




叶えてほしい「おもい」を  
優しく確かな「かたち」にします



セレモニーネクストの葬祭ディレクターが作成した、とっても分かりやすいエンディングノート



## ご家族をおもい、今の自分の「おもい」を ゆっくり素直に書き綴るノート


最近よく目にする「エンディングノート」、自分自身にもしものことが起こる前に、ご家族のために伝えておきたい内容をまとめておくノートです。必ずしも死が近いときに書くものではなく、人生を振り返りこれからの生き方を考えるきっかけになります。

もし自分が亡くなったとき、あるいは突然の事故や病気、または認知症になってしまい意思表示ができなくなってしまった場合、ご家族は、いろいろな重要な決断を迫られます。その際に自分の希望を書き記しておくことは、ご家族にとって大きな助けとなることでしょう。

今あなたが思っていることや、考えていることをまずは素直に書き記してみてください。それはきっと遺されるご家族にとって大切な心のより所や道標になると私達は思っております。「事前に家族と相談しにくい」「書き進めていくのが難しい」と悩んでしまったときは、弊社にご相談ください。

株式会社セレモニーネクスト





## エンディングノートと遺言書の 違いとポイント

### ●エンディングノートは手軽に書き直せます

自分の気持ちや考え方は年とともに変わるのが普通です。記入後も自分の心情の変化とともに簡単に書き直しができるところがエンディングノートの魅力です。家族のみならず、友人や病院、葬儀など、できるかぎり実現できるように細かく配慮ができます。また、書き終えたら保管場所をご家族に伝えておくことをお勧めします。

### ●法的効力について

遺言書は、あくまでも財産の分配や残された遺族に対するメッセージを書くためのもので、法的拘束力があるという特徴があります。遺産相続や子どもの認知などの強制力を持たせたい事柄については、法律家などに遺言書の作成を依頼する必要があります。

ただし、葬儀に関することは、エンディングノートに書くようにしましょう。遺言書の場合は、検認に時間がかかり葬儀までに内容確認ができないことがあります。

### ●医療・延命の意思表示について

遺言書は遺産相続など死後の希望について効力を発揮しますが、エンディングノートには、自分が認知症や寝たきりになって意思表示ができなくなった際の治療方法や介護の希望を書き込めることが特徴です。

このエンディングノートでは、ご家族が本当に知りたい本人の「おもい」を簡単に書き込んでいけるように出来るだけシンプルに分かりやすく作成いたしました。

改まったエンディングノートの場合、書き始めたら項目が多すぎて途中で挫折してしまったという話もあります。「素直に書けないところは後回し」で構いません。皆様自身とご家族の安心のために、ご活用ください。

# 私自身のこと

自分に関する基本的な情報

記入日

年 月 日

名前	生年月日		年 月 日	生まれ
住所				
本籍地				
電話番号	固定：	携帯：	血液型	型
アレルギー	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> ある（内容：			）
持病・常用薬	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> ある（内容：			）
健康保険証	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> ある（記号・番号：			）（保管場所：
運転免許証	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> ある（記号・番号：			）（保管場所：
パスポート	<input type="checkbox"/> ない <input type="checkbox"/> ある（記号・番号：			）（保管場所：
勤務先 （学校）	名称：	所属：		
	住所：	電話番号：		
その他				

# 医療・介護について

私が病気や認知症になったとき

記入日

年 月 日

重い病気になり医師から余命宣告があった場合
<input type="checkbox"/> 告知してほしい <input type="checkbox"/> 告知してほしくない <input type="checkbox"/> どちらとも言えない
病気が治る見込みがなくなった時の治療について
<input type="checkbox"/> 最後まで治療を続けてほしい <input type="checkbox"/> 延命治療はしないでほしい <input type="checkbox"/> 家族の判断に任せます
臨終を迎えたい場所
<input type="checkbox"/> 病院や施設で迎えたい <input type="checkbox"/> できれば自宅で迎えたい <input type="checkbox"/> その他（
介護の場所に関して
<input type="checkbox"/> 可能なら自宅で介護してほしい <input type="checkbox"/> 病院や施設で介護してほしい <input type="checkbox"/> 家族の判断に任せます
認知症になったときの身の回りのお世話や財産管理に関して
<input type="checkbox"/> 配偶者や子供に一任します <input type="checkbox"/> 依頼先を決めている（
介護費用に関して
<input type="checkbox"/> 保険・預貯金で賄ってほしい <input type="checkbox"/> 状況に応じて家族に任せる <input type="checkbox"/> 子どもたちに援助してほしい

具体的に考えられない場合は、書けるところから構いません。何度でも書き直せるよう鉛筆での記入がよいでしょう。

# お葬式について

もし私が亡くなった時の葬儀の希望

記入日

年

月

日

具体的に考えられない場合は、書けるところから構いません。何度でも書き直せるよう鉛筆での記入がよいでしょう。

## 葬儀について

- できるだけ立派な葬儀にしてほしい       ごく普通の葬儀にほしい
- してほしいが、あまり費用を掛けなくていい       状況に応じて家族に任せる

## 葬儀のスタイル・規模について

- 火葬式・直葬（最も費用を抑えて、火葬のみのシンプルなお見送り）想定人数 10名以内
- 一日葬（通夜を行わずに告別式のみでお見送り）想定人数 30名以内
- 家族葬（親族中心に、ごく内輪のお見送り）想定人数 50名以内
- 一般葬（友人やご近所・仕事関係などの方々とともにお見送り）想定人数 50名～100名以内

## 葬儀の宗教・宗派について

- 仏教       キリスト教       神道
- 葬儀社に紹介してもらいたい       無宗教でしてもらいたい       その他（      ）
- 希望する寺院・教会や宗派がある（名称：      宗派：      ）

## 葬儀を行いたい場所（式場）について

- 葬儀の専用式場       できれば自宅       家族に任せたい       その他（      ）

## 葬儀費用について

- 特に用意していない       預金を当ててほしい（      ）
- 保険で賄ってほしい（      ）       その他（      ）

## 依頼する葬儀義社について

- セレモニーネクストに依頼（ 以前から知っている       事前に相談している       資料をもらっている）
- その他の葬儀社に依頼（葬儀社名：      連絡先：      ）

## 具体的な希望について

- 祭壇に使ってほしい花（ 特にない       希望がある      花名：      ）
- 葬儀で流してほしい曲（ 特にない       希望がある      曲名：      ）
- 棺の入れてほしいもの（ 特にない       希望がある      品名：      ）

## その他の希望について

※喪主・挨拶・戒名・遺影など、してほしいこと・してほくないこと

# お墓について

埋葬や供養についての希望

記入日

年

月

日

## お墓や納骨先に関して

- 先祖のお墓に入りたい (名称: \_\_\_\_\_ 場所: \_\_\_\_\_ )
- 既にお墓を購入している (名称: \_\_\_\_\_ 場所: \_\_\_\_\_ )
- 新しくお墓を探してほしい (  一般的なお墓  納骨堂  合祀の永代供養墓 )
- 樹木葬を希望する  散骨してほしい  家族の意向に任せたい
- 特に考えていない  その他 ( \_\_\_\_\_ )

## お墓や供養にかかる費用について

- 保険で賄ってほしい ( \_\_\_\_\_ )  預金を当ててほしい ( \_\_\_\_\_ )
- 特に用意していない  家族の意向に任せたい  その他 ( \_\_\_\_\_ )

## その他の希望について

※お墓や墓石・仏壇・跡継ぎなど、してほしいこと・してほくないこと

# 親戚・友人について

もしものときに知らせて欲しい人

記入日

年

月

日

フリガナ	住所	電話
名前	間柄	連絡のタイミング <input type="checkbox"/> 入院時 <input type="checkbox"/> 葬儀時 <input type="checkbox"/> 葬儀後
フリガナ	住所	電話
名前	間柄	連絡のタイミング <input type="checkbox"/> 入院時 <input type="checkbox"/> 葬儀時 <input type="checkbox"/> 葬儀後
フリガナ	住所	電話
名前	間柄	連絡のタイミング <input type="checkbox"/> 入院時 <input type="checkbox"/> 葬儀時 <input type="checkbox"/> 葬儀後
フリガナ	住所	電話
名前	間柄	連絡のタイミング <input type="checkbox"/> 入院時 <input type="checkbox"/> 葬儀時 <input type="checkbox"/> 葬儀後
フリガナ	住所	電話
名前	間柄	連絡のタイミング <input type="checkbox"/> 入院時 <input type="checkbox"/> 葬儀時 <input type="checkbox"/> 葬儀後

このメモ以外の連絡データ

- ノート・手帳・住所録など (保管場所: \_\_\_\_\_ )
- 携帯・パソコン (保存場所: \_\_\_\_\_ )

具体的に考えられない場合は、書けるところからで構いません。何度でも書き直せるよう鉛筆での記入がよいでしょう。

# 家族への伝言メモ

個人情報や伝えておきたいこと

記入日

年

月

日

具体的に考えられない場合は、書けるところから構いません。何度でも書き直せるよう鉛筆での記入がよいでしょう。

## スマートフォン・携帯電話・パソコンについて

中を見ないで直ぐに処分してほしい

中を確認した後に処分してほしい

処分しないで引き継いでほしい

特に希望はない

家族に任せる (機器名 :

ログインパスワード :

)

(機器名 :

ログインパスワード :

)

(機器名 :

ログインパスワード :

)

## SNS・その他 Web サービスについて

利用していない

利用してるが特に希望はない

利用してるので削除依頼を希望 (サービス名 :

ユーザー名 :

)

(サービス名 :

ユーザー名 :

)

(サービス名 :

ユーザー名 :

)

管理表があるので家族に任せる (保管場所 :

)

## コレクションや趣味の物

廃棄してかまわない

信用出来る業者に売却処分してほしい

家族に任せる

形見分けしないでほしい

形見分けしてほしい

譲りたい人がいる (名前 :

)

## ペットについて

飼っていない

飼っている

譲りたい人がいる (名前 :

)

## 万が一のときに私が用意しているもの

●遺言書(自筆・公正証書)  ない  ある (保管場所 :

)

●財産の管理帳  ない  ある (保管場所 :

)

●保険の証書、契約書  ない  ある (保管場所 :

)

●遺影用の写真  ない  ある (保管場所 :

)

●その他  ない  ある (内容・保管場所 :

)

## その他、家族へのメッセージ



都営三田線「蓮根駅」東口から徒歩 8分



永遠の旅立ちに、お花で送る、想い伝える。


# セレモニーネクスト

〒174-0046

東京都板橋区蓮根 2-27-12-2F

TEL.03-6909-5410 FAX.03-6909-5411

お気軽にお問い合わせください。

 0120-06-2966 24時間受付

●メールでもお問い合わせできます  
info@ceremony-next.co.jp

●ホームページは下記からアクセス  
<https://www.ceremony-next.co.jp>

