



私の基本情報

記入日 年 月 日

名前		男・女	生年月日	血液型
住所	〒			
本籍	〒			
電話	自宅	携帯		

	記号・番号等	保管場所等		記号・番号等	保管場所等
健康保険証			運転免許証		
介護保険証			パスポート		
年金手帳			マイナンバーカード		

●親戚・友人リスト

名前	関係	住所・電話番号

●好きなこと / 苦手・嫌いなこと

好きなこと	苦手・嫌いなこと

●これからやりたいこと、行きたい場所、会いたい人

保存版 エンディングノート



私の葬儀・お墓のこと

記入日 年 月 日

●喪主をお願いしたい人

名前	連絡先
----	-----

●葬儀の実施と規模

しなくてもいい
 家族や親族の判断にまかせる
 家族や親族だけで行ってほしい (家族葬)
 その他
 実施してほしいが、一般的な規模で良い ()
 できるだけ盛大な葬儀にしてほしい

●葬儀について

予約している葬儀社は ある ない
 希望の葬儀社は ある ない
 名称・住所・電話番号
 菩提寺・教会・神社などの名称・住所・電話番号 宗派
 遺影用写真の保管場所 (写真の指定がある場合、わかるように書いてください)

●お墓について

先祖代々のお墓 →
 すでに購入しているお墓 →
 納骨堂 →
 新たにお墓を購入してほしい
 家族や親族の判断にまかせる
 その他(樹木葬・散骨・手元(自宅)供養)

施設名 _____

所在地 _____

連絡先 _____



私の遺言書のこと

記入日 年 月 日

遺言書を作成していない
 遺言書を作成している → 自筆証書遺言 公正証書遺言
 保管場所 _____
 遺言執行者 氏名 _____ 職業 _____ 続柄 _____
 住所 _____
 連絡先 _____

※あなたの意思を確実に伝えるためには、公正証書遺言を作成することをお勧めします。

保存版 エンディングノート



私の体のこと

記入日 年 月 日

●介護の希望

どこで介護をしてほしいか

できるだけ自宅を希望する 施設や病院に入りたい 家族・親族の判断にまかせる

その他 ()

誰に介護をしてほしいか

できるだけ家族にまかせたい ヘルパーなど介護の専門家にまかせたい

家族・親族の判断にまかせる その他 ()

介護費用について

年金や貯金を費用にあててほしい 保険に加入している (保険会社名)

家族・親族の判断にまかせる その他 ()

●医療の希望

延命治療を 希望する 希望しない 緩和治療を望む

余命を 知らせてほしい 知りたくない

病名を 知らせてほしい 知りたくない

その理由

私が判断できないとき

治療方針は 名前: 関係: 連絡先: の意見を尊重してほしい

臓器提供・献体について

臓器提供を 可能ならしたい したくない

献体の登録をしている (登録先・電話番号)

●家族や大切な人へのメッセージ

メッセージの記入欄



私のお金のこと

記入日 年 月 日

●預貯金、株式など

金融機関・支店名	種類	口座番号	利用目的・銘柄など

●不動産など

不動産名・契約先	所在地・用途・連絡先など	契約書の保管場所

●生命保険など

保険会社・電話番号	保険証券番号	契約書の保管場所	加入目的

●解約・退会が必要なもの(電気・ガス・電話等)

名称・電話番号	会費・支払日	目的・理由・行ってほしいこと

●インターネット取引(ネット銀行)、SNS など ※パスワードは別の場所に保管しましょう

サービス名・利用先	アカウントや ID	パスワードのヒント、伝えておきたいこと

●クレジットカード※不正利用の恐れがあるため暗証番号等は書かないでください

カード名称	クレジットブランド	カード番号	
紛失時連絡先	Web 用 ID	引き落としのタイミング	備考

●メモ

メモの記入欄