

# Ending note

エンディングノート



～わたしからのラストメッセージ～


厚 木 市 版

大切な個人情報を記すノートとなりますので、  
自己管理責任の上、保管を頂きます様お願いします。







# はじめに





「エンディング」=(最期)のノートとは？



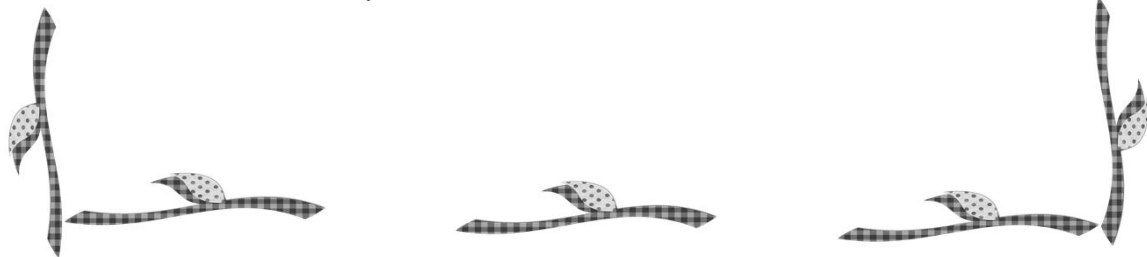

このノートの役割は、今までのあなたの人生の振り返りと、これから最期までをあなたらしく過ごすための準備ノートです。



気持ちを整理しながら書き留めることで、あなたの人生のエンディングに対する意思や想いはっきり見えてくることでしょう。



そして、このエンディングノートの存在が、あなたからの大切なラストメッセージになることを願っています。



## わたしについて

ふりがな				旧姓	血液型	型
名前						
住所						
本籍						
生年月日	年	月	日	出生地		

## わたしのあゆみ

年	月	学歴
年	月	小学校 卒
年	月	中学校 卒
年	月	高等学校 卒
年	月	専門学校・短期大学 大 学 卒
年	月	大学院 卒
年	月	職歴
年	月	
年	月	
年	月	資格・免許
年	月	
年	月	
年	月	

## わたしの家族・ペット

名 前	続 柄	名 前	続 柄

## わたしの親戚・友人

名 前	関 係	名 前	関 係

## わたしの病気

病 名	かかりつけの病院名	飲んでいる薬	その他 (アレルギー等)

## わたしのお気に入り

❖好きなことば

\_\_\_\_\_

❖好きな食べ物・飲み物

\_\_\_\_\_

❖好きな色

\_\_\_\_\_

❖好きな動物・植物

\_\_\_\_\_

❖好きな芸能人

\_\_\_\_\_

❖好きな音楽・歌手

\_\_\_\_\_

❖好きな本・作家

\_\_\_\_\_

❖好きな映画・俳優

\_\_\_\_\_

❖好きなスポーツ

\_\_\_\_\_

❖大切な宝物

\_\_\_\_\_

❖大切な日

\_\_\_\_\_

❖大切な思い出

\_\_\_\_\_

❖その他

\_\_\_\_\_

## わたしの趣味・特技

❖

\_\_\_\_\_

❖

\_\_\_\_\_

❖

\_\_\_\_\_

❖

\_\_\_\_\_

❖

\_\_\_\_\_

❖

\_\_\_\_\_



ここからは、  
もしも起こってしまったら・・・  
思いを伝えられなくなった時のことを考えて  
記入してみましょう。



## 介護について ~介護状態になった時に備えて~

介護状態になった時、だれに介護してもらいたいですか

- 家族 ( )
- 家族以外 ( )
- 特に希望はないため、家族の判断に任せる
- その他 ( )

介護状態になった時、どこで介護を受けたいですか

- 自宅で介護を希望
- 家族宅で介護を希望 ( )
- 施設で介護を希望 ( )
- 特に希望はないため、家族に任せる
- その他 ( )

介護の費用について

- 自分の資産でまかないたい
- 自分の資産が不足したら、家族・親族に負担してほしい
- 資産がないため、家族・親族に負担をお願いしたい
- その他 ( )





## 病気・延命治療について

～ 不治の病になった時の事を考えて～

### 治らない病と診断されたら

病名・余命の告知を望む

病名・余命の告知は望まない

まだ迷っている

その他 ( )

### 延命治療について

延命治療を望む

延命治療は望まない

助かる可能性があれば、延命治療を望む

家族の判断に任せる

わからない

### 臓器提供の意思について

臓器提供の意思がある

(心臓・肺・肝臓・腎臓・すい臓・小腸・眼球)

臓器提供の意思はない

家族の判断に任せる

わからない

### 献体を希望しますか

希望する (どこの病院: )

希望しない



## 葬儀について ~亡くなった時のために~

### 葬儀を希望しますか

希望する

希望しない (理由: )

### 葬儀をおこなう場所は

自宅

斎場 ( )

希望の場所がある ( )

特に希望はないので、家族に任せる

その他

### 葬儀の形式は

一般的な葬儀

家族葬

密葬

埋装ではなく自然葬を希望 (散骨・その他)

その他

### 喪主・施主について

配偶者 ( )

子 ( )

その他

## 遺影について

遺影に使用したい写真がある（写真貼付けあり）

特になし

## 棺に入れてほしいものがありますか

燃えるもの

ある（ ）

特に希望はないので、家族に任せる

## 葬儀にかけてほしい曲がありますか

ある（ ）

特に希望はないので、家族に任せる

## お墓について

先祖のお墓に納骨してほしい

すでに準備済のお墓に納骨してほしい

お墓を購入して納骨してほしい

準備していないので、家族に任せる

## その他 葬儀・供養についての希望

---

---

---

---

---

---

---

---

**遺言書について** ~残された家族のために~

遺言書はありますか

- ある
- ない

**形見について**

~あなたの大切な物をどなたに受け継ぎますか~

	記念の品	どなたに	どうしてもらいたい
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

写真を貼りましょう

～お気に入りの写真や遺影に使いたい写真を貼  
りましょう～

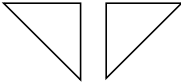


写真 1

写真 2

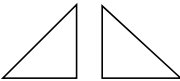


写真 3



# 感謝の思い

～お世話になった人に伝えたい言葉はありますか～

✿ 配偶者へ

---

---

---

---

---

---

---

---

✿ 子供へ

---

---

---

---

---

---

---

---

✿ 親族へ

---

---

---

---

✿ 友人へ

---

---

---

---

✿ その他


---

---


---




お わ り に




❁ ご自分のエンディング = (最期) について  
整理はできましたか？



❁ このノートは法的な効力はありませんので、  
ご注意ください。



❁ このノートは、なんどでも書き直しが出来ます。



❁ このノートを通じて、あなたの素敵なエンディング  
のお手伝いが出来ればうれしいです。







©厚木市

発行 厚木市  
編集 厚木市 福祉部 健康長寿課  
〒243-8511  
神奈川県厚木市中町3丁目17番17号  
電話(046)225-2220(直通)  
FAX(046)221-1640