

エンディングノ - ト

私の人生
私の旅立ちのときのために

(株)ライフネット



岩見沢

公益社

岩見沢市4条東14丁目1番地

TEL 0126 22 0878

FAX 0126 23 0878

eメール lifenet@galaxy.ocn.ne.jp

ホ - ムペ - ジ <http://www.kouekisya.com>

公益社メモリアルホ - ル

岩見沢市2条東17丁目3番地

TEL 0126 32 0878

家族葬ホールめもりある

岩見沢市4条東14丁目1番地

TEL 0126 22 0878

目次

	ペ - ジ		ペ - ジ
はじめに	... 1		
ノ - トの作成にあたって	... 2		
第1章 私の人生	... 3	第4章 私の埋葬と供養	... 23
出生について	... 3	墓守	... 23
学校の思い出	... 3	お墓	... 23
仕事の思い出	... 5	埋葬する場所	... 23
両親について	... 6	お墓の希望	... 24
兄弟について	... 7	お仏壇	... 24
結婚と配偶者	... 8	追悼儀礼	... 24
子どものについて	... 8	法要	... 24
現在の私	... 10	その他	... 24
これからの私	... 11	形見分け・寄付	... 25
病院・日常生活	... 12		
第2章 私の看護・介護と死について	... 13	第5章 私の財産・その他	... 26
要介護になって場合	... 13	預貯金	... 26
老人性認知症(痴呆)	... 13	年金・健康保険・生命保険	... 27
延命治療について	... 14	損害・傷害保険	... 28
難病や不治の病の診断	... 14	住居	... 29
私の最期は	... 14	不動産(土地・建物)	... 30
臓器移植について	... 14	株式	... 31
病気や介護の費用	... 15	税金	... 32
持病について	... 15	車	... 33
第3章 私のお葬式	... 16	ペット	... 34
お葬式をどう考えていますか	... 16	ロ - ン	... 35
お葬式への参列について	... 16	クレジットカ - ド	... 36
お葬式とお金	... 16	会員退会・会員権手続き	... 37
お葬式はだれのためのもの	... 17	第6章 私を支えてくれる方々	... 38
お葬式のあり方	... 17	家族・親族リスト	... 38
遺言のこと	... 18	友人・知人リスト	... 39
葬儀の各会員	... 19	ご近所リスト	... 40
生前予約	... 19	関係会社・団体・サークル	... 41
葬儀依頼会社	... 19	第7章 私の愛する人 大切な人へ	... 42
自分のお葬式の規模	... 19	妻・夫へ	... 42
自分のお葬式の形式	... 19	子ども・孫・兄弟姉妹へ	... 43
どんな宗教で	... 19	友人・知人へ	... 43
お葬式はどこで行いたいのか	... 20	想いでアルバム	... 44
喪主は誰にお願いするか	... 20		
葬儀委員長は立てるか	... 20		
葬儀費用	... 20		
遺影写真	... 20		
お棺に入れてほしいもの	... 20		
弔事	... 20		
お葬式の形式や演出	... 21		
供花・供物・香典	... 21		
戒名(法名・法号)	... 21		
食事(会食)	... 22		
精進落とし	... 22		
会葬返礼品	... 22		
お礼の言葉	... 22		

はじめに

人は生まれると同時に4つの苦しみを持つこととなります。
 一つには、生まれてきたことに対する苦しみ。
 二つには、生まれたと同時に老いていく苦しみ。
 三つには、病におかされる苦しみ。
 そして最後に、死ぬ苦しみ。
 仏教の世界では、これを生老病死、四苦といいます。
 仏教にかかわらず、全ての人が老いたくない、病気になるたくない、
 死にたくないと思えることは、
 ごくごく自然のことだと思えます。

「介護してもらうのは気の毒だから、施設に入るわね」
 「死ぬなら家の布団で死にたいわ」
 「私がガンになってもちゃんと教えてね」
 「私のお葬式はたくさんの花で飾ってちょうだい」
 「私が死んでも何もしなくていいわよ」

こんなお話は、いつの時代でもタブ-とされていました。家庭の中でも話題にはしなかったと思います。しかしながらどうでしょう、先延ばしにしていってもいつかは訪れるのです。その時になってから、ご本人で決断したり、考えたりすることはできません。また、ご家族の方はどうでしょうか、ご本人の意思を確認できないままに決断をせまられ、迷ってしまったり、後悔だけが残ってしまうのではないのでしょうか。

そんな時に、本人の希望がわかっていれば、家族も安心して、よりよい決断をしていくことができます。
 本人としても、前もって希望をいっておけば、ご自身の納得のいく介護やご葬儀ができるのです。
 決してタブ-ではありません。家族といろいろなことを話し合っていくことが大切です。

人は必ず死を迎えます。
 歳をとり、身体が衰え頭も衰え、やがて死んでいくのです。人はいやなことには目をそむけてしまいがちですが、しっかりと正面で受け止め、考えたり、話し合ったりその過程に悔いを残さないようにしたいものです。

私の人生 私の旅立のときのために このエンディングノートは死を見つめ、自分自身の思いを書きとめていただきたいと思います。そんな思いから作成しました。家族のことを思い、自分自身のこれからのことを考えるきっかけになれば幸いです

ノ - トの作成にあたって

1 書き記すことのできる項目から書いてみましょう

全ての項目を書き込まなくても結構です。時間をかけてゆっくり考えなくてはいけないものもあります。答えられる時期がきたら、改めて書き加えましょう。

2 気持ちが変わることもあります

今のお気持ちから変わることもあります。以前に書き込んだものから変える場合には、その部分を消して新たな気持ちを書き記しても結構です。変更した場合には、その部分に日付を忘れずに書いておくことも必要です。

3 ご家族にもお見せして、お互いの気持ちを確認しましょう

このノートに書き記したことは、できるだけご家族の方にもお見せして、ご家族皆様とも話し合ってください。その時の本人の考えとご家族の意見は、必ずしも一致してないと思います。しかしながら、これから折にふれ何度か話題に出すようにされてもよろしいかと思えます。

ご家族が離れている場合には、機会を見つけてこのノ - トを見せるようにするといいいでしょう。ノ - トを見せることによって、ご自身の考え方も家族に知ってもらうことができますし、逆にご自身も家族の考え方を知ることができると思えます。

事情があって家族に託せない場合などは、友人知人などの信頼できる人に見せるといいでしょう。

4 いつでも見える場所に置きましょう

書き終えたノ - トは、その意思表示を実現させるためにも、いざというときにすぐに取り出せる場所に保管しましょう。そしてその場所をご家族にも知らせておきましょう。

5 必ず日付と署名をしましょう

このノ - トに記入し終わりましたら、もう一度読み直して、自らの気持ちを確認しましょう。その後、署名欄に、日付を記入し署名しましょう。

第1章 私の人生

最初に、生まれてから現在までの自分を振り返ってください。これは、人生を振り返ると同時に、ご家族にも歩んできた道のりを伝えることもできます。

出生について

名前 _____ 旧姓 _____

生年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____

血液型 _____ 型 _____

出生地 _____

居住地 _____

学校の思い出

小学校 _____ 小学校 _____ 年卒業 _____

得意科目 _____ 苦手科目 _____

楽しかった遊び _____

当時なりたかった職業 _____

特記事項 _____

中学校 _____ 中学校 _____ 年卒業 _____

得意科目 _____ 苦手科目 _____

課外活動(クラブ活動) _____

好きだった本 _____ 当時尊敬した人 _____

特記事項 _____

高等学校 _____ 高等学校 _____ 年卒業 _____

得意科目 _____ 苦手科目 _____

課外活動(クラブ活動) _____

熱中したこと _____ 当時流行したこと _____

特記事項 _____

その後の学校 _____ 年卒業(大学、専門学校等) _____

専門は _____

当時の夢は _____

特記事項 _____

学校生活で一番楽しかったことは _____

学校生活で一番心に残っていることは _____

学校生活で一番悲しかったことは _____

仕事の思い出

これまで就いた職業(職歴)

入退社の年度も
記入して下さい

勤めた会社名(部課名も)

勤めた場所

勤めた会社名(部課名も)

勤めた場所

勤めた会社名(部課名も)

勤めた場所

就業して一番嬉しかったことは

就業して一番心に残っていることは

就業して一番悲しかったことは

両親について

父親の名前

出生地

生年月日 年 月 日

父親の印象(思い出)

母親の名前

出生地

生年月日 年 月 日

母親の印象(思い出)

両親は現在どんな暮らしをしていますか

両親が亡くなっている場合には、没年月日、戒名(法名)、お墓(納骨堂)の場所を書いてください

兄弟について 亡くなっている場合には、没年月日、
戒名(法名)、お墓(納骨堂)の場所を書いてください

兄弟の名前

現在の住所

生年月日 年 月 日

兄弟の印象(思い出)

兄弟の名前

現在の住所

生年月日 年 月 日

兄弟の印象(思い出)

兄弟の名前

現在の住所

生年月日 年 月 日

兄弟の印象(思い出)

兄弟の名前

現在の住所

生年月日 年 月 日

兄弟の印象(思い出)

結婚と配偶者

配偶者の名前

出生地

生年月日 年 月 日

結婚記念日 年 月 日

あなたが相手を選んだ理由

子どもについて

名前

生年月日 年 月 日

命名の理由

どんなお子様でしたか

名前

生年月日 年 月 日

命名の理由

どんなお子様でしたか

名前

生年月日 年 月 日

命名の理由

どんなお子様でしたか

名前

生年月日 年 月 日

命名の理由

どんなお子様でしたか

子育てではどんな苦労がありましたか

家族で過ごした中で思い出に残っていること

現在の私

理由も記してみてください

趣味

好きな言葉

好みの色

好きな花

好きな季節

好きな音楽(曲)

印象に残った本

感動した映画

好きな食べ物

嫌いな食べ物

行きつけの店

思い出の場所

尊敬する人

好きなテレビ番組

好きなスポ - ツ

クラブやサークルに所属していますか

その他

これからの私

これからやってみたいことを選んでください(いくつでも結構です具体的に

旅行に行きたい: _____

健康について考えたい: _____

ボランティアをしてみたい: _____

働きたい: _____

スポ - ツを始めたい: _____

料理を習いたい: _____

パソコンを使えるようになりたい: _____

資格を取りたい: _____

短歌・俳句・川柳などを習いたい: _____

習い事をしたい: _____

趣味を持ちたい: _____

その他: _____

これからの人生の夢や希望を書いてください

病院・日常生活

健康保険証の保管場所:

診察券の保管場所:

通院している病院

病院名	受診科目	担当医名	電話	治療内容

使用している薬 飲み薬、貼り薬、目薬など

病院名	薬名	摂取方法	摂取量・時間	注意点

日常生活でお世話になっている店 介護レンタル、クリーニング、酒屋など

業者・店名	取扱商品	支払方法	電話	メモ

第2章 私の看護・介護と死について

老いや病や死は、誰にでも訪れます。目の前に訪れたときには、私たちは様々な選択をし、決断をしなければいけません。はじめにでも書きましたが、元気なうちに自分の意思をご家族と相談しながら問題を考えるようにしましょう。但しここで選択したことは、あくまでもご自身の希望です。ご家族の状況により、必然的に状況が変わることも、頭に入れておくことが必要でしょう。

要介護になった場合

自宅で介護してほしい 専門の施設で介護してほしい

特に希望はありません 家族に任せます

特記事項(希望する施設名など)

老人性認知症(痴呆)になった場合

自宅で介護してほしい 専門の施設で介護してほしい

特に希望はありません 家族に任せます

特記事項(希望する施設名など)

認知症(痴呆)になったらして欲しいこと・して欲しくないこと

認知症(痴呆)になった場合、資産管理をお願いしたい人

名前

電話

住所

延命治療について

延命治療をして欲しい 延命治療はやめて欲しい

快復の可能性があれば続けて欲しい

特記事項(具体的に希望することなど)

ガンなどの難病や不治の病と診断されたとき

一切知りたくない 病名・余命ともに教えて欲しい

病名のみ教えて欲しい

特記事項(具体的に希望することなど)

私の最期は

自宅で過ごしたい 病院や専門の施設で過ごしたい

特に希望はありません 家族に任せます

特記事項(具体的に希望することなど)

臓器移植について

臓器移植に同意します 臓器移植はしたくありません

家族に任せます 臓器提供意思表示カードを所持しています

(社)日本臓器移植ネットワ - ク

電話 03-3502-2071

命にかかわるような重大な病気になった時や、
長期的な介護が必要となった時のための費用を準備していますか

保険や貯金で準備している

内容を具体的にお書きください

準備していない

これから準備しようと思う

内容を具体的にお書きください

持病をお持ちの方や、過去に大きな病気をされた方は、
その内容をお書きください

第3章 私のお葬式

お葬式を行うためには、いろいろな選択をしなければならないことがあります。自分自身も残された家族も後悔しないよう、元気なうちにお葬式の内容について考えておきましょう。

お葬式をどう考えていますか(複数回答可)

- お葬式は故人を供養する大切な儀式
- お葬式は故人とお別れをする大切な儀式
- お葬式は故人との絆を再確認する大切な機会
- お葬式は遺族の悲しみを和らげるためのもの
- お葬式は故人の生きてきた証をあらわす場
- お葬式は見栄や世間体でするもの
- お葬式は意味のない習俗に過ぎない

お葬式への参列について

- 親しい人のお葬式には、必ず参列したい
- 親しい人のお葬式ほど、参列はしたくない
- さほど親しくない人のお葬式でも、できるだけ参列したい
- 親しくない人のお葬式には、あまり参列したくない

お葬式とお金

- お葬式には積極的にお金をかけるべきだ
- お葬式にはお金をかけることは悪いことではない
- お葬式にはお金をあまりかけるべきではない
- 遺された者に無理のかからないようにすべき
- その他()

お葬式はだれのためのもの

- お葬式は故人のために行うもの
- お葬式は遺族のために行うもの
- お葬式は故人の友人・知人のために行うもの

お葬式のあり方

- お葬式はもっと自由であっていい
- お葬式では故人の人となり表現すべきだ
- お葬式は伝統的なやり方で行うべき
- お葬式に演出は不要だ

その他、お葬式についての印象や、普段から考えていることがあれば、書き記してみてください

家族葬とは

家族葬とは故人と家族のお別れを最も大切にしたいスタイルの葬儀です。
本当に故人を知る方たちで、最後を送る一般会葬者と呼ばない葬儀です。
地域社会や職域社会とお別れの場を排除します。

家族葬のメリット

ゆっくりとしめやかに家族や身内だけでお別れの時を過ごせます。
葬儀の準備や手配にふりまわされず、静かに故人様を偲べます。
義理での会葬に気をつかわず、心から悲しんでくれる人たちだけでお送りできます。

家族葬のデメリット

実際にご親戚の方を、どこまでご案内するかということが、問題になります。
葬儀終了後に、ご自宅にお参りにこられる方がいらして、その対応に追われることもあります。
家族葬の場合には香典収入がほとんどありませんので、相対的な費用は安いですが、自己負担額が大きいのです。

遺言のこと

遺言証書の有無

有ります

公正証書遺言

公証役場名

電話

自筆証書遺言

秘密証書遺言

その他の証明書

有りません

遺言証書の保管場所

遺言証書の作成

年

月

日

岩見沢公証役場 岩見沢市4条西1丁目 22-1752

公正証書遺言

専門家である公証人が、遺言者本人の口述に従って公正証書として作成する遺言ですから、もっとも安全で確実といえます。無効になるおそれもありません。しかも原本は公証人役場に保管されますから二重に安全です。

自筆証書遺言

遺言する本人が日付、氏名から遺言書の全文までを、すべてを自筆で書き、捺印し残すものです。ただし、ミスや手落ちなどがあると大変。本人の直筆かどうかを裁判で争うケースもあります。遺言者が法律の専門家でない場合は避けたほうが無難です。

秘密証書遺言

メリットは遺言内容を遺言者本人だけの秘密にできること。秘密にしたまま封をし、公証人と二人以上の証人に本人の遺言書であることを証明してもらいます。ワープ口原稿も可です。

葬儀社・冠婚葬祭互助会の会員に

なっています なっていません

会社名 電話

会員証の保管場所

葬儀の生前相談(事前相談)・予約などを

しています していません

会社名 電話

担当者名

見積書を(取っている・取っていない) 保管場所

葬儀を依頼する会社を

決めています 決めてません

会社名 電話

見積書を(取っている・取っていない) 保管場所

自分のお葬式の規模について希望はありますか

盛大に 標準的に ひっそりと

自分のお葬式の形式について希望はありますか

密葬・家族葬 一般葬 社葬・団体葬

友人葬 儀式は不要 火葬のみ

どんな宗教でお葬式を行いたいですか

仏教で 神道で キリスト教で 無宗教で

菩提寺(神社・教会)がある 菩提寺(神社・教会)はない

ご宗旨

寺社教会名

電話

お葬式はどこで行いたいですか

ご自宅 寺社教会 自治会館(集会所)

斎場(斎場・家族葬ホール) その他 _____

喪主は誰にお願いしますか

名前 _____

葬儀委員長は立てますか

立てます 立てません
立てない場合には基本的には喪主様が挨拶します

肩書き・名前 _____ 電話 _____

葬儀委員長を立てない場合には故人様の経歴を司会で話すこともあります

葬儀費用は準備していますか

保険や預金で準備している 家族に任せます

具体的な内容 _____

遺影写真は準備していますか

遺影写真を準備している 家族に任せます希望はありません

保管場所 _____

デジタルデータはプリントしたものは、ほとんど不可です。写メ不可です。

お棺と一緒に入れてほしいものはございますか

あります 家族に任せます

具体的に _____

弔辞

依頼してください 必要ありません

肩書き・名前 _____ 電話 _____

肩書き・名前 _____ 電話 _____

肩書き・名前 _____ 電話 _____

お葬式の形式や演出などについて希望はありますか

一般的なお葬式でよい 質素にして欲しい

祭壇に沢山の花を飾って欲しい

飾って欲しい花

好きな音楽を流して欲しい

具体的に

生前に撮った写真やビデオなどで演出して欲しい

具体的に 保管場所

スライドショーとしてナレーションを入れて上映できます。

お葬式の式場に置いてもらいたい思い出の品がある

具体的に

祭壇にお飾りしたり、メモリアルコーナを設置することも出来ます。

その他・希望・要望

具体的に

供花・供物・香典

お受けします 辞退してください 家族に任せます

仏式でご葬儀をされたい方戒名(法名・法号)はどうしますか

生前戒名(法名・法号)を持っている

戒名(法名・法号)

戒名(法名・法号)は持っていない

普通の戒名(法名・法号)でいい ご先祖様と同じものにしたい

いい戒名(法名・法号)にしたい 戒名(法名・法号)はいらない
仏式で葬儀ができない場合も有ります

食事(会食) 通夜ぶるまいなど

仕出し店に依頼します 町内のご婦人に賄いをしてもらいます

豪華 標準的 質素

具体的に(店名・希望食材等)

精進落とし

持ち帰り料理にします 持ち帰り品にします 会食します

豪華 標準的 質素

具体的に(店名・希望等)

会葬返礼品(香典返し)

豪華 標準的 質素

具体的に(店名・希望等)

参列していただいた皆様にお礼を書いてみましょう

お葬式のときに会葬礼状に使用してもいいですし、心のこもった言葉を伝えましょう

ここに書ききれなかった場合には、別の紙に書いた原稿をお貼りください

第4章 私の埋葬と供養

あなたが亡くなった後、お墓を守ってくれる人はいますか

います

いません

仮に、お墓を守ってくれる人がいない場合には菩提寺などに相談しておくといいでしょう

自分が入るお墓もしくはお骨堂を持っていますか

持っている

霊園・寺院名

電話

霊園・寺院内での位置

持っていない

お墓(納骨堂)を購入する予定はありますか

近々探そうと思っている

現在のところ予定はない

死後、家族に任せる

まったく考えていない

埋葬する場所

先祖代々のお墓(納骨堂)へ納骨して欲しい

新しい墓を建立し、納骨して欲しい

永代供養にして欲しい

希望の場所

散骨して欲しい

(一般散骨・樹木葬・海洋葬)

希望の場所

散骨には各市区町村への届出が必要です

共同墓地に納骨して欲しい

希望の場所

特に希望はありません 家族に任せます

埋葬に関してその他の希望はございますか

お仏壇について

- 家の仏壇に祭って欲しい
- 本家の仏壇に祭って欲しい
- 新しく仏壇を購入して祭って欲しい
- お仏壇は不要です

追悼儀礼は

- 宗教の慣習にのっとり、決められたとおりに行って欲しい
- 家族の判断で行って欲しい
- 一切行わなくてもいい
- 特に希望はありません

法要は

- 一周忌までは全ての人にお知らせして欲しい
- 家族と親族だけに知らせて欲しい
- 不要です
- 特に希望はありません

その他の希望

形見分け・寄付

形見分け	1	2	3
品 物			
収納場所			
贈りたい人			
住 所			
電話番号			
E-mail			
メッセ - ジ			
メ モ			

寄 付	1	2	3
寄付者名	名乗る・匿名	名乗る・匿名	名乗る・匿名
品物・金額			
収納場所			
団体・組織名			
住 所			
電話番号			
E-mail			
メッセ - ジ			
メ モ			

寄付をご希望の場合には、ご自身で下記の団体などにお問い合わせください

岩見沢社会福祉協議会	0126 - 22 - 2960	あしなが育英会	03 - 3221 - 0888
ユニセフ募金	0120 - 88 - 1052	日本盲導犬協会	03 - 5452 - 1266
日本骨髄バンク	0120 - 445 - 445		

第5章 私の財産・その他
預貯金

預貯金・ファンド	1	2	3
金融機関名			
支店名			
電話番号			
口座種類	普通・当座・定期	普通・当座・定期	普通・当座・定期
口座名義			
口座番号			
預入金額・残高			
満期年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
通帳保管場所			
届出印鑑			
キャッシュカード	有・無	有・無	有・無

貸し金庫

金融機関名	支店名	電話
保管物		
入室カード・鍵保管場所		

メモ

年金・健康保険・生命保険

健康保険証力 - ト保管場所

年金手帳保管場所

国民年金基礎番号

厚生年金基礎番号

公的年金受取口座

生命保険	1	2	3
保険会社名			
担当者名			
電話番号			
生命保険種類			
証券保管場所			
満期年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
契約者名			
被保険者名			
受取人			
保険金額			
保険料支払方法			
支払い満了期日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
届出印鑑			

メモ

損害・傷害保険

損害保険	1	2	3
保険会社名			
担当者名			
電話番号			
保険名称			
証券保管場所			
満期年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
契約者名			
被保険者名			
受取人			
保険金額			
保険料支払方法			
届出印鑑			

傷害保険	1	2	3
保険会社名			
担当者名			
電話番号			
保険種類			
証券保管場所			
満期年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
契約者名			
被保険者名			
受取人			
保険金額			
保険料支払方法			
届出印鑑			

住居

鍵の保管場所

権利証・賃貸契約書の保管場所

共同住宅の場合、郵便受けの開錠方法

賃貸の場合

貸主名	電話	-	-
家賃	円/月	支払方法	
敷金		敷き引き	

所有マンションの場合

管理者名	電話	-	-
管理費	円/月	支払方法	

光熱費関係 契約者番号は、請求書などに記載されています

	契約者番号	電話番号	支払方法	自動引落の口座	支払日
電 気			支払・引落		日
ガ ス			支払・引落		日
水 道			支払・引落		日
灯 油			支払・引落		日

通信費関係 契約者番号は、請求書などに記載されています

	契約者番号	電話番号	支払方法	自動引落の口座	支払日
電話			支払・引落		日
会社名					
携帯電話			支払・引落		日
会社名					
インタ-ネット			支払・引落		日
会社名					
衛星放送			支払・引落		日
会社名					
NHK			支払・引落		日

不動産(土地・建物)

土地	1	2	3
所在地(地番)			
地目			
面積			
所有者1(持分)			
所有者2(持分)			
使用状況			
抵当権設定	有・無	有・無	有・無
遺言者への被相続人の記載	有・無	有・無	有・無
メモ			

建物	1	2	3
所在地(住居表示)			
床面積			
建物構造			
所有者1(持分)			
所有者2(持分)			
使用状況			
抵当権設定	有・無	有・無	有・無
遺言者への被相続人の記載	有・無	有・無	有・無
メモ			

株式

株・債権	1	2	3
銘柄			
株式数			
所得単価			
所得年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
名義			
預入証券会社名			
支店名			
電話番号			
預かり証保管場所			
届出印鑑			
遺言者への被相続人の記載	有・無	有・無	有・無

株・債権	4	5	6
銘柄			
株式数			
所得単価			
所得年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
名義			
預入証券会社名			
支店名			
電話番号			
預かり証保管場所			
届出印鑑			
遺言者への被相続人の記載	有・無	有・無	有・無

税金

個人確定申告

しています

していません

顧問税理士・公認会計士

います

いません

名前

電話

税金に関する資料の保管場所

	1	2	3
税金の種類			
納税額			
納付期限			
納付方法	一括・分割	一括・分割	一括・分割
	口座引落・個別納付	口座引落・個別納付	口座引落・個別納付
引落銀行口座			
メモ			

	4	5	6
税金の種類			
納税額			
納付期限			
納付方法	一括・分割	一括・分割	一括・分割
	口座引落・個別納付	口座引落・個別納付	口座引落・個別納付
引落銀行口座			
メモ			

車

ナンバープレート	車種	年式
ガレージ・保管場所		
鍵保管場所		
自動車税納付書(控)保管場所		
次回車検 年 月		
自動車任意保険証券保管場所		
任意保険会社名	支店名	
担当者名	電話	

車の修理工場

会社名	担当者名
住所	電話

賃貸ガレージの場合

契約書の保管場所		
ガレージ貸主名	電話	
ガレージ賃料	円/月額	支払方法

車の取り扱いについて

- 廃車にして欲しい
- 売却して欲しい
- 形見として乗って欲しい

乗って欲しい人 _____ 電話 _____

- 家族に任せます

ペット

ペットの名前	ペットの種類
血統書の保管場所	
通院している獣医	電話
服用している薬	
接種済みの予防接種	
食べ物の種類	
食事の回数	回/日 1回の食事量
散歩について	
好きなもの	
嫌いなもの	
飼育場の注意	

ペットの取り扱いについて

飼い主を探して欲しい

形見として飼って欲しい

飼って欲しい人

電話

家族に任せます

その他の希望

ローン

	1	2	3
借入先			
電話番号			
ロ-ン使途			
借り入れ金額			
利 率			
借り入れ年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
返済完了年月日	年 月 日	年 月 日	年 月 日
返済口座銀行名			
返済口座支店名			
返済口座種類	普通・当座	普通・当座	普通・当座
返済口座番号			
毎月の返済日	日	日	日
毎月の返済金額			
担 保	有 ・ 無	有 ・ 無	有 ・ 無
担保物件			
保証人	有 ・ 無	有 ・ 無	有 ・ 無
保証人の名前			
借り入れ残高			
借り入れ書類保管場所			
メモ			

クレジットカ - ド

	1	2	3
発行会社名			
カ - ド名			
電話番号			
カ - ド番号			
有効期限	年 月 日	年 月 日	年 月 日
決済日	日	日	日
決済銀行口座			
家族カ - ド 名前	有 ・ 無	有 ・ 無	有 ・ 無
カ - ド保管場所			
届出印鑑			

	4	5	6
発行会社名			
カ - ド名			
電話番号			
カ - ド番号			
有効期限	年 月 日	年 月 日	年 月 日
決済日	日	日	日
決済銀行口座			
家族カ - ド 名前	有 ・ 無	有 ・ 無	有 ・ 無
カ - ド保管場所			
届出印鑑			

会員退会・会員権手続き

会・施設名称			
連絡先名称			
会員番号			
住 所	〒		
電話 / E - mail	電話	E - mail	
保証金	有 ・ 無	保証金額	
保証金還付	有 ・ 無	還付内容	
会 費	有 ・ 無	会費金額	
会費支払方法			
会員証書類保管場所			
メ モ			

会・施設名称			
連絡先名称			
会員番号			
住 所	〒		
電話 / E - mail	電話	E - mail	
保証金	有 ・ 無	保証金額	
保証金還付	有 ・ 無	還付内容	
会 費	有 ・ 無	会費金額	
会費支払方法			
会員証書類保管場所			
メ モ			

第6章 私を支えてくれる方々

☎-してご利用下さい

家族・親族リスト

名前(ふりがな) / 続柄		続柄
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する
名前(ふりがな) / 続柄		続柄
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する
名前(ふりがな) / 続柄		続柄
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する
名前(ふりがな) / 続柄		続柄
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する
名前(ふりがな) / 続柄		続柄
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する
名前(ふりがな) / 続柄		続柄
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

☎-してご利用下さい

友人・知人リスト

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

ご近所リスト

会長名前 (ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

副会長名前 (ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

班長名前 (ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名前(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

関係会社・団体・サ - クルリスト

名称(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名称(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名称(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名称(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名称(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

名称(ふりがな)		
住 所	〒	
電話 / E - mail	電話	E - mail
携帯電話	電話	葬儀の連絡 する・しない・葬儀後に連絡する

思い出アルバム

タイトル

撮影日時

年 月 日

撮影場所

コメント

タイトル

撮影日時

年 月 日

撮影場所

コメント

エンディングノート 私の人生私の旅立ちのときのために

平成18年10月 初版発行
平成19年 3月 第二版発行
平成24年 7月 第三版発行

発行者
㈱ライフネット



岩見沢

公益社

岩見沢市4条東14丁目1番地

TEL 0126 22 0878

FAX 0126 23 0878

eメール lifenet@galaxy.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.kouekisya.com>