

終活・相続の便利帖の書き方練習帳

【印鑑のありか知っていますか？】



1 終活・相続の便利帖（エンディングノート）とは？

人生の終焉はいつ訪れるか分かりません。若いからまだ大丈夫と思っている人も、その時は突然やってくるかもしれません。

日記をつけたり、手紙を書くつもりで、まずは気軽にノートに書き始めてみてはどうでしょうか？

親と離れて暮らしたり、自分の家族ができたりすると、コミュニケーションも不足になりがちです。

目に見える財産ではなく、思い出も相続する。残された家族にとっては、それが支えになったり、人生の節目で道しるべになるかもしれません。

2 終活・相続の便利帖（エンディングノート）の書き方

- 書きたいところから書き始めましょう。
- 書けないページは飛ばしてもOKです。
- すべて一気に書かなくても大丈夫です。（何年かかってもOK）
- 状況が変化したら書き直しましょう（消せるボールペンが便利）
- 家族とコミュニケーションをとりながら書くと楽しいです。
（名前の由来や生まれた時の心境など）
- このノートを書いていることを家族に伝えましょう。
- 家族への思いはできるだけしっかり書きましょう。

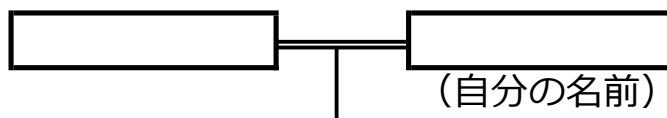
3 あなたの基本情報を書きましょう

氏名			
生年月日			
現住所			
本籍地			
緊急連絡先	名前	続柄	携帯
血液型		星座	
遺言の有無	<input type="checkbox"/> 書いている <input type="checkbox"/> 書いていない 書いている場合の種類と保管場所		
印鑑・通帳の 保管場所			
持病の有無	病名・飲んでいる薬などを書きましょう		

4 あなたの相続人はだれですか？

その中で特にあなたにとって大切な人に○をつけましょう！

(自分の相続関係図を書いてみよう)



5 思い出の場所・行きたい場所は？

(余命半年だと想像して書いて下さい)

* 思い出の場所

・ 例：新婚旅行で行った熱海

- ・
- ・
- ・

* 行きたい場所

・ 例：ギリシャに行ってエーゲ海をみたい

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

6 あなたの趣味や好きなお店・好きな音楽・好きな番組

* 趣味 (好きなこと・これからやってみたい趣味)

・ 例：ガーデニング、読書、旅行、カメラ

- ・
- ・
- ・

* 好きな番組

・ 例：開運何でも鑑定団

- ・
- ・
- ・
- ・

* 好きな音楽

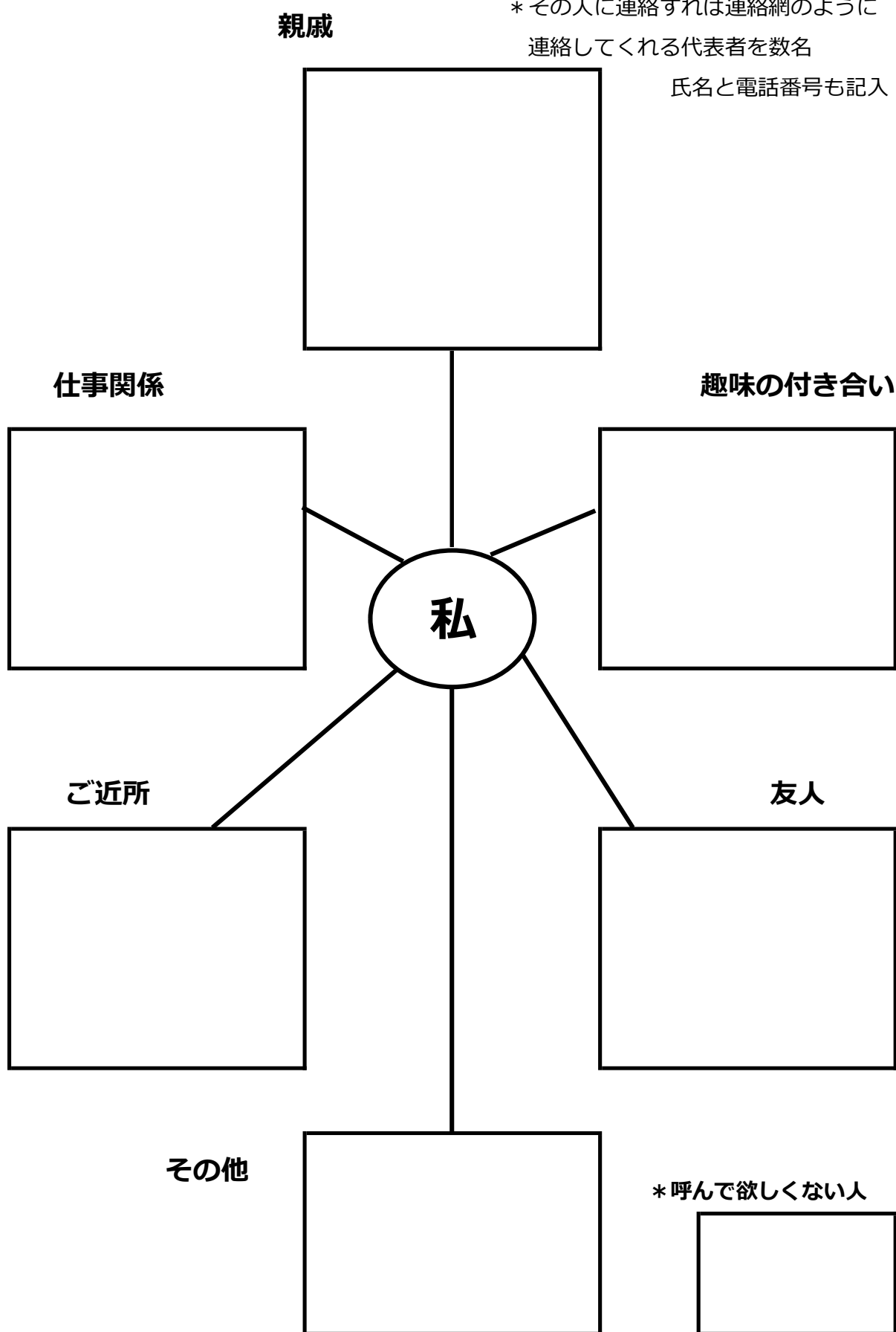
・ 例：演歌・ジャズ、J-POP

- ・
- ・
- ・

7 人間関係図 (もしもの時に呼んで欲しい人など)

* その人に連絡すれば連絡網のように
連絡してくれる代表者を数名

氏名と電話番号も記入



8 もし今、余命半年と言われたら

葬儀や墓はどうしたいですか？

9 もし今、余命半年と言われたら会っておきたい人は誰ですか？

例：前妻との間の子

10 もし今、余命半年と言われたら最後に食べたい物は？

1 1 もし今、余命半年と言われたら大切な人に伝えたい事
～この部分が一番大事です、時間をかけて必ず書きましょう～

(感謝の言葉など)

12 最後に

財産だけ相続すればいいの？ 残された家族を支えるものは何かを考える

