

保存版

# エンディングノート

～いざという時に、大切な人に伝えたい～

島田屋本店

# 目次

■ 私について	.....	2
■ 思い出を振り返ろう	.....	3
■ 私の過ぎ去りし日々	.....	4
■ 私の家系図	.....	6
■ 私から大切な人へ	.....	8
1、介護・看護について		
2、延命治療・脳死・病名告知について		
3、私の遺言について		
4、ご葬儀の希望		
5、法事・仏壇、お墓・埋葬について		
■ 連絡してほしい親戚・友人・知人	.....	16
■ 財産について	.....	18
■ 大切な人へのメッセージ	.....	22

エンディングノートには法的な効力はありませんので、今のお気持ちやご家族にお伝えしたいこと、ご自身の葬儀や埋葬についてなど意思の表明としてお気軽にご記入いただくことができます。これに対して、本格的に財産(相続)などについてご自分の意思を残したい場合は、法的な効力がある遺言書を作成することをオススメします。詳しくは、専門家の方にご相談下さい。島田屋本店でも専門家のご紹介をしております。お気軽にお問い合わせ下さい。

# 私について

お気に入りの写真を  
添付しておきます

## プロフィール

氏名

生年月日      年      月      日 生まれ      血液型      型

現住所

本籍地

出生地

父親の名前

母親の名前

名前の由来

ニックネーム

	名前	関係	連絡先
緊急連絡先			
かかりつけの 医 者	病 院 名		担当医(連絡先)
既 往 症	病 名		かかった病院名

# 思

# 思い出を振り返ろう

～私の歩んだ人生～

## ■ 学歴

小学校

年 月

小学校 卒業

中学校

年 月

中学校 卒業

高等学校

年 月

高等学校 卒業

大学・短期大学

年 月

大学

学部

学科 卒業

## ■ 就職

年 月

年 月

## ■ 結婚

年 月

## ■ 資格・免許等

# 私の過ぎ去りし日々

## ■ 誕生（名前の由来・愛称など）

---

---

---

## ■ 幼い頃・小学校時代（例：好きだった先生や友人）

---

---

---

## ■ 中学校時代

---

---

---

## ■ 高等学校時代

---

---

---

## ■ 大学・そのほかの学校時代

---

---

---



■ 趣味

---

---

■ 性格

---

---

■ 戦時中・戦後についての思い出

---

---

■ 今まで一番楽しかったことは

---

---

■ 子供の頃、憧れていた職業・してみたかったこと

---

---

■ 思い出に残っている旅行は

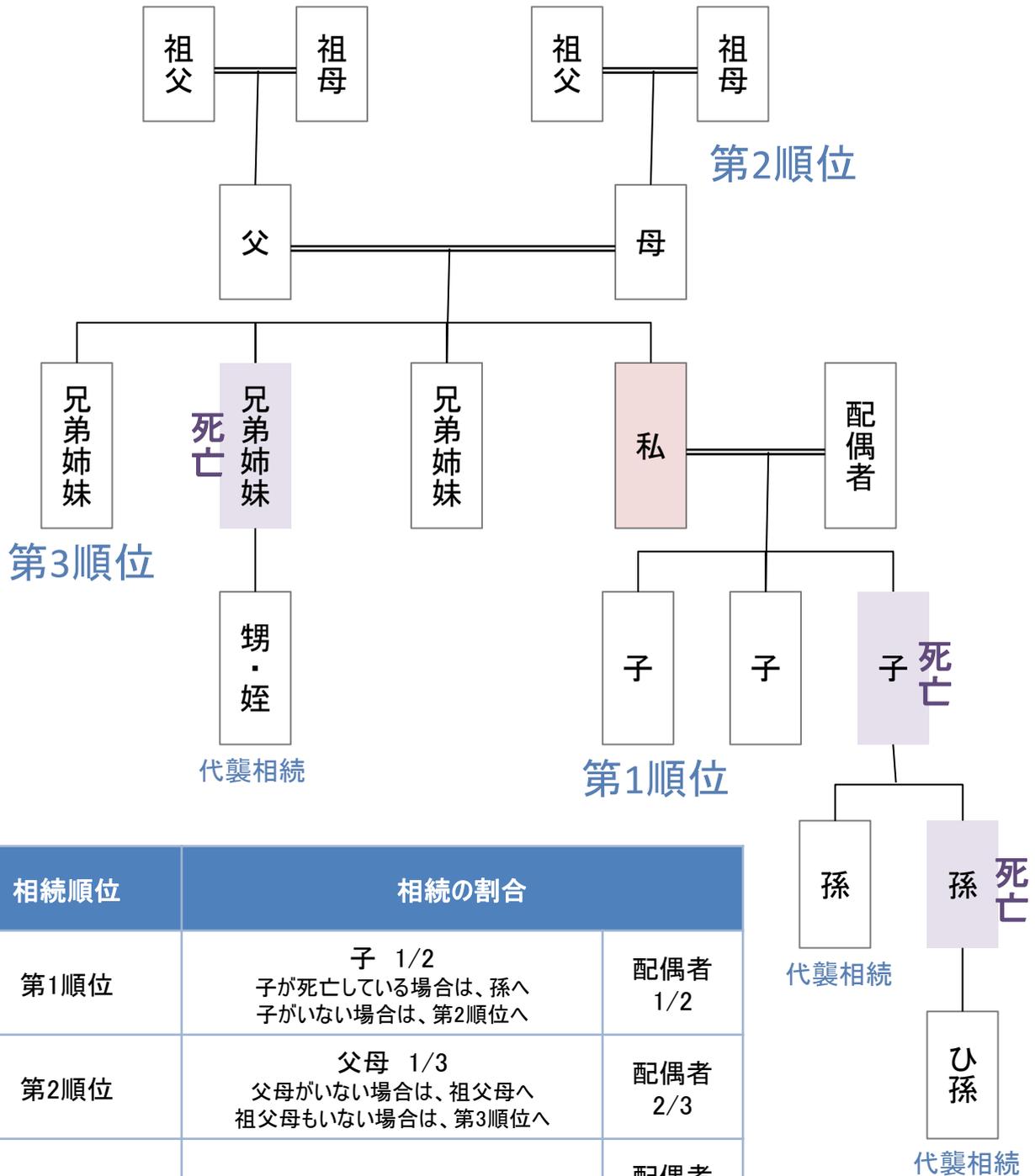
---

---

# 私の家系図

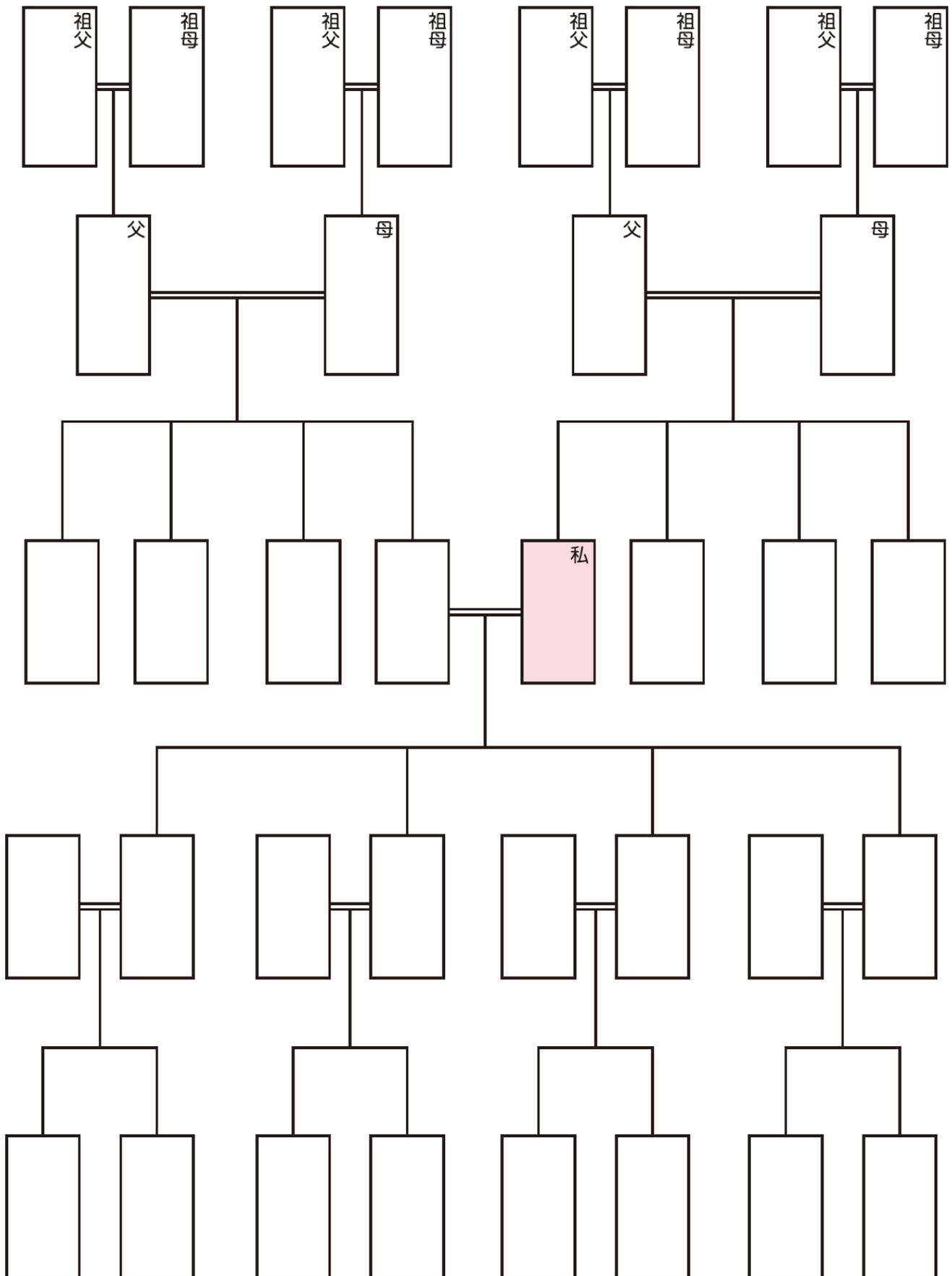


## 法定相続人とその範囲



相続順位	相続の割合	
第1順位	子 1/2 子が死亡している場合は、孫へ 子がいない場合は、第2順位へ	配偶者 1/2
第2順位	父母 1/3 父母がいない場合は、祖父母へ 祖父母もない場合は、第3順位へ	配偶者 2/3
第3順位	兄弟姉妹 1/4	配偶者 3/4

# わかる範囲で書いてみましょう



# 私から大切な人へ

該当するところに「✓」で表示

## 1 介護・看護について

### ① 私が認知症や寝たきりになった時の介護は

- 配偶者にしてほしい
- 息子夫婦にしてほしい
- 娘夫婦にしてほしい
- 介護保険によるサービスと家族の介護によってしてほしい
- プロのヘルパーやケアサービスでしてほしい

理由として…

### ② 私が認知症や寝たきりになったときの介護の場所は

- なるべく自宅で介護してほしい
- 息子・娘夫婦宅で介護してほしい
- 症状の状態にかかわらず病院や施設で介護してほしい
- 介護してくれる人に任せる

理由として…

### ③ 私が認知症や寝たきりで要介護になった時の介護費用は

- 私の貯金や年金・保険でまかなってほしい
- 息子・娘の援助と年金でまかなってほしい
- 家族に任せる

理由として…

### ④ 私が認知症や寝たきりで要介護になった時の財産管理について

- 配偶者や子供に一任する
- 後見人を決めている(具体的に)

氏名 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

☎ \_\_\_\_\_

理由として…

## MEMO



# 3 私の遺言について

## ① 遺言書の有無

- あり（方式：作成年月日 年 月 日）  
※書き換えた場合、最新の日付のものが有効となります。
- なし

遺言書の保管場所（具体的に…）

## 遺言の方式（普通方式）

	自筆証書遺言	公正証書遺言	秘密証書遺言
<b>ポイント</b>	本人が遺言内容を書いて日付け氏名を自書（全文自筆で書く。パソコンは無効）する。押印（実印ではなく三文判でも拇印でもよい）が必要。家庭裁判所の検認手続きが必要。	公証役場で2人以上の証人（①未成年、②受遺者及びその配偶者並びに直系血族、③公証人の配偶者・四親等以内の親族、書記及び雇い人は除く）の立ち会いのもとに、遺言の内容を公証人に口述し、公証人が遺言書を作成。そのあとで遺言者と証人に読み聞かせて署名・押印し、公証役場で20年保管。	遺言者の自筆はもちろん、代理人による代筆やパソコンでも有効。遺言者が証書に署名・押印のうえ封印。封印されたものを公証人と2人以上の証人の前に提出し、公証人に自分の遺言であること、それを書いた者の住所、氏名を述べたあと、公証人が封書提出日と遺言者の口述内容を封筒の表に記録。そこに遺言者、証人、公証人が署名・押印。そしてしかるべき人に保管を依頼。
<b>長所</b>	証人が不要なので、だれにも知られず自分だけでいつでも作成あるいは変更できる。	遺言者が出向けないときは公証人に来てもらえる。 書式不備がない。 偽造、変造、紛失がない。	遺言内容を他人が見ることができないので、公正証書遺言よりも秘密性が高い。
<b>短所</b>	自分の遺言についての知識だけで書くため、書式の不備や内容が不明確になりがち。そのため後日、相続人の中でトラブルになったり、遺言自体が無効になる危険性もある。 遺言書を偶然見つけた利害関係者に偽造、変造、破棄、隠匿される危険性がある。	証人が必要なので、そこから秘密のもれる可能性がある。費用がかかる（公証人手数料は財産の評価額によって異なる。）	遺言内容の秘密は守られるが、存在を知る人がいるため自筆証書遺言に比べれば秘密性は低くなる場合もある。
<b>注意点</b>	保管場所にも留意が必要で、弁護士や貸金庫に預けるのも一案。加除・変更するときは、その部分に線を引いて書き直した上で押印する。そして「第〇条加入10字、削除15字」というように、変更箇所を欄外に書き、署名する。	入院中など遺言者が出向けないときは、日当を払って（規定料金の5割増し）公証人を自宅や病院に呼んでつくることもできる。	封筒は、遺言者の署名の下に押印したものと、同一の印章で封印しなければならない。

# 4 ご葬儀の希望

## ① 生前予約について

「生前予約」とは、葬儀社「島田屋本店」との間で、自分の葬儀内容やそれに対する費用、支払い方法などを決めておくことです。ほとんどの場合、家族の同意を前提としていることが多いようです。

- 生前予約をしている

葬儀社名 **島田屋本店** ☎ 03-3442-5550 / 03-3441-0590

担当者

住所 東京都品川区東五反田2-3-4

見積書 あり・なし (保管場所 )

- 生前予約をしていない

## ② 葬儀を行ってほしい場所について

- 決めている

名称

住所 ☎

- 決めていない

- その他( )

## ③ 宗教・宗派について

- 葬儀を依頼したい特定の寺院・教会・神社等がある

名称 宗旨・宗派

住所 ☎

- 特定の司式者(お寺など)がないので、葬儀社に紹介してほしい

- 無宗教でいたい

- 家族の希望に任せる

#### ④ 戒名・法名について

- 戒名・法名はいらない
- 戒名・法名をつけてほしい（具体的に\_\_\_\_\_）
- なるべく良い戒名・法名がほしい（院号など）
- すでに戒名・法名がある（具体的に\_\_\_\_\_）

#### ⑤ 喪主になってほしい人

- 配偶者
- 子（具体的に\_\_\_\_\_）
- その他（具体的に\_\_\_\_\_）

#### ⑥ 挨拶をしてほしい人

- 弔 辞（氏名\_\_\_\_\_連絡先\_\_\_\_\_）
- 弔 辞（氏名\_\_\_\_\_連絡先\_\_\_\_\_）
- 親族代表挨拶（氏名\_\_\_\_\_連絡先\_\_\_\_\_）

理由として…

-----

-----

#### ⑦ 遺影写真

- 決めている（保管場所\_\_\_\_\_）
- 特に決めていない
- 家族に任せる

## ⑧ 香典について

- いただく  辞退する  その他 ( )

理由として…

## ⑨ 葬儀費用について

- 費用は保険・預貯金で準備している (具体的に )
- すべて家族に任せる (具体的に )
- その他 (具体的に )

## ⑩ その他 葬儀についての希望

- 葬儀の規模について  家族・親族のみ  家族・親族と親しい友人  
 来ていただける方は全て
- 飾り付け・祭壇について  白木祭壇  生花祭壇  
 その他 ( )
- 祭壇に使ってほしいお花 (具体的に )
- 棺に入れてほしいもの (具体的に )
- 納棺時の衣装について (具体的に )
- エンバーミングについて※  希望する  希望しない  家族の希望に任せる
- 湯灌について※  希望する  希望しない  家族の希望に任せる
- お化粧について  希望する  希望しない  家族の希望に任せる
- 流してほしい音楽  CDなど  生演奏  
(希望曲など )

※エンバーミングとは…

日本語では「遺体衛生保全」と訳され、遺体に対する消毒・防腐処理を行うことです。エンバーミングを施すことで復元・防疫・防腐の効果があります。生前の美しさを取り戻すとともに、感染症や伝染病の防護にもなり安全で安心なお別れが出来ます。防腐処置を行うため遺体を清潔に保つことが出来るため何日間か時間が空いても綺麗な状態でお別れが出来ます。

※湯灌とは…

昔は逆さ水(たらいに水を入れた後、適温になるまで湯を注ぐ)でご遺体を洗い清めることをいいます。



# 連

## 絡してほしい親戚・友人・知人

もしもの時に連絡してほしい方々のリスト

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_

携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_

携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_

携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_

携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_

携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_

携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_

携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 関係 \_\_\_\_\_  
住所 \_\_\_\_\_ 自宅TEL \_\_\_\_\_  
携帯 \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_

# 財産について

## 1 不動産

土地	物件1	物件2
所有地(地番・住所表示)		
名義人		
権利書保管場所		

建物	物件1	物件2
所有地 (地番・家屋番号・居住表示)		
名義人		
権利書保管場所		

## 2 動産

### 貯蓄

金融機関名	支店	普通・当座	口座名義	口座番号
金融機関名	支店	普通・当座	口座名義	口座番号
金融機関名	支店	普通・当座	口座名義	口座番号
金融機関名	支店	普通・当座	口座名義	口座番号

### 株式

銘柄	証券会社名	購入株数	名義	預かり証番号
銘柄	証券会社名	購入株数	名義	預かり証番号
銘柄	証券会社名	購入株数	名義	預かり証番号
銘柄	証券会社名	購入株数	名義	預かり証番号

# 3 その他の資産・権利など

## ①貴金属・宝飾品・美術工芸品など

品名	個数	購入年月日	購入先	購入金額
品名	個数	購入年月日	購入先	購入金額
品名	個数	購入年月日	購入先	購入金額
保管場所				

## ②ゴルフ会員権・その他

件名	取得年月日	取得価格	備考
件名	取得年月日	取得価格	備考
件名	取得年月日	取得価格	備考
保管場所			

## ③クレジットカードなど

カード名	登録番号	有効期限	連絡先	購入金額
カード名	登録番号	有効期限	連絡先	購入金額
カード名	登録番号	有効期限	連絡先	購入金額
保管場所				

## ④借入金・支払ローン

借入先	返済期限	借入額	借入先連絡先	毎月の返済額
借入先	返済期限	借入額	借入先連絡先	毎月の返済額
借入先	返済期限	借入額	借入先連絡先	毎月の返済額
保管場所				

# 4 保険・年金について

## ①生命保険・簡易保険

保険会社名 \_\_\_\_\_ 保険の種類 \_\_\_\_\_ 証券番号 \_\_\_\_\_  
契約者名 \_\_\_\_\_ 被保険者名 \_\_\_\_\_ 受取人 \_\_\_\_\_  
満期日 \_\_\_\_\_ 払込終了期間 \_\_\_\_\_ 死亡時の保険金額 \_\_\_\_\_  
備考 \_\_\_\_\_ 保管場所 \_\_\_\_\_

保険会社名 \_\_\_\_\_ 保険の種類 \_\_\_\_\_ 証券番号 \_\_\_\_\_  
契約者名 \_\_\_\_\_ 被保険者名 \_\_\_\_\_ 受取人 \_\_\_\_\_  
満期日 \_\_\_\_\_ 払込終了期間 \_\_\_\_\_ 死亡時の保険金額 \_\_\_\_\_  
備考 \_\_\_\_\_ 保管場所 \_\_\_\_\_

保険会社名 \_\_\_\_\_ 保険の種類 \_\_\_\_\_ 証券番号 \_\_\_\_\_  
契約者名 \_\_\_\_\_ 被保険者名 \_\_\_\_\_ 受取人 \_\_\_\_\_  
満期日 \_\_\_\_\_ 払込終了期間 \_\_\_\_\_ 死亡時の保険金額 \_\_\_\_\_  
備考 \_\_\_\_\_ 保管場所 \_\_\_\_\_

## ②年金保険

保険会社名 \_\_\_\_\_ 保険の種類 \_\_\_\_\_ 証券番号 \_\_\_\_\_  
契約者名 \_\_\_\_\_ 被保険者名 \_\_\_\_\_ 受取人 \_\_\_\_\_  
満期日 \_\_\_\_\_ 保険金額 \_\_\_\_\_ 保管場所 \_\_\_\_\_  
備考 \_\_\_\_\_

保険会社名 \_\_\_\_\_ 保険の種類 \_\_\_\_\_ 証券番号 \_\_\_\_\_  
契約者名 \_\_\_\_\_ 被保険者名 \_\_\_\_\_ 受取人 \_\_\_\_\_  
満期日 \_\_\_\_\_ 保険金額 \_\_\_\_\_ 保管場所 \_\_\_\_\_  
備考 \_\_\_\_\_

保険会社名 \_\_\_\_\_ 保険の種類 \_\_\_\_\_ 証券番号 \_\_\_\_\_  
契約者名 \_\_\_\_\_ 被保険者名 \_\_\_\_\_ 受取人 \_\_\_\_\_  
満期日 \_\_\_\_\_ 保険金額 \_\_\_\_\_ 保管場所 \_\_\_\_\_  
備考 \_\_\_\_\_





# 大切な人へのメッセージ

## 家族へのメッセージ

---

Handwriting practice lines for the 'Family' section, consisting of 15 horizontal dotted lines.

## 友人・知人などお世話になった方へ

---

Handwriting practice lines for the 'Friends and Acquaintances' section, consisting of 15 horizontal dotted lines.