

エンディングノート

2025.3.21

目次

Ⅰ 私のこと（私の経歴 「氏名・学歴・職歴・資格・免許など」）

・感謝のメッセージ（妻子供・孫・兄弟姉妹、友人、知人などに対して）

・私の経歴

・名簿 家族・親族

友人・知人

関係会社・団体（私が入会している協会、クラブ、同窓会、組合など）

ご近所

・家系図

・記念日（記念日・命日・慶弔の記録 身内、その他の慶事・命日など）

Ⅱ 私の家族へ いざという時のために

・住居、墓に多する考え方

・病院・日常生活

・看病と介護と死について

・もしもの時に連絡してほしい親戚および友人・知人

（A亡くなったらすぐに知らせる、B葬儀の日時を知らせる、C事後報告で知らせる）

・遺言のこと

・葬儀の希望

・埋葬

・供養

形見分け・寄付

Ⅲ 私の財産の記録

・不動産

・預貯金

・株式

・その他の金融商品 その他の資産（貴金属、宝飾品、美術工芸品、高額耐久消費財など）

・生命保険個人年金、年金・生命保険・健康保険

・損害・障害保険（火災保険・地震保険など）

・車

・税金（所得税・住民税・固定資産税・自動車税・その他）

・ローン

・クレジットカード

・会員退会・会員権手続き

Ⅴ 自分史

I 私のこと

・感謝のメッセージ

妻へ

子供・孫・兄弟姉妹へ

友人・知人へ

・私の経歴（年表）

- ・名簿 家族、親族、
友人、知人
関係会社・団体（私が入会している協会、クラブ、同窓会、組合など）
ご近所

・家系図

- ・記念日（記念日・命日・慶弔の記録 身内、その他の慶事・命日など）

II 私の家族へ いざというときのために

・住居と墓に対する私の考え方

・病院・日常生活

マイナンバーカード・健康保険証書の保管場所：_____

診察券の保管場所：_____

通院している病院

病院名	受信科目	担当医	TEL	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お店 ケアマネージャー・ヘルパーさん・介護用品レンタルなど

業者・店名	内容	支払方法	TEL	メモ

光熱費・NHK 関係

	契約者番号	TEL	支払方法	自動引落口座	支払日
電気					
ガス : なし					
水道					
NHK					

通信費関係

	電話	携帯電話	インターネット	ケーブル
会社名				
TEL				
契約者番号				
支払方法				
自動引落口座				
支払日				

・看病と介護と死について

1. 要介護になった場合

- ☐ 自宅で介護して欲しい →しかし自宅での介護が大変すぎるなら施設に変えて下さい。
- ☐ 専門の施設で介護して欲しい
- ☐ 特に希望はありません。家族に任せます。

2. 認知症になったらして欲しいこと・して欲しくないこと

3. 寝たきりや認知症になった場合、資産管理をお願いしたい人

名前：_____ TEL：_____

住所：_____

4. 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
☐ 回復の可能性があれば続けて欲しい

5. 癌などの難病や不治の病と診断された場合

☐ 病名を告知して欲しい

☐ 告知しないで欲しい

6. 尊厳死について

(日本での尊厳死はまだ法律で定められていません。自身の希望として記入してください。)

☐ 尊厳死を希望します

☐ 尊厳死は希望しません

☐ 特に希望はありません。家族に任せます

7. 私の最期は

☐ 自宅で過ごしたい

☐ 病院やホスピスなど専門の施設で過ごしたい

☐ 特に希望はありません。自宅希望だが、家族に任せます

8. 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

・もしもの時に連絡してほしい親戚および友人・知人

(A亡くなったらすぐに知らせる、B葬儀の日時を知らせる、C事後報告で知らせる)

・遺言のこと

1. 遺言証書の有無

☐ 有ります

☐ 公正証書遺言

公証役場名：_____

TEL：_____

☐ 自筆証書遺言

☐ 秘密証書遺言

☐ その他の証明書：。

2. 遺言証書の保管場所（遺族が探せるように具体的に記入）

3. 遺言証書の作成： 年 月 日

・葬儀の希望

1. 葬儀社・観光葬祭互助会の会員

☐ なっています

会社名： TEL：

会員証の保管場所：

☐ なっていません

2. 葬儀社の生前相談・予約など

☐ しています

会社名： TEL：

担当者：

☐ していません

3. 葬儀をする会社

☐ 決めています

会社名： TEL：

担当者：

☐ 決めていません

4. 葬儀の規模は

☐ 密葬☐ 家族葬☐ 一般葬☐ 社葬☐ 葬儀は不要

5. 葬儀の形式（宗旨・宗派）

☐ 仏式☐ 神式☐ キリスト教☐ 無宗教☐ その他

6. 宗教者は

☐ 決めています

名前： TEL：

☐ 決めていません

7. お通夜の場所

☐ 自宅☐ 斎場☐ ホテル☐ その他

8. 葬儀・告別式の場所

☐ 自宅☐ 斎場☐ ホテル☐ その他

9. 喪主を依頼したい人

名前：_____ TEL：_____

10. 葬儀委員長の希望

名前：_____ TEL：_____

▼次ページへ

11. 葬儀費用は

☐私が残した預貯金で支払って欲しい☐家族に任せます

12. 遺影

☐用意しているものを使って欲しい

保管場所：_____

☐特に希望はありません

13. 死装束

☐用意しているものを使ってください

保管場所：_____

☐特に希望はありません

14. 棺に入れて欲しいもの

保管場所：_____

15. 供花・供物・お香典

☐お受けします ☐お受けしますが_____に寄付してください☐辞退してください ☐家族に任せます

16. 弔辞

☐依頼してください ☐必要ありません

名前：_____ 間柄：_____ TEL：_____

名前：_____ 間柄：_____ TEL：_____

名前：_____ 間柄：_____ TEL：_____

17. 戒名

☐すでにあります 戒名：_____☐お願いしてください ☐必要ありません

18. その他葬儀に関する希望（音楽・花など）

・埋葬

1. 埋葬する場所

- ☐先祖代々の墓に納骨して欲しい 希望の場所： _____
- ☐新しい墓を建立し納骨して欲しい ⇒ 2～5へ
- ☐永大供養にして欲しい 希望の場所： _____
- ☐散骨して欲しい 希望の場所： _____
- ☐樹木葬にして欲しい 希望の場所： _____
- ☐特に希望はありません

2. 新しいお墓を建立する場所は

- ☐希望の場所に建立して欲しい 希望の場所： _____
- ☐家族に任せます

3. 墓石・お墓のデザイン

- ☐伝統的なお墓にして欲しい
- ☐オリジナルデザインにして欲しい
希望のデザイン： _____
- ☐特に希望はありません

4. 墓碑銘

- ☐家名だけでよい
- ☐メッセージを入れて欲しい 希望の墓碑銘： _____
- ☐特に希望はありません

5. 新しいお墓の費用

- ☐私が残した預貯金で支払って欲しい
- ☐家族に任せます

6. 副葬品は

- ☐選んであるものを入れて欲しい 希望の品： _____
- ☐家族出選んで入れて欲しい
- ☐不要です

7. その他の希望

・供養

1. お仏壇などについて

☐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

購入するお仏壇の希望（価格・型式など）

☐お仏壇は不要

2. 追悼儀礼は

☐宗教の習慣にのっとり決められたとおりに行って欲しい

☐自分の判断で行って欲しい

☐一切行わなくても良い

☐特に希望はありません

3. 法要は

☐1年目までは弔問をしていただいた方すべてにお知らせして欲しい

☐3年目までは弔問をしていただいた方すべてにお知らせして欲しい

その後何回忌まで法要を希望しますか？またどのように行って欲しいですか？

☐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

Ⅲ 私の財産の記録

鍵の保管場所	
権利書・賃貸契約書の保管場所	

・不動産

司法書士 名前：_____ TEL：_____

権利証保管場所： 貸金庫 哲 _____

土地	物件 1	物件 2	物件 3
所在地（地番）			
地目			
面積			
所有者 1（持分）			
所有者 2（持分）			
購入先及び購入単価			
購入証明・権利書保管場所			
使用状況			
抵当権設定			
遺言書への被相続人の記載			
メモ			

建物	物件 1	物件 2
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）		

・預貯金

預貯金	1	2	3	4
金融機関名				
支店名				

TEL				
口座種類				
口座番号				
残高				
通帳保管場所				
届出印鑑				
キャッシュカード				
メモ				

預貯金	5	6	7
金融機関名			
支店名			
TEL			
口座種類			
口座番号			
残高			
通帳保管場所			
届出印鑑			
キャッシュカード			
メモ			

貸金庫

金融機関名：	支店名：	TEL：
保管物：		
入出カード・鍵 保管場所：		

・株式

株・債権	1	2	3
銘柄			
株式数			
取得単価			
取得年月日			
名義			
預入証券会社名			
支店名			
TEL			
預り証保管場所			
届出印鑑			
遺言書への被相続人の記載			

株・債権	1	2	3
銘柄			
株式数			
取得単価			
取得年月日			
名義			
預入証券会社名			
支店名			
TEL			
預り証保管場所			
届出印鑑			
遺言書への被相続人の記載			

メモ：

・その他の金融商品 その他の資産（貴金属、宝飾品、美術工芸品、高額耐久消費財など）

・年金・生命保険・健康保険

生命保険	1	2	3
保険会社名			
TEL			
生命保険種類			
証券保管場所			
証券番号			
契約者氏名			
被保険者氏名			
受取人			
保険金額			
保険料支払方法			
支払い満了期日			
メモ			

・損害・障害保険

損害保険	4	5	6
保険会社名			
TEL			
保険名称			
証券保管場所			
満期年月日			
契約者氏名			
被保険者氏名			
受取人			
保険金額			
保険料支払方法			
照会窓口			
事故時連絡先			

・車

ナンバープレート：

ガレージ・保管場所：
鍵 保管場所：
自動車税納付書（控）の保管場所：
車検証、自動車任意保険証券保管場所：
保険会社：
TEL：

車の修理工場

会社名：

車の取り扱いについて ☐ 家族に任せます

・形見分け・寄付

形見分け：

	1	2	3
品物			

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			

・税金

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 名前：_____ TEL：_____
- ☐ いません

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			

	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			

契約内容一覧、

- ・ローン：
- ・クレジットカード：

	1	2	3
発行会社名			
カード名			
TEL			
カード番号			
有効期限			
決済日			
決済銀行口座			
家族カード 名前	有・無	有・無	有・無
カード保管場所			
届出印鑑			
メモ			

・会員退会・会員権手続き

会・施設名称			
会員番号			
連絡先名称			
連絡先住所			
TEL／メール			
会員証書類保管場所			
メモ			

会・施設名称			
会員番号			
連絡先名称			
連絡先住所			
TEL／メール			

会費	有・無	会費金額	

会・施設名称	水葉会（絵画勉強）		
会員番号			
連絡先名称	北山田小コミュニティハウス		
連絡先住所			
TEL／メール	045-591-8444		
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	
会費支払い方法			
会員証書類保管場所			
メモ			

Ⅳ 自分史

出生について（思い出すことなどなんでも書きましょう。）

氏名	
生年月日	
血液型	
出生地	
本籍地	
居住地	

学校の思い出（思い出すことなどなんでも書きましょう。）

小学校	
先生や友達	
好きだった科目	
遊び場所	
なりたかった職業	

中学校	
先生や友達	
得意だった科目	
クラブ活動	
好きだった番組・本	

高等学校	
先生や友達	
得意だった科目	
クラブ活動	
憧れていた芸能人	

--	--

大学	

仕事の記録

1 会社	
2 会社	
3 会社	

結婚

結婚月日		会場
家族名前	続柄	生年月日

嬉しかったこと

心に残っていること

哀しかったこと