

もしもの時もあなたらしく



リンクモアの プチエンディングノート



LINKMORE

リンクモア **平安閣** グループ



はじめに



この「プチエンディングノート」は、あなたの「もしも」の時に、大切なご家族が困らないように、そして何よりも、あなたが「これから」の人生を自分らしく過ごすための、ささやかなお手伝いとして作りました。

ご家族へのメッセージを書き留めたり、これからの人生でやりたいことをリストアップしたり、あなたのペースで、楽しみながら記入してみてください。

この一冊が、あなたとご家族の安心に繋がることを願っています。

もしもの時、私の基本情報

大切なご家族が、もしもの時に迷わないように、まずお伝えしたい基本情報です。

基本の情報

私の名前： _____

生年月日： _____ 年 _____ 月 _____ 日

現住所：

〒 _____

連絡のつきやすい電話番号： _____

緊急連絡先（もしもの時にまず連絡してほしい方）

• 氏名： _____

○ 続柄： _____

○ 電話番号： _____

• 氏名： _____

○ 続柄： _____

○ 電話番号： _____

• 氏名： _____

○ 続柄： _____

○ 電話番号： _____

• その他、連絡してほしい方（氏名、電話番号など）：

○ _____

○ _____

○ _____

私が希望する「お葬式の形」①

ご自身がどのようなお見送りを望むか、ご家族に伝えておきましょう。

希望する葬儀の形式（当てはまるものにチェック✓）

- 一般葬：ご友人・町内の関係だけでなく、喪主様のお仕事関係などの方々とともに皆でお見送り
 - 家族葬：ご親族や故人様の親しかったお友達と執り行うお見送り
 - 一日葬：通夜を行わず、葬儀・告別式のみを執り行うお見送り
 - 火葬式：火葬のみのシンプルな形でお見送り
 - その他：（例：生前葬、お別れ会など）
-

希望する宗教・宗派（当てはまるものにチェック✓）

- 仏教
 - 神式
 - キリスト教
 - 無宗教葬
 - その他
-

※ 当社で宗教者様のご紹介も可能です。

ご会葬者の目安

ご親族の人数：約_____名

特に連絡してほしいご友人・知人の人数：約_____名

私が希望する「お葬式の形」②



何を重視したご葬儀を行いたいですか？

(当てはまるものにチェック√、複数回答可)

- お別れの時間を大切にしたい
 - ご予算を重視したい (_____万円)
 - ご会葬者へのおもてなしを重視したい
 - その他 (例：趣味のものを飾る、好きな音楽を流すなど) :
-



希望の遺影写真 (当てはまるものにチェック√)

- 特定の写真がある
(家の中の保管場所やパソコンの中のファイル名など)
-

- 特定の写真はなく、アルバムなどから選んでほしい
- 特に希望はない



ご安置場所の希望 (当てはまるものにチェック√)

- 自宅
- 安置施設
- 特に希望はない

私が希望する「お墓・供養の形」

ご自身の供養方法や仏壇に関する希望を整理しておきましょう。



希望する供養方法（当てはまるものにチェック✓）

お墓（既存のお墓の場所、管理者の情報など）

永代供養

散骨

樹木葬

自宅供養

その他： -----



仏壇について（当てはまるものにチェック✓）

新しく準備したい

今ある仏壇を利用したい

特に希望はない

メモ

A large sheet of light brown grid paper with a blue torn edge on the top left and bottom right. A blue strip of tape is on the top left, and another blue strip is on the bottom right. A green leafy branch is drawn across the bottom right corner of the grid.

人生を豊かにするためのワーク

「もしも」の準備だけでなく、これからの人生をさらに豊かにするためのワークに取り組んでみませんか。

これからの人生でやりたいことリスト

あなたの「やりたいこと」を自由な発想で書き出してみましょう。

(例：「家族と美味しいおそばを食べたい」「古い化粧品を買い替えた
い」「友人と陶芸に挑戦してみたい」など)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

大切な方へのメッセージ

あなたの「ありがとう」や「伝えたいこと」を書き残しましょう。

- 大切なご家族へ：

- 特に伝えたい方（ご友人、お孫さんなど）へ：

○ 氏名： _____

■ _____

○ 氏名： _____

■ _____

もしもの時に備え、整理しておきたいこと

これらの情報は、いざという時にご家族が困らないために、どこかにまとめて保管しておきましょう。



財産・負債リスト

- 預貯金、不動産、有価証券などの財産
- 借入金、ローンなどの負債
- 生命保険、医療保険、年金などの保険情報



デジタル資産・ID・パスワードリスト

- パソコン、スマートフォンなどのデバイスのパスワード
- SNS、Webサービス、金融サービスなどのID・パスワード
- サブスクリプションサービス情報



遺言（遺産分割）

ご自身の意思を明確にするために、必要に応じて専門家にご相談ください。



医療・介護への希望

もしもの時に備え、延命治療に関するご希望や介護が必要になった場合のご希望を整理しておきましょう。



お気軽にご相談ください

リンクモアでは終活に関するイベントを
定期的で開催しております。
「プチエンディングノート」を記入してみて、
さらに詳しく知りたいことや、
不安なことがございましたら、
お気軽にリンクモアへご相談ください。



キズナ

LOVOT（ラボット）のキズナとココロも
お待ちしております！



ココロ



LINKMORE

リンクモア **平安閣** グループ

電話番号：017-735-1407

<https://www.e-gojokai.com/>

