

大切な人に伝えたい

自分が亡くなったあと、家族や大切な人にできるだけ迷惑をかけたくない考える人は多いのではないのでしょうか。

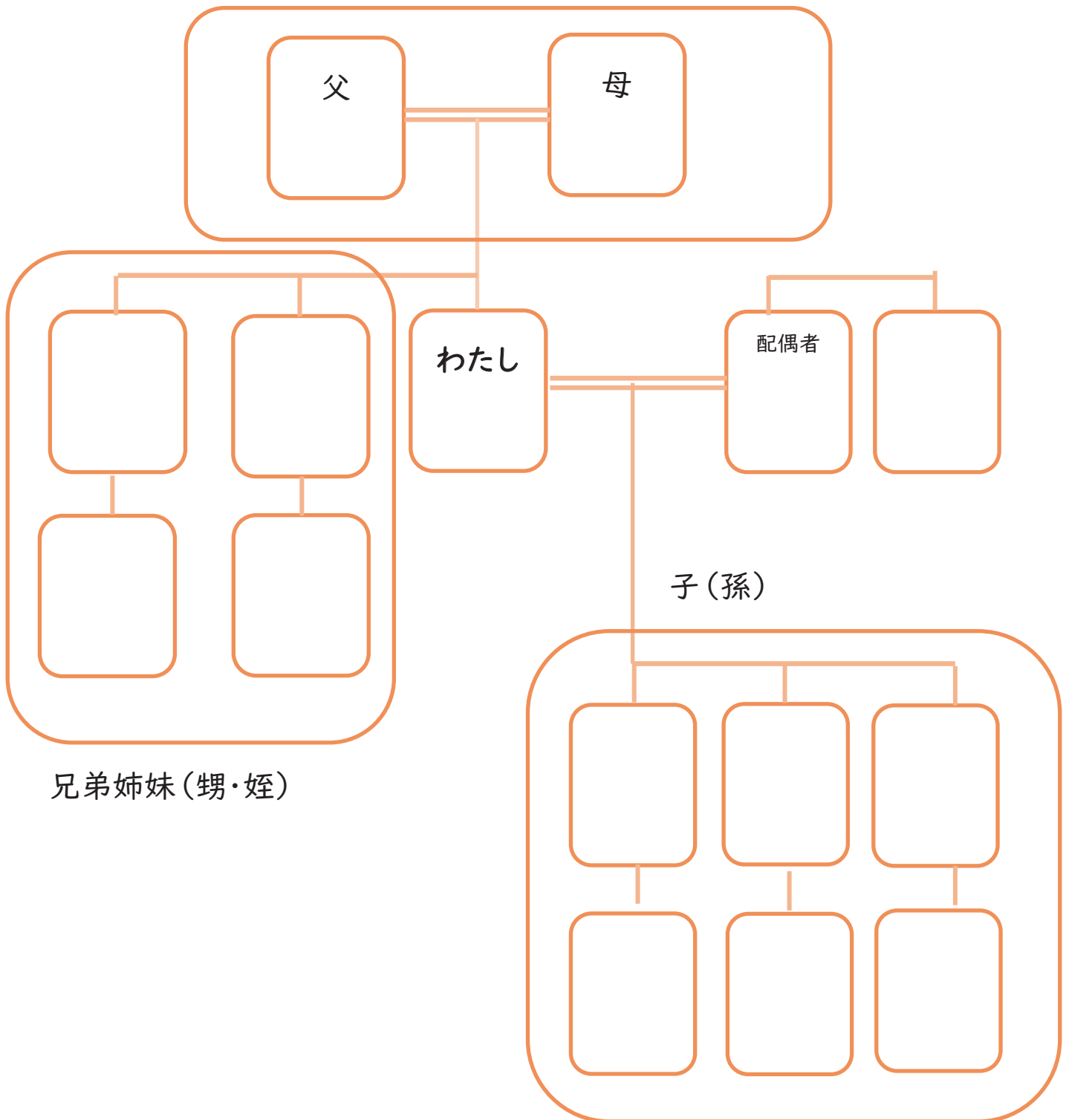
残される家族などは、悲しみの中で葬儀やお墓についての決断を次々と迫られます。

今のうちから、どのようなお別れをしたいかなど、あなたの希望を残しておく、家族などが行う判断の助けになります。

また家族や大切な人に、日頃は言葉では、なかなか伝えられない感謝の気持ちも一緒に残しておきましょう。

私の大切な人たち

親



もしものときの連絡先

「私」が亡くなったとき、連絡して欲しい家族・親族や友人の連絡先を
まとめておきましょう。

親族の連絡先

氏名	続柄	住所・電話番号	備考
		〒 ☎	
		〒 ☎	
		〒 ☎	
		〒 ☎	
		〒 ☎	

関係者（友人・知人）の連絡先

氏名	間柄	住所・電話番号	備考
		〒 ☎	
		〒 ☎	
		〒 ☎	
		〒 ☎	

大切な人に伝えたいこと

家族や大切な人にこれまでの感謝の気持ちや伝えたいことを書きましょう。

記入日 年 月 日 (歳)

記入日 年 月 日 (歳)

^

記入日 年 月 日 (歳)

^

記入日 年 月 日 (歳)

財産のこと

保険 生命保険・年金保険・傷害保険・火災保険など

保険会社名	種類・証券番号	契約者 被保険者名
㊦	保管場所（ ）	
㊦	保管場所（ ）	
㊦	保管場所（ ）	
㊦	保管場所（ ）	
㊦	保管場所（ ）	

預貯金

金融機関名 支店名	口座番号	フリガナ 口座名義人
㊦	保管場所（ ）	
㊦	保管場所（ ）	
㊦	保管場所（ ）	
㊦	保管場所（ ）	

財産のこと

土地・不動産・株・公社債など

名称・銘柄・内容等	名義	備考

借入金・債務保証・ローンなど

関係機関名	種類	所在地	名義	備考

コラム

デジタル終活のすすめ

デジタル終活の手順

- ①所持しているデジタルデータをリストアップする。
- ②『残すデータ』と『処分するデータ』に分ける。
- ③『残す』データや ID・パスワードなどの情報をエンディングノートにまとめる。

「スマホが開かない!」

一番困ることは、スマホのロックが解除できないことです。

デジタル遺品のトラブル対策として生前にパスワードを家族や大切な人に共有する仕組みが必要です。真っ先にすべきことは、家族や大切な人への(特にスマホ)パスワードの保管場所の共有です。パスワードのヒントなどを書いた紙を財布や通帳などに挟んでおくのも一つの方法です。(財布や通帳は、残された遺族が確認する可能性が高いです)

デジタルデータのこと

現在利用されている、各種インターネットサービスのアカウント情報などを整理しましょう。

《注意》悪用される恐れがありますので、パスワードは絶対記入せず、パスワードのヒントを書きましょう。（例）母親の旧姓など

携帯電話のこと

契約会社	電話番号	名義人
パスワードのヒント	メールアドレス	備考

パソコンのこと

設置場所など	パスワードのヒント	メールアドレス
プロバイダ名	プロバイダの連絡先	備考

SNS 等の情報のこと

利用サイト名	登録メールアドレス	アカウント・ID	パスワードのヒント	備考

オンライン口座(銀行・株式など)や有料サービスの契約の情報のこと

利用サイト名	登録メールアドレス	アカウント・ID	パスワードのヒント	備考

写真・動画・住所録などのデータについて

データの内容	保管先	アカウント・ID	パスワードのヒント	備考

財産管理のこと

◎自分で財産の管理ができなくなったら、財産の管理を誰にお願いしたいですか？

① 配偶者

②子 ()

③ 兄弟・姉妹 ()

④親族 ()

⑤ 任意後見人を利用する※

⑥特にいない

※「任意後見人」とは

現在は判断力のある人が、将来認知症などで判断能力が低下したときに、財産管理や公的手続などの法律行為を本人に代わって行う人です。十分な判断能力があるうちにあらかじめ、自分自身で決めておき、公証人が作成する公正証書で契約を結んでおきます。

記入日 (誕生日やお正月などの節目)	該当する 番号	私の思いを記入しましょう
年 月 日 (歳)		
年 月 日 (歳)		
年 月 日 (歳)		

◎成年後見制度を利用したいですか？ 記入日 年 月 日 (歳)

「成年後見制度」とは

認知症、知的障害、精神障害などの理由で、判断能力が不十分な人が、経済的な不利益等を受けないよう支援する制度です。判断能力の程度により、「後見」「保佐」「補助」の3つに区分されており、家庭裁判所によって選ばれた成年後見人などが、本人の利益を考えながら、本人を代理して財産管理や日常生活での契約などの支援を行います。

☐ 利用したい

☐ 利用したくない

遺言書のこと

遺言書について

遺言書は作成していますか？		☐ している	☐ していない
---------------	--	-------------------------------	--------------------------------



遺言書の形式	
☐ 自筆証書遺言	☐ 公正証書遺言 ☐ 秘密証書遺言
遺言書の保管場所	
具体的に	
一番新しい遺言書作成日	
年 月 日	
遺言書作成に関わった人の連絡先（弁護士・税理士・遺言執行人・公証人など）	
名前	職業
住所	
電話番号	携帯電話
備考	

遺言書作成などについての相談先	令和7年3月時点
滋賀弁護士会（要予約）遺言・相続・成年後見・消費者問題・借金保障問題など法律相談全般	☎ 077-522-3238
滋賀県司法書士会・・・相続・登記・成年後見・身近な法律問題	☎ 077-525-1093
公証役場（要予約）・・・公正証書遺言の作成・相談	大津公証役場 ☎ 077-523-1728 近江八幡公証役場 ☎ 0748-33-2988

葬儀のこと

葬儀の実施について

☐ してほしい ☐ しなくてもよい （ 思い ）



（場所） ☐ 自宅 ☐ 葬儀場 ☐ その他（ ）

（宗教・宗派） （ ）

（菩提寺・宗教団体の連絡先）

（ 名 称：
所 在 地：
電 話 番 号：
）

（内容） ☐ 家族葬 ☐ 一般的に ☐ 盛大に

（その他） （ 例：葬儀でかけて欲しい音楽や好きな花、イメージなど ）

葬儀の業者

☐ 生前予約している（ ）

☐ 会員になっている（ ）

☐ 特に決めていない

棺と一緒に入れてほしいものがある

☐ はい ☐ いいえ



入れてほしいもの （ ）

遺影用の写真を用意している

☐ はい（保管場所 ）

☐ いいえ

お墓の用意をしている

☐ はい（場所 ）

☐ いいえ

証明書・年金・ライフラインのこと

保険証・身分証明書など

名称	記号・番号	保管場所・その他
健康保険証		
介護保険証		
運転免許証		
パスポート		
マイナンバーカード		

公的年金

基礎年金番号	加入している・加入したことのある年金の種類
	国民年金 ・ 厚生年金 ・ 共済年金 その他（ ）

ライフライン

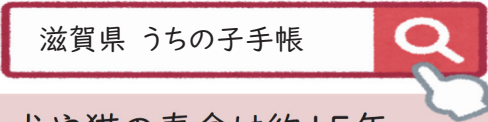
名称	会社名	電話番号	備考
電気			
ガス			
水道			
固定電話			
新聞			

ペットのこと

名前		種類	
生年月日	年 月 日生	性別	オス・メス
血統書	☐ あり (保管場所) ☐ なし		
接種済みの予防接種			
避妊・去勢手術	☐ あり ☐ なし		
かかりつけ 動物病院	病院名	連絡先	
ペット保険	保険会社名	連絡先	
普段のエサ			
嫌いなエサ			
世話ができなくなった時に お願いする人・団体	氏名	連絡先	
備考 (飼育場所・性格・くせ 他)			

ご存知でしょうか？ペットのエンディングノート

ペットのエンディングノートは、ペットが幸せで健康な生活を送るための情報を整理する重要な手段です。また飼い主の緊急時に備えて、ペットの最善なケアを確立するためにも役立ちます。



犬や猫の寿命は約15年。
自分に、もしものことがあった場合に備え、準備しましょう。

- ①預かってもらえる人に、ペットのことをよく知ってもらうために、好きな餌などの情報を記入しましょう。
- ②預かってもらえる人の情報を書きましょう。
- ③家族や周りの人にこのノートに書いていることを伝えましょう

