



マチレット

2023

湖西市

わたしの道

～マイエンディングノート～



名前

陽光に輝く湖畔で

真心あるおもてなし

介護の事なら

何でもご相談下さい



社会福祉法人 寿宝会

特別養護老人ホーム恵翔苑

定員 80 名の全室個室のユニット型施設でありショートステイ・デイサービス・居宅介護支援事業所・地域包括支援センターを併設した一体型の施設となっており、地域に根付いた総合的なサービスを提供させて頂いています。

また、建物は浜名湖に面しており、屋上からは浜名湖の景色を一望する事が出来、天気の良い日には、富士山も眺望できます。

特別養護老人ホーム(ユニット型) 定員80名

ショートステイ(ユニット型) 定員20名

デイサービスセンター(利用日…月～土) 定員30名

居宅介護支援(営業日…月～金)

包括支援センター(営業日…月～金)



☎431-0301 静岡県湖西市新居町中之郷3636番地21

TEL:053-595-1111

☐受付時間 8:45～17:45

☐月曜日～金曜日

書こう、話そう、あなたの人生のこと。

あなたはこれまで、どんな人生を歩んできましたか？

これから、どんな人生を歩んでいきたいですか？

自分の望む人生を、最後まで自分らしく歩むために。

必要なことや、考えをまとめるお手伝いをするのがこの冊子の役割です。

ご自身やご家族のこと、財産、もしもの時のこと……

テーマに沿って書きすすめるうちに、思いを自然と整理できるようになっています。

また、書いたことを元に、家族やかかりつけ医など周囲の人としっかり話し、理解してもらうことも、最後まで自分らしく生きるためにはとても大切なことです。これからやりたいこと、行きたい場所、会いたい人を思いつくままに書いてください。

さあ、ペンを取って、あなたらしい人生について考えてみましょう！

書き方 ゆっくりと楽しみながらあなたの思いを書いてください。

- まずは好きなページから気軽に書きはじめましょう。
- 必要だと思うページを選んで書いても良いでしょう。
- 何度書き直しても大丈夫です。その際は、更新日を記入しましょう。
- 定期的に振り返り、状況に応じて修正してください。
- 写真を貼る、資料をはさむ等、自由にお使いいただけます。
- 家族と相談しながら書いても良いでしょう。
- ノートの存在を誰かに伝え、保管場所を明らかにしておきましょう。

もくじ

第1章 わたしのこと……2	第4章 大切な人たち……13
第2章 もしもの時は……7	第5章 財産について……15
第3章 エンディング……10	第6章 湖西市の皆様へ……17

※個人情報が含まれるため、大切に保管しましょう。

※当冊子には、法的効力はありません。法的効力を求める場合は、遺言書の作成が必要となります。

当冊子の著作権を侵害する行為(SNSやHPへの無断転載、デザインや文言の流用、複製物の商用利用等)は法律で禁じられています。

第1章

わたしのこと



わたしの基本情報

記入日

年 月 日

フリガナ

名 前

生年月日

大正
昭和
平成

年 月 日

住 所 〒 -

都・道
府・県

市・区
郡

本 籍

電話番号 ☎ () -

携帯電話番号 ☎ () -

メールアドレス

パソコン @

携帯電話 @

メモ

※書き足りないこと等を自由にお書きください。

おもいで・あしあと

記入日

年 月 日

誕生時 ※例：名前の由来等

幼少期

青春時代

その他の時代

学歴

職歴

これまで住んだ家・場所

大切な思い出

今のわたし

記入日

年 月 日

趣味・特技

好きな食べ物

好きな花

好きな音楽

好きな本・映画

宝物・コレクション

これからやりたいこと・行きたい場所・会いたい人



住宅のこと 福祉用具のことは 当社におまかせ下さい!



バリアフリー・介護リフォーム



トイレ



浴室



手すり

介護用品の販売・リース

低価格・高品質の
アイテムを
多数揃えております!



ベッド類



歩行・移動用器具



介護保険適用対象の場合、ご負担は表示価格の1～3割となります。

総合設備設計施工

増改築設計施工

住宅改修

福祉用具の販売

リース

株式会社
松井住設

〒431-0405 静岡県湖西市神座411-2

☎053-578-0298

FAX 053-578-1692

<http://www.matsui-jyusetsu.jp>

松井住設

検索

健康状態

記入日

年 月 日

● **かかりつけの病院** ※主治医にチェック を入れてください。

病院名・科

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

病院名・科

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

病院名・科

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

メモ

※書き足りないこと等を自由にお書きください。



●健康保険証

種類:	番号:
保管場所:	

●その他 証明書等の有無 ※チェック を入れてください。

* 介護保険証 有・無 保管場所:

* 障害者手帳等 有・無 保管場所:

(身障 療育 精神 難病)

* その他

アレルギー等 気をつけること



いつも飲む薬 ※処方箋があれば貼っておくと良いでしょう。

第2章

もしもの時は



病気の時は

記入日

年 月 日

●告知について ※チェック を入れてください。

- 病名・余命を告知してほしい 病名のみ告知してほしい
 家族等にまかせる その他

●延命治療について ※チェック を入れてください。

- 可能な限り延命治療を受けたい 回復の見込みがなければ
延命治療を希望しない
 苦痛を少なくすることを重視する その他

●終末医療について ※チェック を入れてください。

- 自宅で過ごしたい 病院で看護を受けたい
 ホスピスで過ごしたい その他

●臓器提供・献体について ※チェック を入れてください。

- 臓器提供意思表示カードを
持っている 臓器提供・献体を希望しない
 献体の登録をしている 登録先:
 その他

●私が判断できない時は

私の治療方針については、

名前:

続柄:

連絡先:

の意見を尊重して決めてください。

介護が必要な時は

記入日

年 月 日

● **介護をお願いしたい人** ※チェック を入れてください。

- 配偶者 名前:
- 子ども 名前:
- その他 名前: 関係:

● **介護してほしい場所** ※チェック を入れてください。

- なるべく自宅を希望する
- 病院・施設 名称・場所等:
- お任せする

● **介護の費用** ※チェック を入れてください。

- 私の預金や年金等でまかなってほしい
- 用意してある 保管場所等:
- その他

メモ

判断能力が低下した時は

記入日

年 月 日

認知症等で判断能力がないとみなされると、福祉サービスの利用や行政手続きの他、預貯金の引き出しや不動産の売却等の、資産管理や活用ができなくなってしまいます。家族も資産を動かすことができないので、「いざというときは家族に任せよう」と考えて何も対策をしないしていると、思わぬトラブルにつながる可能性があります。もしもの時に備えて資産の管理方法を決めておきましょう。

●財産管理などをお願いしたい人 ※チェック を入れてください。

<input type="checkbox"/> 配偶者	名前:	
<input type="checkbox"/> 子ども	名前:	
<input type="checkbox"/> その他	名前:	関係:

●財産管理をお願いする場合に利用したい制度 ※チェック を入れてください。

- | | |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 法定後見制度(※1) | <input type="checkbox"/> 任意後見制度(※1) |
| <input type="checkbox"/> 財産管理委任契約 | <input type="checkbox"/> 日常生活自立支援事業(※2) |
| <input type="checkbox"/> 民事信託(※3) | <input type="checkbox"/> 特にない |

※1 成年後見制度(法定後見制度・任意後見制度)について

判断能力の不十分な方々を保護し、支援するのが成年後見制度です。

*法定後見制度・・・本人の判断能力が不十分になった後に、家庭裁判所によって選任された成年後見人等が本人を法的に支援する制度

*任意後見制度・・・本人が十分な判断能力を有する時に、あらかじめ、任意後見人となる方や将来その方に委任する事務(本人の生活、療養看護及び財産管理に関する事務)の内容を定めておき、本人の判断能力が不十分になった後に、任意後見人がこれらの事務を本人に代わって行う制度

法務省ホームページ「成年後見制度・成年後見登記制度」より抜粋

※2 日常生活自立支援事業について

日常生活自立支援事業とは、認知症高齢者、知的障害者、精神障害者等のうち判断能力が不十分な方が地域において自立した生活が送れるよう、利用者との契約に基づき、福祉サービスの利用援助等を行うものです。

厚生労働省ホームページ「日常生活自立支援事業」より抜粋

※3 民事信託について

営利を目的とせず、資産の管理を家族や親族等の信頼できる人に託す制度です。弁護士や司法書士、行政書士等の専門家へご相談ください。

第3章

エンディング



葬儀について

記入日

年 月 日

●葬儀の場所・規模 ※チェック☑を入れてください。

お任せする

希望がある

名称・場所・規模(出席者)等:

その他

●喪主について

任せたい人

●葬儀の形式

宗教・宗派

●香典 ※チェック☑を入れてください。

いただく

辞退する

●供花 ※チェック☑を入れてください。

いただく

辞退する

●遺影 ※チェック☑を入れてください。

お任せする

用意してある

保管場所:

●葬儀の費用 ※チェック☑を入れてください。

私の預金や年金等でまかなってほしい(※)

用意してある

保管場所等:

その他

※預金凍結中は引出しができませんが、一定の範囲内であれば、相続人単独で預貯金の払い戻しを受けることができます。

供養について

記入日

年 月 日

●**供養の方法** ※チェックを入れてください。

一般墓地 永代供養 納骨堂 樹木葬

希望なし その他

名称・場所等：

●**供養にかかる費用** ※チェックを入れてください。

私の預金や年金等でまかなってほしい(※)

用意してある 保管場所等：

その他

※預金凍結中は引出しができませんが、一定の範囲内であれば、相続人単独で預貯金の払い戻しを受けることができます。

遺言書について

記入日

年 月 日

●**遺言書の有無** ※チェックを入れてください。

作成していない 作成している 保管場所：

作成している場合は、以下種別のいずれかにチェック

自筆証書遺言

作成日： 年 月 日

公正証書遺言

作成日： 年 月 日

その他

作成日： 年 月 日

※公正証書遺言以外の遺言書は、家庭裁判所で検認手続きをとってください。
封がされている場合は家庭裁判所で開封してもらいましょう。
ただし、遺言書保管法(令和2年7月10日～)により、法務局に保管してある自筆証書遺言は、検認手続きの必要はありません。



生前整理

お片付け

で出た
不用品の処分

お任せください!

お片付けで出たご家庭の少量の不用品から、粗大ゴミ(家具・家電)まで。
私たち環境保全株式会社が、丁寧に対応いたします。



見積り
0円
ゼロ

まずはお気軽にお問合せください

☎ **053-594-2323**

FAX **053-594-5625**

一般廃棄物収集運搬業許可証 湖西市収集運搬許可 第8号



環境保全株式会社

〒431-0301 湖西市新居町中之郷 1771
<https://beclean.jp/kankyohozen>

- 一般廃棄物処理・水周り清掃、管理
- 浄化槽保守・点検・清掃
- 貯水槽・排水管・地下タンクの維持管理
- 仮設トイレレンタル

もしもの時の連絡先リスト

記入日

年 月 日

名前(フリガナ)	関係	住所・電話番号	備考
()		〒 - ☎() -	
()		〒 - ☎() -	
()		〒 - ☎() -	
()		〒 - ☎() -	

渡したいもの

記入日

年 月 日

* 何を

* 保管場所

* 誰に

* 連絡先

* 何を

* 保管場所

* 誰に

* 連絡先

第4章

大切な人たち



家族・親族

記入日

年 月 日

わたしの家系図



ペットのこと

※ペットの引取りをお願いしたい場合は、事前に相手に依頼しておきましょう。飼育費用を信託する、ペットのための信託もあります。司法書士や弁護士など、専門家に相談してみると良いでしょう。

名前 ペットの種類 犬・猫・その他

生年月日 性別 かかりつけの動物病院

私にもしものことがあったら ※例：〇〇さんに引き取ってもらいたい 等

家族・親族へのメッセージ

記入日

年 月 日

さんへ メッセージ (続柄/)

さんへ メッセージ (続柄/)

友人・お世話になった方へのメッセージ

記入日

年 月 日

さんへ メッセージ (関係/)

さんへ メッセージ (関係/)

第5章

財産について



資産と負債

記入日

年 月 日

■ 不動産	所在地	名義人	持ち分	備考
■ 預貯金	金融機関名	支店	金額	備考
■ その他の資産	名称	内容	保管場所等	備考

資産と負債

記入日

年 月 日

■ 借入金・ローン	借入先	金額	返済方法	備考
■ 生命保険・損害／傷害保険	保険会社	種類・内容	受取人	備考
■ 公的年金	基礎年金番号	種類	受給金額	備考
■ 個人年金・企業年金	名称	番号・記号等		備考

第6章

湖西市の皆様へ



いざ在宅で医療を受けたい…そんなときのために

日頃から『かかりつけ』を持ちましょう。

かかりつけ医

かかりつけ歯科医

かかりつけ薬局

「シズケア*かけはし」(2017年から)運用について

静岡県在宅医療・介護連携情報システム「シズケア*かけはし」とは、医療・介護の専門職がICT(情報通信技術)を活用し、在宅療養されている患者さんの情報をリアルタイムで共有するシステムです。このシステムにより、円滑なサービスの提供が可能となるため、静岡県全域での運用をすすめています。

認知症の相談がしたい…そんなときのために

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために…

認知症初期集中支援チーム

湖西市で活動しています



医療や介護専門職



認知症サポート医

★認知症は初期診断や初期対応が大切です。認知症初期集中支援チームはできるだけ早い段階で医療や介護サービスに結び付けるなどし、認知症の進行を抑え、地域での生活が維持できるような支援を目的としています。自宅へ訪問し支援します。

市内4箇所の湖西市地域包括支援センター内に『認知症初期集中支援チーム』を設置しています。

本人・家族・ご近所などなたからの相談にも応じますので、“なんだか心配だな…”と感じたら早めにご相談ください。

☆連絡先は次ページをご覧ください。

湖西市の地域包括支援センター

高齢者が安心して住み続けられるように介護・福祉・保健・医療多方面から総合的に相談支援を行っています。湖西市には4箇所設置されています。

<地域包括支援センターの主な仕事内容>

自立への支援

心身の状態に合わせた
介護予防支援をします。

- 元気な高齢者
- 要支援1,2
- 認定は受けていないが介護予防が必要な方

何でも相談ください

介護・福祉・保健・医療に関する
高齢者の総合相談窓口となります。

専門職が連携し、チームで総合的に支援します

- 保健師 (看護師)
- 社会福祉士
- 主任ケアマネジャー

皆様の権利を守ります

- 虐待の防止
- 悪質商法被害防止
- 成年後見制度で支援
(財産管理や日常生活上の契約等)

様々な取組をします

- ケアマネジャーへの支援
- 住みやすい地域づくり
(関係機関との連携)
- 地域ケア会議の開催

★連絡先ご相談はこちらへ

名称	住所	電話番号	管轄自治会
地域包括支援センター湖西白萩	湖西市太田450-1 (特別養護老人ホーム 湖西白萩内)	☎573-2050	新所・大森・岡崎 梅田・入出・神座 太田・青平・大知波 利木・横山
地域包括支援センター光湖苑	湖西市新所岡崎梅田 入会地17-20 (特別養護老人ホーム 光湖苑内)	☎577-5455	上ノ原・南上の原 第1～第3・新所原 白須賀第1～第6 市場・山口・坊瀬
地域包括支援センター恵翔苑	湖西市新居町中之郷 3636-21 (特別養護老人ホーム 恵翔苑内)	☎595-1114	表鷺津・鷺津・河美 古見・川尻・郷南 郷北・三ツ谷 あけぼの
地域包括支援センター燦光	湖西市新居町新居1800-1 (特別養護老人ホーム燦光内)	☎594-7474	新居中央・柏原 新居南・橋本 西浜名・内山 住吉・ベイリーフ

エンディングノートだけで、大丈夫ですか？



エンディングノート

もしもの時に備え、自分自身や家族のために、自分の情報を一冊にまとめておくもの
掲載内容が自由なため、想いを直接残しやすい。



遺言

遺された相続人が財産の分配で揉めないよう、**法的効力**をもって分配方法をあらかじめ決めておくもの。

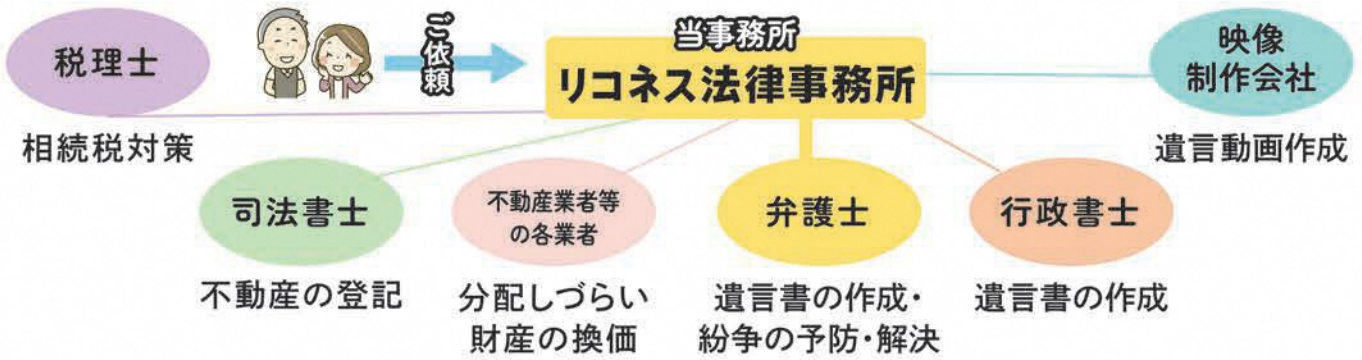


親族みんなで話し合いをして、しっかりと話がまとまっている場合には、エンディングノートでも十分です。他方で、親族間での話し合いが十分にできていないと、「うちは仲が良いから大丈夫」と思っている、いざお亡くなりになった後、遺産分割で相続人が揉めることも多いです。自分が亡くなった後、相続人が相続で揉めないため、エンディングノートだけで大丈夫なのか、いま一度考えてみましょう。



リコネス法律事務所の遺言書作成を依頼するメリット

ひとえに相続と言っても色々な問題があり、問題ごとに別の方に依頼しなければなりません。



リコネス法律事務所では他士業や各種業者とも連携していますので、

ワンストップでサービス をご提供できます。



エンディングノートや遺言といった紙だけでは伝わらないメッセージも、動画という形であなた自身の口からお届けできます。

＼エンディングノートだけでは不安、そんな方は、まずはご連絡ください！

詳しくはこちらから ↓

弁護士法人
リコネス法律事務所

所長 弁護士 / 加藤 久貴



よい ゴール
0120-410-506

静岡県湖西市吉美 3270-5 飯田ビル2階



送る心を大切に 偲ぶ心をかたちに します

JAとぴあ浜松では、真心込めて
ご葬儀をお手伝いいたします。



小規模の
お葬式でも
対応可能
です。



無料 事前相談承ります。

お困り事、ご不明な事、なんでも!

ご葬儀や法要、お盆・仏壇・墓石まで、
あらゆるご相談に対応させていただきます。

まずはお電話ください。

- どこに連絡したらいいの?
- 料金やサービスは?
- 組合員以外でも利用できるの?

毎日、多くの方がご相談に来られています。無理な勧誘などは一切いたしません。



組合員割引 詳しくは、最寄りの支店へお問い合わせください。

1 祭壇価格
5%割引

2 盆 祭 壇
5%割引

3 やすらぎホール
会場利用料
半額 (ホ-1)

4 やすらぎホール
通夜利用料
半額 (1泊)

「らいふ倶楽部」にご加入いただくと、さらにお得になります。

最寄りのホールがご利用できます。

湖西ホール
湖西市新所4929-2

提携ホール

現地

エコ一会館
湖西市鷺津391-1

提携ホール

現地

湖西市新居斎場
やすらぎ苑
湖西市新居町中之郷1138-1

公共施設

現地

家族葬の
MUSUBI
湖西市新居町中之郷925-1

提携ホール

現地

いつでもお気軽にお問い合わせください…

安心 信頼 丁寧

JAとぴあ浜松 葬祭センター

24時間
いつでも対応

☎ 0120-137-108

You Tubeで
「とぴあ家の人々」
葬祭マナーの
動画配信中心!!

