

ENDING NOTE

～もしものときに備えて、自分のために、大切な人のために～

< 目 次 >

《自分のために》

プロフィール・・・・・・・・・・・・・・・・ P2

家族や親せき・・・・・・・・・・・・ P4

《大切な人のために》

もしものときに連絡してほしい人・・・・ P6

病名告知・延命治療・尊厳死について・・・・ P7

葬儀やお墓について・・・・・・・・・・・・ P8

遺言書について・・・・・・・・・・・・ P11

財産について・・・・・・・・・・・・ P12

貸付・借入・ローンについて・・・・・・・・ P16

各種契約の解約・名義変更について・・・・ P18

大切な人へのメッセージ・・・・・・・・ P23

自分のために



プロフィール

ふりがな			
名 前			
生年月日			
現住所			
電話番号		血液型	
本籍地 (出身地)			
緊急連絡先	名 前	続柄	連 絡 先
かかりつけの 医師	医 師	病 院 名	
既往症	病 名	かかった病院名	
アレルギー など			

年金	年金番号	
	年金手帳の保管場所	
健康保険証	種類	
	番号・記号	
	保管場所	

座右の銘	
趣味	
好きな食べ物	
嫌いな食べ物	
その他	得意なことや今までに熱中したものなど、自由に書きましょう。

家族や親せき

連絡先		
氏名		続柄
住所		
電話番号		
氏名		続柄
住所		
電話番号		
氏名		続柄
住所		
電話番号		
氏名		続柄
住所		
電話番号		
氏名		続柄
住所		
電話番号		
氏名		続柄
住所		
電話番号		

大切な人のために



もしものときに連絡してほしい人

氏名		親族・友人・知人・仕事関係
住所		
電話番号		
連絡時期	<input type="checkbox"/> 死亡時 <input type="checkbox"/> 危篤状態 <input type="checkbox"/> 意識があるうちに	
氏名		親族・友人・知人・仕事関係
住所		
電話番号		
連絡時期	<input type="checkbox"/> 死亡時 <input type="checkbox"/> 危篤状態 <input type="checkbox"/> 意識があるうちに	
氏名		親族・友人・知人・仕事関係
住所		
電話番号		
連絡時期	<input type="checkbox"/> 死亡時 <input type="checkbox"/> 危篤状態 <input type="checkbox"/> 意識があるうちに	
氏名		親族・友人・知人・仕事関係
住所		
電話番号		
連絡時期	<input type="checkbox"/> 死亡時 <input type="checkbox"/> 危篤状態 <input type="checkbox"/> 意識があるうちに	
氏名		親族・友人・知人・仕事関係
住所		
電話番号		
連絡時期	<input type="checkbox"/> 死亡時 <input type="checkbox"/> 危篤状態 <input type="checkbox"/> 意識があるうちに	

病名告知・延命治療・尊厳死について

入院中のお見舞いについて	
<input type="checkbox"/> 誰が来ても構わない	<input type="checkbox"/> 家族・親族のみでよい
<input type="checkbox"/> 体調に応じて判断	
<input type="checkbox"/> その他（ ）	
病名の告知について	
<input type="checkbox"/> 全て告知してほしい	<input type="checkbox"/> 全て告知しないでほしい
<input type="checkbox"/> 家族の判断に任せる	
<input type="checkbox"/> その他（ ）	
延命治療について	
<input type="checkbox"/> どんな場合でも延命治療を続けてほしい	
<input type="checkbox"/> できるだけ治療を希望するが、苦痛を伴う場合は望まない	
<input type="checkbox"/> 延命治療は望まない ⇒ 尊厳死	
<input type="checkbox"/> その他（ ）	
<p>尊厳死とは、自らの意思で単なる延命に過ぎない治療を止めてもらい、人間としての尊厳を保ちながら死を迎えることです。</p> <p>尊厳死を望む場合は、予め医師より医療措置について説明を受け理解した上で、意思表示をしておいてください。</p>	
献体について	
<input type="checkbox"/> 希望する	<input type="checkbox"/> 希望しない
<p>献体とは、解剖学の教育等に役立てるため、自らの遺体を無条件で提供することです。希望する場合は関連団体へ登録が必要です。</p>	
臓器提供について	
<input type="checkbox"/> 希望する	<input type="checkbox"/> 希望しない
<p>臓器提供とは、死後（脳死後）、臓器の機能が低下し移植でしか治療ができない方に自らの臓器を提供することです。臓器提供の意思表示には、「運転免許証や健康保険証の意思表示欄への記入」「意思表示カード等への記入」「臓器移植ネットワークへの申込み」があります。</p>	


葬儀やお墓について

宗教・宗派について	
<input type="checkbox"/> 下記の宗派で行ってほしい	
宗旨宗派	寺院教会名
連絡先	
<input type="checkbox"/> 無宗教で行ってほしい	
葬儀会場について	
<input type="checkbox"/> 下記の場所で行ってほしい	
会場名	電話番号
住所	
<input type="checkbox"/> 決めていない	
葬儀社について	
<input type="checkbox"/> 下記の業者に決めている	
葬儀社名	担当者名
住所・電話番号	
<input type="checkbox"/> 決めていない	<input type="checkbox"/> 特に希望はない
葬儀費用について	
<input type="checkbox"/> 私の預貯金で支払ってほしい	
<input type="checkbox"/> 受取人が（ ）の生命保険金で支払ってほしい	
<input type="checkbox"/> その他（ ）	
<input type="checkbox"/> 見積もりをとっている。 ⇒ 約（ ）万円	
<input type="checkbox"/> 見積もりはとっていないが、（ ）万円くらいの予算でしてほしい	
<input type="checkbox"/> 家族の判断に任せる	

葬儀の規模について	
<input type="checkbox"/> 大勢の方に来てほしい	<input type="checkbox"/> 家族葬がよい
<input type="checkbox"/> 火葬のみでよい	
<input type="checkbox"/> その他（ ）	
遺影写真について	
<input type="checkbox"/> 用意している	
写真の保管場所	
<input type="checkbox"/> 家族に一任する	
<input type="checkbox"/> その他（ ）	
戒名について	
<input type="checkbox"/> いる ⇒	
<input type="checkbox"/> いない	
<input type="checkbox"/> 生前戒名（法名）がある ⇒	
お墓について	
<input type="checkbox"/> ある	
寺院・墓地名	
住所	
寺院・管理者の連絡先	
<input type="checkbox"/> 準備していない	
<input type="checkbox"/> いない	
遺骨について	
<input type="checkbox"/> お墓に入れてほしい	
<input type="checkbox"/> 分骨してほしい	
<input type="checkbox"/> 散骨してほしい	
<input type="checkbox"/> その他（ ）	
分骨・散骨の場所	
場所	

喪主をお願いしたい人		
名前	続柄	連絡先
死に顔について		
<input type="checkbox"/> みんなに見せてよい	<input type="checkbox"/> 親族には見せてよい	
<input type="checkbox"/> 絶対に見せないでほしい		
<input type="checkbox"/> その他（ ）		
納棺時の衣装について		
棺に入れてほしいもの		
香典について		
<input type="checkbox"/> 受け取る	<input type="checkbox"/> 辞退する	
<input type="checkbox"/> その他（ ）		
その他の希望について		
<input type="checkbox"/> 特にない		
<input type="checkbox"/> ある（ ）		

遺言書について

遺言書について	
<input type="checkbox"/> 自筆証書遺言がある	
<input type="checkbox"/> 公正証書遺言がある	
<input type="checkbox"/> 秘密証書遺言がある	
<input type="checkbox"/> 作成していない	
遺言書の保管場所	
<input type="checkbox"/> 法務局	<input type="checkbox"/> 自宅（場所）
<input type="checkbox"/> その他（	）
作成者	連絡先
<p>遺言には公正証書遺言、秘密証書遺言、自筆証書遺言があります。 秘密証書遺言と法務局以外で保管された自筆証書遺言は、直ちに開封しないで家庭裁判所にて検認を行う必要があります、検認がなされていない遺言書では各手続きが行なうことが出来ません。</p> <p>なお、法務局で保管されている自筆証書遺言については検認の必要はありません。</p> <p>ご不明な点があるときは、法テラスにご連絡ください。</p>	
	
遺言執行者について	
<input type="checkbox"/> 指定している	<input type="checkbox"/> 指定していない
遺言執行者	
連絡先	

財産について

預貯金					
金融機関名	支店名	種類	口座番号	記入日時点の 預金額	通帳・印鑑 の保管場所
株式・有価証券（国債・社債）など					
証券会社	支店名 担当者	証券番号 口座番号	書類の 保管場所	その他	

自動車・バイク			
メーカー	車種	ナンバープレート	保管場所
その他（貴金属・美術品・ゴルフ会員権など）の資産			
銘柄・品目	保管場所	摘要（購入日・価格・取扱機関など）	

生命保険		
保険会社	保険会社名	
	担当者	
	連絡先	
商品名		
契約者		
被保険者		
受取人		
証券番号		
証券の保管場所		
契約内容		
保険会社	保険会社名	
	担当者	
	連絡先	
商品名		
契約者		
被保険者		
受取人		
証券番号		
証券の保管場所		
契約内容		

損害保険・傷害保険・自動車保険		
保険会社	保険会社名	
	担当者	
	連絡先	
商品名		
契約者		
被保険者		
受取人		
証券番号		
証券の保管場所		
契約内容		
保険会社	保険会社名	
	担当者	
	連絡先	
商品名		
契約者		
被保険者		
受取人		
証券番号		
証券の保管場所		
契約内容		

各種契約の解約・名義変更について

家賃	
賃貸住宅	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> 以下のとおり不動産を借りている
管理会社 大家	名前・会社名
	連絡先
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）
家賃	書類の保管場所
引落口座	
電気	
使用契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している
電力会社	会社支店名
	連絡先
顧客番号	書類の保管場所
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）
引落口座	
水道	
使用契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している
水道供給 団体	自治体・局名
	連絡先
顧客番号	書類の保管場所
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）
引落口座	

ガス			
使用契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している		
ガス会社	会社支店名		
	連絡先		
顧客番号		書類の保管場所	
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）		
引落口座			
固定電話			
使用契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している		
電話会社	会社支店名		
	連絡先		
顧客番号		書類の保管場所	
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）		
引落口座			
携帯電話			
使用契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している		
携帯電話会社	会社支店名		
	連絡先		
顧客番号		書類の保管場所	
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）		
引落口座			

新聞	
購読契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している
新聞	販売所名
	連絡先
顧客番号	書類の保管場所
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）
引落口座	
その他	
受信契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している
()	窓口名
	連絡先
顧客番号	書類の保管場所
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）
引落口座	
その他	
視聴契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している
()	会社支店名
	連絡先
顧客番号	書類の保管場所
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）
引落口座	

インターネット			
接続契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している		
プロバイダ	会社支店名		
	連絡先		
ID		書類の保管場所	
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）		
引落口座			
パスワード等			
HP・ブログ・SNS			
利用契約	<input type="checkbox"/> 自分名義では契約なし <input type="checkbox"/> 以下のとおり契約している		
サービス提供社	会社支店名		
	連絡先		
ID		書類の保管場所	
支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）		
引落口座			
パスワード等			
習いごとなど			
手続き	<input type="checkbox"/> 手続きするものはない <input type="checkbox"/> 以下のとおりある		
会	名称		
	連絡先		
顧客番号		書類の保管場所	
会費支払方法	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 口座引落（クレジット決済）		
引落口座			
退会方法等			

クレジットカード	
所持	<input type="checkbox"/> 持っていない <input type="checkbox"/> 以下のとおり持っている
カード	カード・ブランド名
	カード番号
	連絡先
保管場所	
所持	<input type="checkbox"/> 持っていない <input type="checkbox"/> 以下のとおり持っている
カード	カード・ブランド名
	カード番号
	連絡先
保管場所	
運転免許	
所持	<input type="checkbox"/> 持っていない <input type="checkbox"/> 以下のとおり持っている
保管場所	
パスポート	
所持	<input type="checkbox"/> 持っていない <input type="checkbox"/> 以下のとおり持っている
保管場所	
その他の身分証明証など	
名称	
保管場所	
名称	
保管場所	

その他

記入欄の不足や項目がなくて書ききれなかった情報などをお書きください。

大切な人へのメッセージ



法テラス札幌

0570-078388

IP電話をご利用の方 050-3383-5555

〒060-0001

北海道札幌市中央区北1条西9丁目3-1

南大通ビル N1 1階

業務時間 平日9:00～17:00

（情報提供業務は 平日9:00～16:00）

法テラスサポートダイヤル

0570-078374

情報提供業務受付

平日9:00～21:00、土曜9:00～17:00

名前

記入日

このノートは法的な遺言書ではありません
遺言書について相談をご希望の方は
法テラスにご連絡ください