

Ending Note

名 前	
記入日	



私のエンディングノート

<目次>

私のこと Part I

私の基本情報
私の経歴
私の家族
連絡先
お気に入りの写真

お金のこと

預貯金・証券など
口座自動引き落とし
不動産
保険
クレジットカード他
年金・その他の資産
ID管理

医療・葬儀のこと

医療
終期医療
介護
葬儀
遺言・お墓

私のこと Part II

私の好きなこと・伝えておきたいこと
私の思い出
ペットのこと
大切な人へ
私へ
メモ



私の基本情報	入力日	
--------	-----	--

◆ 基本情報 ◆

フリガナ			
名前			
生年月日	記入時年齢 歳		
住所	〒		
本籍			
電話		FAX	
携帯電話番号		血液型	
携帯の名義人		キャリア	
メールアドレス	携帯		
メールアドレス	パソコン		
父の名称			
母の名称			
兄弟姉妹			
勤務先	名称・所属		
	所在地 〒		
	電話	FAX	

◆ 保険証・免許証・パスポート ◆

健康保険証	種類	記号番号
介護保険証	記号番号	
後期高齢者 医療被保険者	記号番号	
運転免許証	記号番号	
公的年金	種類 国民年金・厚生年金・共済年金・その他()	
	基礎年金番号	年金証書番号
パスポート	記号番号	
マイナンバー		

私の経歴

入力日

◆ 学歴・職歴・その他 ◆

年	月	学歴・職歴
年	月	資格取得・受賞歴・サークル・ボランティア活動など

私の家族	入力日	
------	-----	--

◆ 家族一覧 ◆

フリガナ		続柄	
名前			
生年月日	歳		
住所	〒		
電話		FAX	
携帯電話		血液型	
メールアドレス	携帯		
メールアドレス	パソコン		
勤務先・学校	名称・所属		
	所在地	〒	
	電話	FAX	
その他			

フリガナ		続柄	
名前			
生年月日	歳		
住所	〒		
電話		FAX	
携帯電話		血液型	
メールアドレス	携帯		
メールアドレス	パソコン		
勤務先・学校	名称・所属		
	所在地	〒	
	電話	FAX	
その他			

私の家族	入力日	
------	-----	--

◆ 家族一覧 ◆

フリガナ		続柄	
名前			
生年月日	歳		
住所	〒		
電話		FAX	
携帯電話		血液型	
メールアドレス	携帯		
メールアドレス	パソコン		
勤務先・学校	名称・所属		
	所在地	〒	
	電話	FAX	
その他			

フリガナ		続柄	
名前			
生年月日	歳		
住所	〒		
電話		FAX	
携帯電話		血液型	
メールアドレス	携帯		
メールアドレス	パソコン		
勤務先・学校	名称・所属		
	所在地	〒	
	電話	FAX	
その他			

連絡先

入力日

◆ 連絡先一覧 ◆

No.	名前	フリガナ	〒	住所	電話	関係・メモ
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

お気に入りの写真

入力日

写真貼り付け

◆ 写真データの保存場所 ◆

預貯金・証券など	入力日	
----------	-----	--

◆ 預貯金一覧 ◆

金融機関	支店名	種類	口座番号	名義人	暗証番号	備考(用途、届出印等)

◆ 証券口座一覧 ◆

証券会社	口座番号	名義人	連絡先	備考

◆ 株式一覧 ◆

銘柄	株式数	名義人	預入証券会社名	預かり証保管場所

◆ その他の金融資産(ゴルフ会員権・リゾート会員権・純金積立・プラチナ積立・持ち株会等) ◆

内容	取扱会社	名義人	連絡先	備考

口座自動引き落とし

入力日

--

[illegible]

不動産

入力日

◆ 不動産 ◆

所在地	
名義人	
用 途	
備 考	

所在地	
名義人	
用 途	
備 考	

所在地	
名義人	
用 途	
備 考	

所在地	
名義人	
用 途	
備 考	

保険	入力日	
----	-----	--

◆保険一覧◆

	1	2	3	4
保険名 (種類、商品名)				
保険会社名				
連絡先				
担当者				
証券番号				
請求する時				
契約者				
被保険者				
保険金受取人				
満期年月日				
保険料				
支払方法				
支払終了期日				
内 容 (保険金額・特約 など)				

◆メモ◆

※保険の種類は、生命保険・医療保険・個人年金保険・火災保険・地震保険・自動車保険・学資保険など

クレジットカード他	入力日	
-----------	-----	--

◆ クレジットカード一覧 ◆

カード名	カード番号	紛失時の連絡先	備考

◆ 電子マネー・ポイントカード・マイレージ一覧 ◆

カード名	カード番号	紛失時の連絡先	備考

◆ 借入金・ローン ◆

借入先	連絡先	借入日	借入額	用途、返済方法など	借入残高

ID管理	入力日	
------	-----	--

◆ 所有しているデジタル製品 ◆

製品名	メーカー名・商品名	パスワード	備考

◆ クラウドサービス ◆

サービス名	アカウント・ID	パスワード	共有

ID管理		入力日	
------	--	-----	--

◆ SNS・ブログ ◆

サービス名	ID	パスワード	備考

◆ その他のサービス ◆

サービス名	ID	パスワード	備考

医療	入力日	
----	-----	--

◆ かかりつけの病院 ◆

病院名		診療科名	
担当医師		電話番号	
受診内容など			
病院名		診療科名	
担当医師		電話番号	
受診内容など			
病院名		診療科名	
担当医師		電話番号	
受診内容など			
病院名		診療科名	
担当医師		電話番号	
受診内容など			

◆ 持病・常用している薬 ◆

病名・症状	薬の名前	いつ頃から

終期医療

入力日

◆ 告知の希望 ◆

<input type="checkbox"/> 病名・余命とも告知しないでほしい
<input type="checkbox"/> 病名だけ告知してほしい
<input type="checkbox"/> すべて知らせてほしい
<input type="checkbox"/> 家族にまかせる
理由

◆ 延命措置の希望 ◆

<input type="checkbox"/> できるだけ延命措置をしてほしい
<input type="checkbox"/> 助かる見込みがなければ延命措置は希望しない
<input type="checkbox"/> 延命措置は望まず、「尊厳死」を希望する
<input type="checkbox"/> 「尊厳死の宣言書」を作成した
<input type="checkbox"/> 公正証書 <input type="checkbox"/> 日本尊厳死協会 <input type="checkbox"/> 自分で作 保管場所
理由

◆ 余命わずかになったときの過ごし方 ◆

<input type="checkbox"/> 自宅で過ごしたい
<input type="checkbox"/> 病院で過ごしたい
<input type="checkbox"/> ホスピスで過ごしたい
<input type="checkbox"/> 家族にまかせる
理由

◆ 臓器提供・献体について ◆

<input type="checkbox"/> 臓器提供を希望しない
<input type="checkbox"/> 臓器提供の希望を臓器提供意思表示カードなどに記入している
保管場所
<input type="checkbox"/> 献体の登録をしている
保管場所
理由

介護	入力日	
----	-----	--

◆ 現在受けている介護サービス ◆

名称			
担当者		電話番号	
サービス内容			
名称			
担当者		電話番号	
サービス内容			
名称			
担当者		電話番号	
サービス内容			

◆ 介護をしてほしい人 ◆

<input type="checkbox"/>	配偶者
<input type="checkbox"/>	子供
<input type="checkbox"/>	介護の専門家
<input type="checkbox"/>	その他
理由	

◆ 介護が重くなったとき ◆

<input type="checkbox"/>	自宅で主に家族にお願いしたい
<input type="checkbox"/>	自宅で介護の専門家にお願いしたい
<input type="checkbox"/>	病院や施設で介護を受けたい 施設名:
<input type="checkbox"/>	家族にまかせる
理由	

◆ 介護の費用 ◆

<input type="checkbox"/>	年金や貯金など私の財産でやりくりしてほしい
<input type="checkbox"/>	保険に入っている
	保険会社
	連絡先
<input type="checkbox"/>	家族にまかせる
理由	

葬儀	入力日	
----	-----	--

◆ 葬儀について ◆

<input type="checkbox"/> できるだけ盛大な葬儀をしてほしい	理由
<input type="checkbox"/> 一般的な葬儀をしてほしい	
<input type="checkbox"/> 親族だけの葬儀(密葬)をしてほしい	
<input type="checkbox"/> 火葬だけでよい(葬儀は行ってほしくない)	
<input type="checkbox"/> 家族にまかせる	

◆ 葬儀の生前準備 ◆

<input type="checkbox"/> 何もしていない
<input type="checkbox"/> 特定の業者・団体に葬儀の内容を相談して、入会や契約などをした
業者名
担当者
電話番号

◆ 葬儀の費用 ◆

<input type="checkbox"/> 私の預貯金をあててほしい
<input type="checkbox"/> 保険金をあててほしい
保険会社
連絡先
<input type="checkbox"/> 特に準備していない

◆ 葬儀の宗教 ◆

<input type="checkbox"/> 特定の宗教・宗派で	理由
具体的に	
<input type="checkbox"/> 無宗教で	
<input type="checkbox"/> 家族にまかせる	

◆ 戒名 ◆

<input type="checkbox"/> あらかじめ戒名を用意している	理由
戒名	
<input type="checkbox"/> なるべくよい戒名を希望する	
<input type="checkbox"/> 標準的なランクの戒名をつけてほしい	
<input type="checkbox"/> 戒名はつけてほしくない	
<input type="checkbox"/> 家族にまかせる	

◆ その他葬儀に関する希望 ◆

--

遺言・お墓

入力日

◆ 遺言書について ◆

遺言書	<input type="checkbox"/> 自筆証書遺言を作成している
	<input type="checkbox"/> 公正証書遺言を作成している
	<input type="checkbox"/> その他
	<input type="checkbox"/> 作成していない
作成日	
保管場所	

◆ 遺言書関係者 ◆

遺言執行者		連絡先	
公証人		連絡先	
弁護士		連絡先	
税理士		連絡先	

◆ 遺産分割にあたっての希望 ◆

--

◆ お墓について ◆

<input type="checkbox"/> 先祖代々のお墓に入りたい
場所
<input type="checkbox"/> 生前に用意したお墓に入りたい
場所
<input type="checkbox"/> お墓を新たに購入してほしい
<input type="checkbox"/> 合祀の永代供養墓に入りたい
<input type="checkbox"/> 散骨してほしい
<input type="checkbox"/> 家族に任せる
<input type="checkbox"/> その他:

◆ 供養・法要についての希望 ◆

--

私の好きなこと・伝えておきたいこと	入力日	
-------------------	-----	--

◆ 私の好きなこと・ちょっと伝えておきたいこと ◆

(フリガナ) 名前の由来		※名前の由来
食べ物	※私の好きな食べ物・飲み物	
伝えたい 我が家の習慣	※伝えておきたい我が家の習慣・我が家の味	
イメージカラー	※私の好きな色、私の好きなイメージカラー	
言葉	※私の好きな言葉、座右の銘	
花	※好きな花と花言葉	
憧れの人	※私の憧れの人、尊敬する人、ちょっと書いておきたい人	
場所	※好きだった場所、大切な人と出会った場所、懐かしの風景	

私の好きなこと・伝えておきたいこと	入力日	
-------------------	-----	--

◆ 私の好きなこと・ちょっと伝えておきたいこと ◆

本	※私の好きな本、勧めたい本、影響を受けた本、励まされた本
スポーツ	※楽しかったスポーツの思い出、若い頃の記録、有名選手忘れられないスポーツシーン
音楽	※好きだった歌手・音楽家、思い出の曲、好きなアルバム
映画	※好きな映画、思い出の映画
趣味	※今、楽しんでいること
特技	※私のプチ自慢、私の子供自慢・孫自慢

私の思い出

入力日

◆ 忘れられない私の思い出 ◆

写真貼り付け

写真貼り付け

大切な人へ

入力日

◆ 大切な人へのメッセージ ◆



私へ

入力日

◆ 私へのメッセージ ◆



MEMO

入力日

◆ このページは自由にお使いください ◆

