

①聞いて書く「プロフィール」

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

1.名前を教えてください (_____)

名前の由来は何ですか? (_____)

2.血液型を教えてください (_____)

3.生年月日を教えてください (_____ 年 _____ 月 _____ 日)

4.住所を教えてください (〒 _____)

5.電話番号を教えてください (_____ - _____ - _____)

6.出身地を教えてください (_____) (旧姓 _____)

7.緊急時の連絡先はどなたですか? (名前 _____)

(電話番号 _____ - _____ - _____)

8.今かかっている病気はありますか?

(病名 _____ 病院名 _____)

(病名 _____ 病院名 _____)

(病名 _____ 病院名 _____)

9.思い出してみましよう。ご主人(奥様)との出会いは何ですか?

(_____)

10.感謝の気持ちを伝えるとしたらどなたに伝えたいですか?

(_____)に

(_____)

②聞いて書く「介護の希望」

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

1.どんな時から介護が必要だと思いますか？

- ・ひとり暮らしになったときの「家事支援」
- ・車いすが必要になった時の「生活支援」「身体介護」
- ・認知が始まった時の「生活支援」「身体介護」

2.介護が必要になった時、どこで介護されたいですか？

出来る限り自宅で ・ 子どもの家 ・ 病院 ・ 介護施設

その他（ _____ ）

理由はありますか？（ _____ ）

3.誰に介護されたいですか？

配偶者 ・ 子ども（ _____ ） ・ 親類（ _____ ）

訪問看護 ・ 施設での介護

その他（ _____ ）

理由はありますか？（ _____ ）

③聞いて書く「医療の希望」

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

1.食事が口から取れなくなった時、どういう治療を受けたいですか？

治療を希望しない

治療を希望する (点滴 ・ 鼻からチューブ ・ 胃ろう)

理由がありますか？ ()

2.延命治療を希望しますか？

- 治療を希望しない。
- 呼吸が苦しくなったら「酸素吸入器」を希望する。
- 自力呼吸ができないときに「人工呼吸器」を希望する。
- 心臓が止まったときに「心臓マッサージ」「電気ショック」を希望する。
- 「脳死」になっても心臓が止まるまでは延命治療を希望する。

理由がありますか？ ()

3.最期のときに側にいて欲しい人（何人でも可）は誰ですか？

()

理由がありますか？ ()

④聞いて書く「葬儀の希望」

記入日 年 月 日

1.亡くなった後、どこで過ごしたいですか？（お通夜の場所）

自宅 ・ 葬儀社 ・ その他（ ）

理由はありますか？（ ）

2.葬儀はどこでしたいですか？

自宅 ・ 葬儀社 ・ その他（ ）

理由はありますか？（ ）

3.どのような葬儀を希望しますか？

- ・ 家族や親しい方ほか皆様に来てほしい（一般葬）（新聞に掲載）
- ・ 近親者だけで行い、一般の方の参列は希望しない（家族葬）（非掲載）
- ・ 葬儀を希望しない

理由はありますか？（ ）

4.誰に喪主をして欲しいですか？（ ）

理由はありますか？（ ）

5.菩提寺はありますか？ ある（寺院名・場所）

ない → 希望の宗派（ ）

6.仏教の場合、「戒名の希望」「導師様の数」などありますか

（ ）

7.棺に入れて欲しいものはありますか？

（ ）

⑤聞いて書く「相続の希望」

記入日 年 月 日

1. 保険をかけていますか？

保険会社（ ） 種類（ ）

保険会社（ ） 種類（ ）

保険会社（ ） 種類（ ）

2. 不動産はありますか？

[]

3. 銀行預金はありますか？

銀行名（ ） 種類（ ）

銀行名（ ） 種類（ ）

銀行名（ ） 種類（ ）

4. 証券はありますか？

証券会社（ ） 担当者（ ）

証券会社（ ） 担当者（ ）

5. 財産を誰に相続させたいですか？

相続についての希望はない（法定相続で構わない）

相続について希望がある

6. 遺言書は作成していますか？

ある（自作のもの ・ 公正証書遺言 ・ その他）

ない（注：相続について法定ではない希望がある場合は遺言書が必要です。）

⑥残しておこう「遺影」「メッセージ」

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

1.遺影を用意していますか？

用意している（どこにありますか？ _____）

ない

2.「用意している」方、その写真について教えてください。

いつの写真ですか？（ _____）

どこで撮った写真ですか？（ _____）

写真を撮った時のエピソードがあれば教えてください。

（ _____ ）

3.「用意していない」方に

これまで撮った写真の中から選びたい。

※実際に選んだら「質問 2」に戻ってください。

これから写真を撮りたい。（どんな写真が撮りたいですか？）

※具体的に撮影まで計画しましょう。

4.大切な人たちへのメッセージ

※紙に書いても手紙にしても、録音してもビデオにしても構いません。

残される大切な方へのメッセージを残しましょう。

できれば、年に 1 回程度見直して更新しましょう。

⑦考えよう「デジタル終活」

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

1.どんなデジタル製品(スマホ、パソコン、タブレットなど)を持っていますか？

携帯電話 ・ スマートホン ・ タブレット ・ パソコン

2.親しい方の電話番号をどこに登録していますか？

携帯やスマホのみ ・ 紙で「電話番号」を残している

3.「携帯・スマホのみ」の方、その番号を第三者が見られますか？

- ・ 個人情報なのでパスコードなどで見られないようにしている
- ・ 誰でもが見られるようにしている

<考えてみましょう>

あなたに何かあったとき、あなたの親しい方に連絡をしたくても、携帯やスマホにしか登録されていないければ、そして、パスコードがないと開くことが出来なければ連絡することができません。

「紙」に残すか、もしもの時のために「パスワード」「ID」などが家族に伝わるようにしましょう。

4.タブレット・パソコンのログインは誰でもできますか？

パスワードがないとログインできない ・ 誰でもログインできる

<考えてみましょう>

大切な書類をすべてパソコン管理にしていますか？

もしもの時のために「パスワード」「ID」などが家族に伝わるようにしましょう。

5.ネットバンクを利用していますか？

- ・ 利用している (家族も知っている ・ 家族は知らない)
- ・ 利用していない

<考えてみましょう>

通帳のないネットバンクでは、口座の存在を家族が知らなければ相続することができません。もしもの時のために「パスワード」「ID」「アカウント」などが家族に伝わるようにしましょう。

6.FX（外国為替証拠金取引）を行っていますか？

- 行っている（ 家族も知っている ・ 家族は知らない ）
- 利用していない

<考えてみましょう>

たとえあなたが亡くなっても、アカウントが開かれるまでの間にも取引は続いています。もしもの時のために「パスワード」「ID」「アカウント」などが家族に伝わるようにしましょう。

6. SNS を利用していますか？

- 利用している（ 家族も知っている ・ 家族は知らない ）

ブログ、フェイスブック、ツイッター、インスタグラム

その他（ ）

- 利用していない

<考えてみましょう>

たとえあなたが亡くなっても、あなたの書いたものはアカウントを抹消しない限り残り続けます。すでに亡くなっているのに誕生日にコメントが来たら、家族はどう感じるでしょう。

もしもの時のために「パスワード」「ID」「アカウント」などが家族に伝わるようにしましょう。

元気な間に「仕事上のもの」「死後家族に残したいもの」「死後抹消したいもの」

に分けて保管し、死後どうして欲しいのかを身近な方に伝えておきましょう。