

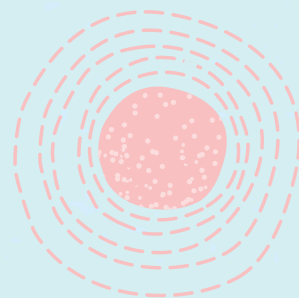
人生の棚卸しをはじめませんか

Ending Notebook

エンディングノート



OSAKA Certified
Administrative Procedures Legal
Specialists Association



エンディングノートは

あなたのこれからの人生を安心して過ごすために、

また、ご家族やあなたの大切な方の未来の安心のために重要なツールです。

元気なうちに少しずつ、人生の棚卸しをはじめませんか？

お名前

記入日

年

月

日

- 01 家族関係（法定相続人）の確認 p01
- 02 財産の確認 p02
- 03 もしものとき（介護・入院などについて）..... p03
- 04 もしものとき（葬儀について）..... p04
- 05 大切な人へのメッセージ p05



01 家族関係（法定相続人）の確認

まずは家族関係を確認し、誰が相続人になるのか確認しましょう。

相続人を明確にすることで、遺産分割の際に誰がどのような権利を持っているかがはっきりします。

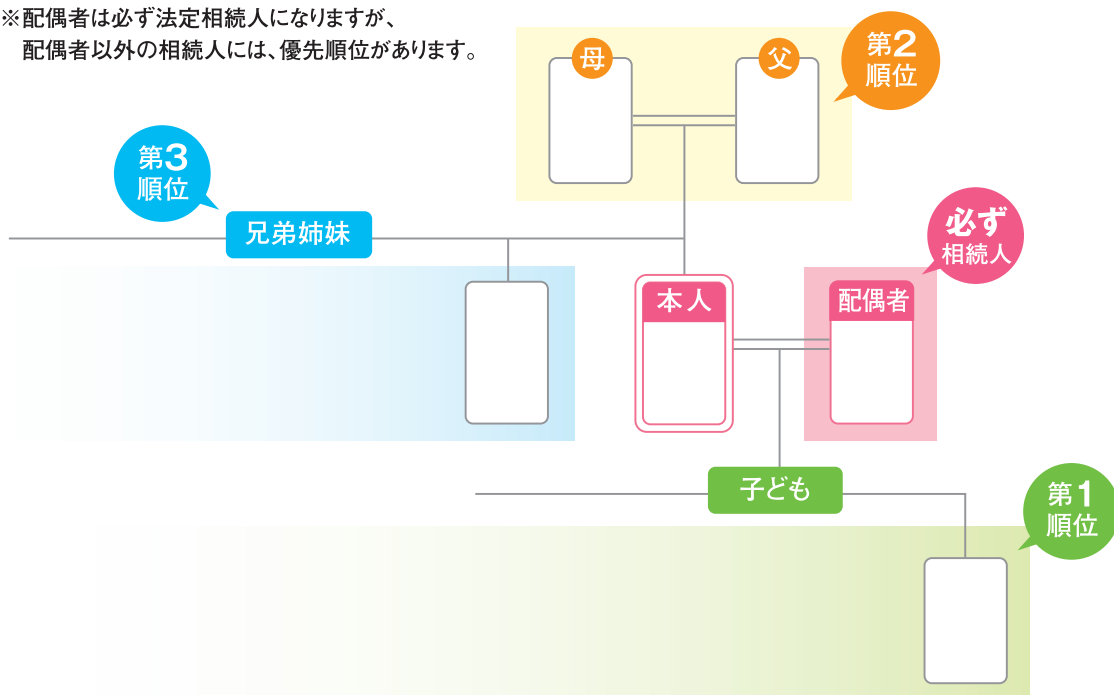
これにより、家族間の争いを避け、スムーズに手続きを進めることができます。

プロフィール

ふりがな	ふりがな			
名前	旧姓			
生年月日	年 月 日	干支	血液型	型
現住所				
本籍地	出身地			

家系図 誰が法定相続人になりますか？ご自身で家系図を書いてみましょう。そして、下記の「 法定相続人のルール」を参考に、ご自身の法定相続人に○をつけてみましょう。

※配偶者は必ず法定相続人になりますが、
配偶者以外の相続人には、優先順位があります。



法定相続人のルール

- 配偶者（夫または妻）は必ず法定相続人になる
- 子どもは法定相続人（第1順位）
- 子どもがいない場合、親が健在であれば親が法定相続人（第2順位）
- 親が亡くなっていれば兄弟姉妹が法定相続人（第3順位）
- 継子（自身と血縁関係のない配偶者の子ども）は、養子縁組している場合は法定相続人
- 子どもが既に亡くなっている場合、その人に子がいればその子（孫）が法定相続人
- 法定相続人であるはずの兄弟姉妹が既に亡くなっている場合、甥・姪が法定相続人

02 財産の確認

次に財産目録を作成しましょう。

どんな財産があるのか何も情報がないと残されたご家族はとても大変です。預貯金の整理や保険金の請求、不動産の名義変更などの手続きがスムーズにできるように一覧にしておくと便利です。

財産のこと

預 貯 金

銀行・信金	支店	普通・定期	口座番号
銀行・信金	支店	普通・定期	口座番号
銀行・信金	支店	普通・定期	口座番号
銀行・信金	支店	普通・定期	口座番号

保険・個人年金など

会社名	種類	証券番号	担当者名
会社名	種類	証券番号	担当者名
会社名	種類	証券番号	担当者名

不 動 産

所在地（自宅・賃貸・田畑・その他）

所在地（自宅・賃貸・田畑・その他）

クレジットカード

会社名	カード番号	セキュリティコード	引落日
会社名	カード番号	セキュリティコード	引落日

借入やローンなど

無し ・ 有り：詳細

株・投資信託など

預入証券会社名	商品名
無し ・ 有り	
預入証券会社名	商品名

貸金庫

無し ・ 有り：場所など

03 もしものとき（介護・入院などについて）

介護など手助けが必要となったときの希望について考えてみましょう。

あなたがどのような介護や医療を希望するかを記載することで、家族や医療スタッフがあなたの意向を尊重し、適切なケアを提供することができます。

介護が必要になった場合

- 私の介護について誰かが決めなくてはならない場合は、

名前

さん

連絡先

.....
の意見を尊重してください。

- 介護の場所などの希望は？

- ☐ 自宅で、家族にお願いしたい ☐ 自宅で、ヘルパーなどのプロにお願いしながら、家族と暮らしたい
☐ 病院や施設に入りたい ☐ すべて家族に判断を任せる
☐ その他（ ）

- 認知症になって財産管理ができなくなったら、管理方法は？

- ☐ 家族にお願いしたい ☐ 専門家にお願いしたい

☐ この人にお願いしたい 名前 続柄 連絡先

- 介護について「してほしいこと」「してほしくないこと」、介護してくれる人に伝えたいこと

.....
.....

病気になったとき、入院した場合

- 病名・余命の告知について

- ☐ 病名・余命とも、ありのまま告知してほしい ☐ 病名だけ告知してほしい
☐ 病名・余命とも告知しないでほしい ☐ 家族（ ）の判断に任せる
☐ その他（ ）

- 終末医療（痛みや苦痛の緩和）について

☐ 希望する ☐ 希望しない ☐ その他（ ）

- 延命治療と尊厳死について

- ☐ できるだけ延命治療をしてほしい ☐ 苦痛の緩和治療だけして延命治療はしないでほしい
☐ 家族（ ）の判断に任せる
☐ 尊厳死宣言公正証書などの書面を作成している（保管場所： ）
☐ その他（ ）

04 もしものとき（葬儀について）

次に、自分が亡くなった後について希望があれば記載してみましょう。

あなたがどのような葬儀を希望するかを明確にすることで、あなたの意向を尊重し、
家族が迷わずに葬儀を進めることができます。

葬儀のこと

● 葬儀の実施について

- ☐ してほしい ☐ してほしくない ☐ しなくてよい。するならお金をかけずに ☐ 家族に判断を任せる
☐ 互助組合などに加入している(名称: _____ 連絡先 _____)
☐ その他 _____

● 葬儀の規模について

- ☐ 密葬 ☐ 家族葬 ☐ 一般葬 ☐ 社葬 ☐ 直葬(火葬)
☐ その他 _____

● 葬儀の費用について

- ☐ 用意していない ☐ 私の預貯金を使ってほしい

● 葬儀の形式について

- ☐ 仏式 ☐ 神式 ☐ キリスト教式 ☐ 無宗教
☐ 宗派または、その他の希望 _____

● 香典について

- ☐ お受けする ☐ 辞退する ☐ 家族に判断を任せる

● 葬儀で使ってほしいもの

- ☐ 花 _____
☐ 音楽 _____
☐ 遺影 _____
☐ 着衣 _____
☐ 副葬品 _____
☐ その他 _____

05 大切な人へのメッセージ



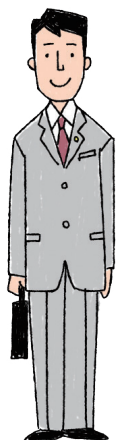
エンディングノートは、残された人たちが困らないように、
また、自身が人生を振り返ってさまざまなモノやコトを整理するために書くものニャ。
書くだけでは伝わらないから、信頼できる人に託すことを忘れずに。
遺言書の代わりにはならないから要注意ニャ!

私は、このエンディングノートのほかに「遺言書」を

☐ 作成していません ☐ 作成しています(作成日: 年 月 日)

その「遺言書」の種類は

☐ 自筆証書遺言(法務局へ保管申請 している・していない)
☐ 公正証書遺言 ☐ 秘密証書遺言



**遺言書の作成や、相続手続きに関してお困りの際は、
行政書士にご相談ください。**

行政書士がお手伝いできること

- ご相談の受け付け
- 遺言書の作成
- 遺言執行者
- 相続関係説明図の作成
- 財産目録の作成
- 任意後見契約
- 継続的見守り契約
- 財産管理委任契約
- 死後事務任意契約 など

大阪府行政書士会館では第1・3水曜日に無料相談会を開催しています。

第1水曜日 遺言・相続、成年後見、入管・国際業務、帰化

第3水曜日 遺言・相続、成年後見、契約書・消費者契約、
内容証明、社内規程、企業法務、法人設立・運営
(社団・財団、NPO、協同組合、社会福祉、会社等)

無料相談会については、
無料相談会カレンダー
(右記二次元コードから)を
ご確認の上、お越しください。



※各市・区役所でも無料相談会を開催しています。
合わせてご利用ください。



大阪府行政書士会

〒540-0024 大阪市中央区南新町1丁目3番7号
(地下鉄谷町線「谷町四丁目」駅4番出口から徒歩4分)

TEL.06-6943-7501(代表)

FAX.06-6941-5497

<https://www.osaka-gyoseishoshi.or.jp/>

