一」を目指して、明るく生きがいを持って生活できる社会づくり、県民との協働による生涯現役社会づくりの取り組みを進めています。

詳しくは **生涯現役証** **検索**



申請書は県のホームページからもダウンロードすることができます。

山陰中央新報 読者紹介キャンペーン

新たな新聞読者を紹介していただいた方に

感謝の気持ちを込めて、**VJAギフトカード 5,000円券** プレゼント!!



新たにご購読いただく方には、**VJAギフトカード 1,000円券** プレゼント!!



申込条件 山陰中央新報の配達エリア内にお住まいの方で、1年以上購読(翌月から購読開始)できる方をご紹介ください。
※本人自身のご紹介や、1年以内に購読していた方、購読予約契約者は対象外とします。

問い合わせ・申し込み先

〒690-8668 松江市殿町383
山陰中央新報社読者局
読者紹介キャンペーン係
TEL 0852-32-3426
FAX 0852-32-3550

読者紹介キャンペーン申込カード

※紹介者の方が両欄にご記入ください。

ご紹介者様情報欄	住所	〒		
	名前	ふりがな	年齢	歳
	電話	(日中に連絡がつく電話番号を記入)		
	購読状況	読んでいる新聞にチェックを入れてください <input type="checkbox"/> 山陰中央新報 <input type="checkbox"/> 朝日新聞 <input type="checkbox"/> 読売新聞 <input type="checkbox"/> 日本経済新聞 <input type="checkbox"/> その他() <input type="checkbox"/> 読んでいない		

新規読者様情報欄	住所	〒		
	名前	ふりがな	ご紹介者との関係	
	電話	(日中に連絡がつく電話番号を記入)		
	配達開始希望日	月	日から	1年以上
お支払方法	口座振替・クレジットカード・集金(いずれかに○印を)			

郵送・FAX・WEBでお申し込みいただけます

郵送またはFAXの場合
右の「読者紹介キャンペーン申込カード」に必要事項をご記入し封筒に入れて右記までお申し込みください。

山陰中央新報 読者紹介 **検索**
www.sanin-chuo.co.jp



WEBでのご紹介は

右記二次元バーコードまたは、パソコンからお申し込みください。

【個人情報の取り扱いに関して】いただいた住所、氏名などは山陰中央新報社で厳重に管理し、当該キャンペーンの運営以外には使用しません。

大切な人のために 遺言書を準備していますか？

「遺言書」という言葉は知っているけど、「まだ若いから必要ない」「何からしていいかわからない」「そもそもどういふものかあまり分かっていない」など、実際に準備している人は多くありません*1。大切な家族が相続をめぐるトラブルで悩まないために、遺言書を作成してみませんか。

*1 2023年に公益財団法人日本財団がまとめた「遺言・遺贈に関する意識・実態把握調査」によると、全国60歳～79歳の男女で、遺言書をすでに作成している人は3.45%、作成していない人は96.55%。

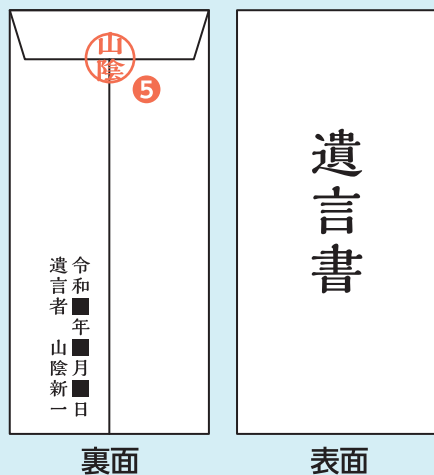


遺言書(ゆいごんしょ・いごんしょ)とは

自分が死亡したとき、相続人に対して財産をどのように分配するかなどについて自分の最終意思を明らかにする言葉や文章のことで、自分の大切な財産をどのように引き継ぐかを残しておくことができます。似たようなものとして「エンディングノート」がありますが、エンディングノートには法的効力がありません。

遺言書のメリット

- 相続をめぐる人間関係のトラブルを事前に防止することができる
- 遺族に自分の遺志を伝えることができる
- 亡くなられた方の遺産をすべて探し出す手間がなくなる
- 遺産分割協議を省くことができる
- 相続手続きを速やかに行うことができる



1 2 遺言書

私、遺言者山陰新一は次の通り遺言する。**3**

私は左記財産を妻である山陰中子(昭和●年●月●日生)に相続させる。

1. 土地
所在・島根県松江市殿町△△番地△
地番・△△番△ 地目・宅地 地積・○○.○○m²

2. 建物
所在・島根県松江市殿町 家屋番号・△△番△
種類・居宅 構造・木造瓦葺2階建
床面積・1階○○.○○m²2階○○.○○m²

私は◇◇銀行◇◇支店に有する定期預金を
長女◎◎(昭和●年●月●日生)に相続させる。
定期預金 口座番号 00987654321

4 令和●年●月●日
島根県松江市殿町△△番地△
遺言者 山陰新一 **5**

- 1 手書きで**
(基本手書きだが、財産目録はパソコンで作成したり、通帳等のコピーを添付することも可。ただし、この場合手書きの署名、押印は必要)
- 2 冒頭に「遺言書」と書く**
- 3 具体的な文言で**
×任せる
○相続させる
- 4 作成年月日、氏名もはっきりと**
×令和五年十一月十八日
○令和五年十一月十八日
- 5 押印をする(実印が良い)**

自筆証書遺言書の書き方 (一例)

遺言書の種類

自筆証書遺言

手軽で簡単!

遺言者が自らの手で書く遺言書で、15歳以上の方で、自分で書くことができればいつでも作成ができます。

- ポイント**
- 誰にも知られずに作成することができる
 - 費用があまりかからない
 - 法令上の要件に不備があったり、内容に誤りがあると無効になる
 - 自分で管理をする必要がある
 - 遺言者の死亡後は、家庭裁判所での検認手続きが必要



公正証書遺言

信頼性が高い!

遺言者の意思を公証人*2が聞き取り、作成する遺言書です。

- ポイント**
- 法律の専門家である公証人の関与の下、2人以上の証人が立ちあった上で作成
 - 遺言の内容について公証人の助言を受けることができる
 - 財産の金額等に応じた手数料が必要
 - 公証人が原本を保管してくれる
 - 家庭裁判所での検認手続きが不要
- *2 公証人・・・法務大臣が任命し、国の公務である公証作用を担う実質的な公務員で法務局または地方法務局に所属する人。



自筆証書遺言書保管制度とは？

法務局が自筆証書遺言書を保管・管理する制度です。

- ポイント**
- 法務局で適正に管理・保管されるため、紛失・改ざんの恐れがない
 - 遺言書の方式(形式面)に不備がないか、法務局職員の確認を受けることができる(※遺言書の内容について、法務局では確認できませんので、必要に応じて事前に司法書士等の専門家に御相談をお願いします。)
 - 家庭裁判所の検認が不要で手続きに手間がかからない
 - 遺言者の希望に応じて相続人等に遺言書を保管している旨の通知することができる

