

最期の覚え書き（エンディングノート）

「もしもの時にどうしてほしいか」を家族に伝える方が、年齢を問わず増えています。準備がまだな方は、以下の項目について自分なりに希望を書いて、最低限の準備を始めることをお勧めします。

介護・治療について

- ①要介護になった場合、どこで介護を希望するか（自宅・施設・その他）
- ②次のうち、希望するものに○、希望しないものに×
（胃ろう造設・延命治療・疾病の告知・臓器提供）
- ③現在お世話になっているかかりつけ医・ケアマネなどの名前・連絡先
（ ）

葬式と墓の希望

- ①葬式はどのくらいの規模か【例：家族葬、親族のみ】（ ）
- ②どの宗派か（ ）
- ③予算（葬式 ）（お墓 ）
- ④喪主は誰か（ ）
- ⑤葬式をする場所（自宅・葬儀場・その他（ ））

遺言的な内容

所有する預貯金・不動産

※法的効力は無いが、家族が困らないように預け先などの情報のみ記載。

（ ）

親族や友人の情報

葬儀のお知らせをしてほしい人の名前と連絡先を記載。

（ ）

遺品の整理

思い出の深い物で、使って欲しい人があれば、誰に何を残したいかリストアップ。

（ ）