

新しいエンディングノートができました！



1. 新しいノートを書く時のポイント

書けるところから書く！

今の時点での気持ちでいい！（あとから書き直していい）

空欄があってもいい！

2. エンディングノートとは・・・？

40歳以上の市民の
8割が知っています！

エンディングノートとは、自分に「もしも」のことがあったときに、自分自身と大切な人のために、療養の場所や延命治療などの希望について、自分の意志を示しておくものです。エンディングノートを記入することで、自分の人生を振り返る機会にもなり、これからの人生を考えるきっかけにもなります。

3. 実際にエンディングノートを書いた人の声

人生を見つめ直すことで、当たり前のように仕事ができることや、家族といられることが幸せに感じられました。

自分の金銭面での不安が浮き彫りになり、「家族につらい決断をさせてはいけない」と感じました。



母が書いたエンディングノートを見て、「意外と母のことを知らなかった。」ということに気づきました。

終活のつもりで書いてみたら、「夢を叶えたい！」という想いが強くなりました。

4. 新しいエンディングノートってどんなノート？

3部構成（3冊で1セット）のノートになっています。

好きなところから書いてみましょう！

第1部：「これからの私」

基本情報、思い出、これからやりたいこと などが書けるノート

第2部：「もしものときのために備えたい」

健康のこと、介護のこと、人生の最期について などが書けるノート

第3部：「大切な人に伝えたい」

遺言書のこと、葬儀のこと、財産のこと などが書けるノート



5. エンディングノートはどこにあるの？

いつでも気軽にお持ち帰りください。

設置場所・・・

すこやかセンター、市役所、各圏域地域包括支援センター、各地区会館、図書館、エルセンター、北公民館、駅前総合案内所 など

ぜひ一度、

エンディングノートを書いてみませんか？



〈お問い合わせ先〉

守山市在宅医療・介護連携サポートセンター（すこやかセンター内）

住所：守山市下之郷三丁目2番5号

電話：077-581-0340 FAX：077-581-0203

E-mail：chiikihokatsu@city.moriyama.lg.jp