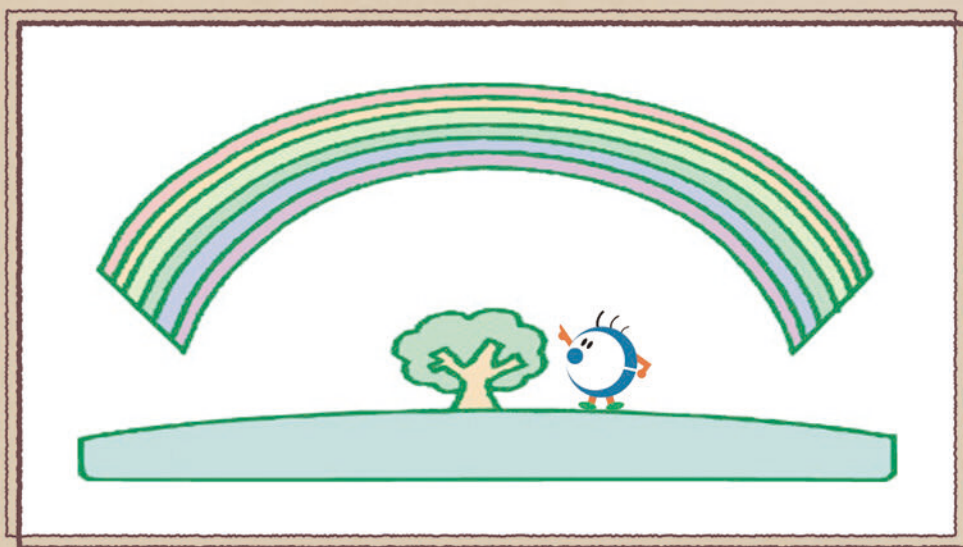


2026



人生会議手帳

～わたしの思いをつなぐ～



湖西市マスコットキャラクター
コーちゃん

湖西市

名前

最初に記入した日 年 月 日



マチレット

マチレットは、自治体から市民へ専門性が高い情報をよりわかりやすく確実に伝える、地域に寄り添う“マチのブックレット”です。

2026年2月発行

発行：湖西市 高齢者福祉課

編集・デザイン：株式会社ジチタイアド

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)

▼ 恵翔苑 アクセスMAP



湖西市新居町中之郷 3636 番地 21

☎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

人は誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをしたり、認知症が進むことによって、自分の意思や希望を伝えることができなくなる可能性があります。

命の危機が迫った状態になると、約7割の人が医療やケアを自分で決めたり、望みを人に伝えることができなくなると言われています。

「人生会議」とは、人生の最終段階に自分が希望する医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいることなどを、前もって自分で考え、ご家族や親しい人たちと話し合うことです。

あなたやあなたの大切な人の「もしも」に備え、信頼する人と、価値観や気持ちを共有しておくことがいざという時の助けとなります。

「わたし」らしく生きるために、あなたのご家族や親しい人と一緒に考えてみませんか？

人生会議手帳の書き方

- 最初から順に書かなくてもかまいません。
まずは好きなページから気軽に書きはじめましょう。
- 誕生日や記念日あるいはお正月など、親戚が集まったときなど節目節目で定期的に見直してみましょう。
- 書き直す場合には訂正したことがわかるようその修正日も書いておきましょう。

「もしもの時」がいつ訪れるかは誰にもわかりませんので、自分の思いを伝えられる今のうちに始めてみましょう。

※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。

※当冊子は浜松市の「人生会議手帳」を参考に作成しました。

在宅療養支援を行う医師からのメッセージ

在宅療養支援診療所 長尾クリニック 院長 長尾文之助 医師

自分の医療と生き方を考え、話し合う大切さ

医療の現場では病気やケガで急に意思表示ができなくなる方に何度も出会ってきました。そのたびに、「もっと早くご本人の思いを聞いていたら・・・」と感じています。ご家族も悩みながら選択を迫られ、大きな負担を抱えることになります。だからこそ、元気な今こそ「自分がどんな医療を望むのか」「どんな生き方を大切にしたいか」を話し合うことが大切です。話すことは不安を和らげ、家族や医療従事者があなたの思いを支える力にもなります。あなたの「これから」を考え、思いを共有することが、より良い医療と人生に繋がっていきます。

元気なうちに考えるべき、望む生き方と逝き方

在宅医療の現場では、人生の最期をどう過ごしたいかという問いに向き合う機会が多くあります。ある患者さんは「家で家族に囲まれて逝きたい」と望み、それを実現するために皆で支え合いました。ご本人の死生観がはっきりしていたからこそ、迷いがなく穏やかな時間を共有できました。一方で意思がわからず、治療やケアの選択にご家族が苦悩する場面も少なくありません。「死」について語るのとは簡単ではありませんが、自分が大切にしたいことを元気なうちから考え、話しておくことは、本人にとっても家族にとっても良い心の支えになります。私たち医療従事者はその思いを大切にしながら、在宅でも最後まで寄り添っていきたいと思います。



自分のために そしてみんなのために

人生会議しませんか？

人生会議とは…「もしもの時」に備え、あなたの希望や大切にしたいと思うことについて、周囲の信頼する人たちやかかりつけ医などと繰り返し話し合い、共有する取り組みです。

ステップ1



- わたしのこと … P4
- わたしの大切にしていること … P6

あなたが大切にしていることは何ですか？

自分らしい人生を過ごすためにも、まずは自分のことを書き留めてみましょう。

心身の状態に応じて思いが変化することがあるため、何度でも繰り返し考え話し合しましょう！



ステップ5

- 伝えたいこと … P17

あなたの思いや希望を書き留めましょう

大事な人へ共有したり、話し合っあなたが感じたことや思いや希望をぜひ書き留めておきましょう。



ステップ2

●信頼できる人は誰かを考えてみましょう… P8

あなたが信頼できる人は誰ですか？



ステップ3

- もしもの時は … P10
- 人生の最期に至る経過 … P12
- 各治療の主な方法と終末期における長所・短所 … P13



信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましょう

元気なうちに、自分が受けたいと思う医療・療養や受けたくないと思う医療・療養について、ご家族や医療介護関係者等とぜひ話し合いましょう。

ステップ4

●わたしの健康・生活を支援してくれている方たち … P16

大切な人たちにステップ1～3をぜひ伝えて共有しましょう

命の危険が迫った状態になると、約7割の人は自分が受けたいと思う医療やケアを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなるといわれています。

大切な人たちにステップ1～3をぜひ伝えて共有しましょう。

共有した日を
記入しよう

更新された内容を
伝えたらその日付も
更新しましょう

年	月	日	に共有
年	月	日	に共有
年	月	日	に共有
年	月	日	に共有



次のページから実践してみましょう！▶



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。

今までどんな人生を歩んできたかを振り返ることは、これからの人生、今後の過ごし方を考える上でとても参考になります。書きやすいところから書いてみましょう。

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

病歴

※アレルギーやペースメーカー等、気を付けることもあれば記入しましょう

これまで住んだ家・場所

大切な思い出

ステップ1

わたしの大切にしている

これからの人生について

わたしの生きがい・楽しみ・好きなこと

わたしがやりたいこと(達成したら☑)

☐
☐
☐
☐
☐

わたしが気がかりなこと(解決したら☑)

☐
☐
☐
☐
☐

大切にしていること

あなた自身や親しい方が危篤になった経験や、親しい方を亡くした経験はあるでしょうか？ ご自身やご家族、友人の経験、またテレビや映画の場面を通じて感じたことなどを書いてみましょう。

「こんな最期だったらいいな、こんな治療やケアを受けたいな」と感じたことはどんなことでしょうか？

「こんな最期は嫌だな、こんな治療やケアは嫌だな」と感じたことはどんなことでしょうか？

こと



記載日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

もし生きることができる時間が限られているとしたら

チェック-1

あなたにとって大切なことはどんなことですか？ 右記のリストの中から選んでチェック☑してみましょう。いくつ選んでもかまいません。

チェック-2

チェック-1で選んだ項目の中で、特にあなたにとって「欠かすことのできないこと」はどれですか？番号と、その理由も書いてみましょう。

番号：

理由：

チェックリスト		☑
1	家族や友人のそばにいること	☐
2	少しでも長く生きること	☐
3	仕事や社会的役割が続けられること	☐
4	好きなことができること	☐
5	身の回りのことが自分でできること	☐
6	ひとりの時間が保てること	☐
7	できる限りの治療が受けられること	☐
8	自分が経済的に困らないこと	☐
9	家族の負担にならないこと	☐
10	家族が経済的に困らないこと	☐
11	痛みや苦しみがないこと	☐
12	望んだ場所で過ごせること	☐
13	信頼できる医療・介護スタッフがいること	☐
14	大切な人に伝えたいことを伝えること	☐
15	病気や死を意識せずに過ごすこと	☐
16	生きていることに価値を感じられること	☐
17	その他（具体的に書いてください）	☐

チェック-3

もし生きることができる時間が限られているとしたら、どうしてもやっておきたいことを書いてみましょう。（例：故郷に帰りたい。〇〇さんに会いたい。〇〇に行きたい、等）

ステップ2

信頼できる人はだれかを

あなた自身のことをよく理解してくれている信頼できる家族や友人で、病状などによりあなたが自分の考えや気持ちを伝えられなくなったときに、あなたの代わりに「どのような治療やケアを受けるか」「どこで治療やケアを受けるか」などについて相談し、話し合う人を決めておきましょう。

例) 以下のような人が考えられます。



一人だけに決める必要はありません。例えば、妻と長女で話し合って決めてほしい、などのように複数の人になることもあるでしょう。その方にあなたの気持ちを率直に伝えましょう。

なぜ「信頼する人」を決めておく必要があるのでしょうか？

いざという時にあなたの代理として「どのような治療やケアをどこで受けるか」などについて考え、代弁してくれる“代理意思決定者”が必要になります。

その人に意思を伝えておくと、どんないいことがあるのでしょうか？

- もしあなたが意思を表現できなくても、治療やケアを決める時にあなたの意見が尊重されます。
- その人も、あなたの考えを聞いていれば方針を決めやすくなり、代理意思決定者としての負担が軽くなります。

考えてみましょう

記載日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

もしも、あなたの病状などにより、自分の考えや気持ちを伝えられなくなったときや、あなたが治療などについて決められなくなったときに、あなたの代わりに治療やケアについて話し合ってもらえる信頼できる家族や友人の方はどなたになりますか？

※名前と具体的な間柄を記入ください。(複数でも可)

※もし、あてはまる人がいないときには、「頼める人がいない」と記入ください。

あなたが受ける治療やケアについての話し合いに、あなたご自身の代わりに参加してほしいと望んでいることを、ご本人に直接伝えていますか？ あてはまる方を選んでください。

※チェック ☒ を入れてください。

☐ 伝えている 伝えた時期： 年 月 日 ころ

伝えた方の氏名：

☐ 伝えていない もし、まだ伝えていないのであれば、その理由を記入ください。

メモ

ステップ3

もしもの時は



人生の最終段階における医療やケアは本人の希望に沿った選択が最も尊重されるようになりました。ゆっくりと考える時間がある今だからこそ、「終末期(何らかの医療処置を行わなければ、比較的短期間で死に至るであろう、回復不能の状態)」になった場合のご自身の希望を書いてみませんか。希望を記入しておくことで、ご自身で判断できなくなったときに、ご家族や主治医等の判断の参考になると期待できます。できれば、大切な方にこの内容や気持ちを伝えておくといいでしょう。

実際に終末期になった際には、医療者から説明を受け、話し合ったうえで確認されます。

終末期のときの基本的な希望

● 深刻な病状説明を受ける場合の希望 ※希望項目にチェック ☒ を入れてください。

- ☐ 厳しい内容でも、全て自分に話してほしい
- ☐ 主に代理意思決定者に話して、自分は概要だけでよい
- ☐ 代理意思決定者や医師の判断に任せる
- ☐ その他

選んだ理由:

● 受ける治療に関する希望 ※希望項目にチェック ☒ を入れてください。(いくつでも選択可)

- ☐ 一日でも長く生きられるような治療を受けたい
- ☐ どんな治療でも、とにかく病気が治ることを目指した治療を受けたい
- ☐ 痛みや苦痛が無く、自分らしさを保つことに焦点を当てた治療を受けたい
- ☐ できるだけ自然な形で最期を迎えられるような必要最低限の治療を受けたい
- ☐ その他

選んだ理由:

P10～P15に記載されている内容は、終末期になったときに医療やケアの選択としてご本人の意向を確認されることの多い項目です。

記載日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

修正日： 年 月 日

●もしもの時の過ごし方についての希望

※希望項目にチェック ☒ を入れてください。(いくつでも選択可)

- | | |
|---|--------------------------------------|
| ☐ 自宅で過ごしたい | ☐ 病院や施設で療養したい |
| ☐ なるべく家族に迷惑をかけたくない | ☐ とにかく長生きしたい |
| ☐ できれば、家族に世話をしてもらいたい | |
| ☐ 食事やトイレなど最低限自分でできる生活を送りたい | |

選んだ理由：

●もしもの時に、これだけは嫌、これはしてほしくないことがあれば書いてみましょう。

理由：

●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

選んだ理由：

こちらはチェックすること自体が目的なのではなく、これらの内容について元気なうちに考え、親しい方たちと話し合うきっかけづくりとして載せてあります。考えが変わったときは何度でも書き直していただいて構いません。修正内容はその都度記入し、修正した日付を記入しておくことをお勧めいたします。なお、この記入内容に関しては法的な効力をもっていませんのでご了承ください。

ステップ3

人生の最期に至る経過

元気な時

治療やケアについて自分の希望を、あらかじめ、この手帳に書いておきましょう。



療養生活が必要になった時

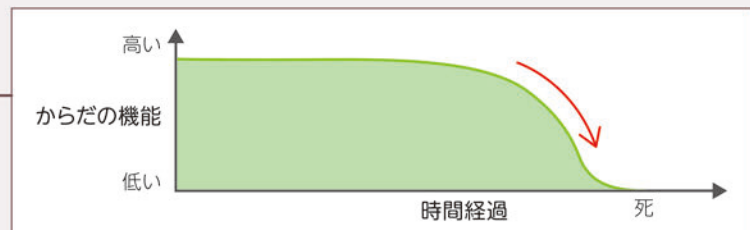
あなたの状況に応じて、主治医や看護師など医療・介護の専門職と一緒に考えていきます。



病気などの種類によって、からだの機能の衰え方は異なります

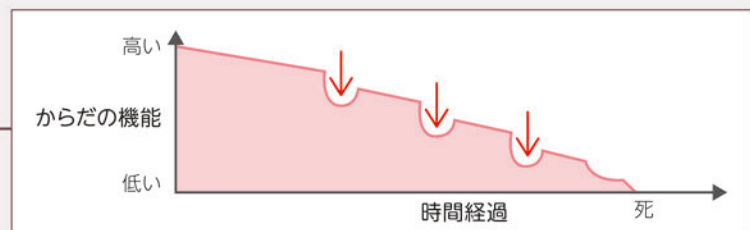
がんの場合

比較的良好な期間が続き、亡くなる前に急速に状態が悪化します。



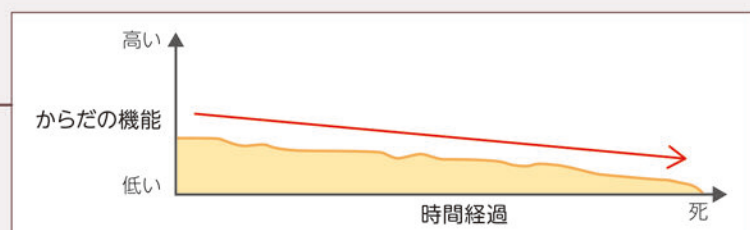
慢性疾患の場合 (心臓、肺、腎臓、肝臓の病気など)

急激な悪化と改善を繰り返しながら機能が低下していきます。



認知症・老衰の場合

気づきにくいですが、徐々に機能が低下します。



* Lynn J et al. Living well at the end of life(2003)を参考に作成

各治療の主な方法と 終末期における長所・短所

終末期のときに、ご本人の意向を確認されることが多い治療方法です。「もしもの時」の心づもりとしてそれぞれの治療について考えておきましょう。ここに書かれた医療を行うべきかどうかは、病気の原因や病状により大きく変わります。実際には、ご本人の状態を十分に考慮したうえで各治療の長所と短所を医師が説明し、ご本人の望む生き方をお伺いして、一緒に考えながら治療を行うかを決めていくことになります。

口から食べられなくなった時の医療処置

●人工的な水分栄養投与方法

以下の治療法は口から食べることができなくなった時に栄養や水分の補給のために行われるものです。

①点滴

水分や栄養を血管に刺した管を通して入れる方法です。必要があれば、薬を管の中へ注入します。点滴をしている時間は、管が身体につながっている状態になります。

◆末梢点滴

一般に「点滴をする」というときはこの方法です。水分や栄養を手足の静脈に入れます。血管が出にくい場合、お腹などの皮下に入れる方法もあります。水分や電解質を補うことはできますが、生きるために十分な栄養を入れることはできません。

長所

- 必要な水分と、多少の栄養分を確保できます。
- 病院でも在宅でも手軽に行うことができます。
- 1日に1～2時間など必要な時だけ行えます。

短所

- 施行時に繰り返し針を刺す必要があります。
- 繰り返し針を刺すことによって血管がもろくなり、続けていくことが難しくなります。
- 水分が多すぎるとむくみやたんの原因になることがあります。
- たんが増え、自分でたんを出すことができないと機器での吸引が必要となります。



◆中心静脈栄養法

鎖骨の下や首から心臓に近い血管に、カテーテル(専用の柔らかい管)を入れることにより、濃い栄養輸液を投与できます。一般的に24時間継続して行うことが多いです。

長所

- 十分な栄養と水分を入れることができます。
- この点滴だけで栄養状態を長期間維持できます。
- カテーテルは数か月間使用可能で、頻繁に刺しかえる必要がありません。

短所

- カテーテルの挿入は末梢点滴より難しく、通常は病院でしかできません。
- 針の入った部分の消毒を、定期的に医療従事者が行う必要があります。
- 水分が多すぎると、むくみやたんの原因になることがあります。

②経管栄養

水分や栄養を、管を通して胃の中に入れる方法です。十分な量の水分と栄養を入れることができ、満腹感もあります。内服薬もここから投与できます。管の挿入は医療従事者が行いますが、栄養液や薬を入れることは、家族が行うこともできます。

◆経鼻経管栄養法（鼻チューブ）

細いチューブを鼻から胃へ通し、そのチューブを通じて、流動食や水分、薬を入れる方法です。

長所

- 手術せずにチューブを入れることができます。
- 不要になったら、いつでも抜くことができます。

短所

- チューブが鼻やのどを通ったままの状態となるので、違和感や不快感があります。
- 定期的（月に2回程度）にチューブ交換が必要になります。交換の際に負担を感じる場合があります。
- 固定してあってもチューブが抜けやすいので注意が必要です。



◆胃ろう

胃カメラを使った手術でお腹の皮膚から胃の中に直接入れる管を設置します。ここから流動食や水分、薬を入れる方法です。一度始めると長期にわたって継続することが多くなります。

長所

- 鼻チューブと異なり、鼻やのどの不快感がなく経口摂取（飲み込み）の練習がしやすくなります。
- 管の交換はおおむね6か月に1回ですみます。

短所

- 胃ろうを作るには短時間入院して手術をする必要があります。
- 管の交換には、外来または在宅で医師の処置が必要となります。



心臓や肺、腎臓のはたらきが低下した場合の医療処置

●心臓マッサージ等の心肺蘇生術

心肺蘇生術とは心肺停止（心臓の拍動と呼吸が停止した状態）に至った際に、心臓マッサージや、人工呼吸、薬物の注射や点滴によって、回復をめざす医療行為です。人工呼吸をする際は口にマスクをあてるだけでなく、鼻や口から気管にチューブを入れる場合もあります。

●人工呼吸器による呼吸の補助

自身の力による呼吸が不十分になった際に、機械の力によって呼吸を補助する方法です。機械と身体をつなぐ方法には、マスクを口にあてる方法、チューブを鼻や口から気管に入れる方法（気管内挿管）、のどに穴をあけてチューブを入れる方法（気管切開）があります。回復後には機械をはずすことができます。回復が思わしくない場合には、機械をはずすことは難しく、長期間使用することとなります。病状によっては、意図的に意識をなくすような処置をし続ける場合があります。

●人工透析治療

腎臓は血液中の不要物を尿として身体の外に排出しています。人工透析は腎臓のはたらきが極度に低下した際、機械の力によって腎臓のはたらきを代行する治療です。一般的な血液透析の場合、血管に針を刺して体外に出した血液を機械に通してろ過し不要物を除去した後に再度血管内に戻します。急な病気では、一時的な透析治療ですむこともあります。慢性の病気で腎臓のはたらきが低下している場合は、おおむね1回3～4時間、週に3回以上の透析治療をずっと継続することになります。

これらの医療行為は受けずに自然にゆだねたい場合

これらの医療行為は行わない(自然にゆだねる)という選択もできます。人生の最終段階になって、口から飲んだり食べたりすることが不可能となったときに点滴や経管栄養を行わない、呼吸ができなくなったときに人工補助呼吸を行わない、心臓が止まっても心肺蘇生を行わない、という選択です。その時が、人生の最終段階として自然な成り行きを受け入れる時なのか、あるいは、少しでも回復の見込みがあって生き続けるためにがんばる時なのか、状況によって選択は大きく変わります。実際にはその時点で、医師から病状の説明を十分に受けたうえで、その状態での医療行為の長所・短所をよく検討することになります。この人生会議手帳で話し合われたことを参考に、本人の意向を尊重し、本人または代理意思決定者が医療従事者とよく相談したうえで決定されます。

メモ

※今の時点でのご希望がある場合には、その思いや理由を含めて書いてみましょう。





わたしの健康・生活を 支援してくれている方たち

かかりつけ医やケアマネジャーなどにこの手帳に書いてある
内容を伝え、心配事があれば相談しておきましょう。



施設名・担当者名等	電話番号	メモ
かかりつけ医		
かかりつけ薬局		
受診している病院		
訪問看護ステーション		
ケアマネジャー		
その他		
その他		

メモ

家族(または大切な人)に伝えておきたいこと、書き記しておきたいこと、
家族と話し合ったことや家族の方の思いなどを書き留めましょう。

月 日 について

月 日 について

月 日 について

ステップ5

伝えたいこと



大切な方へのメッセージ

記入日

年 月 日

さんへ（関係/ ）

さんへ（関係/ ）

さんへ（関係/ ）

さんへ（関係/ ）

さんへ（関係/ ）

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

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低下すると、自身で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う。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でいると、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。

☐ 配偶者	名前:	
☐ 子ども	名前:	
☐ 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。

☐ 法定後見制度(※1)	☐ 任意後見制度(※1)
☐ 財産管理委任契約(※2)	☐ 日常生活自立支援事業(※3)
☐ 民事信託(※4)	☐ 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律的に支援する制度

※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 財産管理委任契約について

本人(委任者)が信頼できる第三者に対して自分の財産の管理や手続きを委任する契約です。

※3 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)

※4 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。

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・医療の多方面からの相談に総合的に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 ●社会福祉士 ●主任ケアマネジャー
(看護師)

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)	☎053-573-2050	新所・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)	☎053-577-5455	上ノ原・南上の原 第1～第3・新所原 白須賀第1～第6 大森・岡崎・梅田
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)	☎053-595-1114	表鷺津・鷺津・河美 古見・川尻・市場 山口・坊瀬
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)	☎053-594-7474	新居中央・柏原 新居南・橋本 西浜名・内山・住吉 ベイリーフ・郷南郷北 三ツ谷・あけぼの

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 <input type="text"/> | 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、自筆証書遺言書保管制度(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。

いざ在宅で医療を受けるときのために、 かかりつけ医を持っておきましょう

在宅で医療を受けるとき、頼りになるのは日頃からあなたを知る「かかりつけ医」です。体調の変化や生活環境を把握しているからこそ、必要なときに迅速な判断と適切な手配（往診、訪問看護、在宅医療機器、服薬管理）が可能になります。普段から関係を築いておくことで、いざという場面でもスムーズに在宅療養へ移行でき、安心して治療を続けられます。

かかりつけ医



かかりつけ歯科医



かかりつけ薬局



今後のことを考えるきっかけに

この手帳を通じて、あなたが今後どのように過ごしたいか、そして万が一の時にどんな準備が必要かを考えることができます。事前に準備しておくことが、後々の困りごとを減らし、安心して日々を送るために役立ちます。

地域には相談できる場所がたくさんあります。自分自身の希望を大切に、周囲への負担を減らすためにも、早めに準備を整えることをお勧めします。



メモ



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

ゼロ
円

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

みなさまが安心して相談できる

豊橋「終活・相続」地域支援センター

～身近な町の相談所～

司法書士、税理士、会計士、弁護士、行政書士、不動産鑑定士、
宅地建物取引士、土地家屋調査士、社会保険労務士、相続相談士など

専門家が連携した専門チーム

相談は窓口ひとつで、まとめて完結！
安心してご相談いただけます



相続診断士 鈴木 久実
一般社団法人東海相続執務室
すずき相続診断士事務所



代表理事・税理士 熊谷 浩恭
一般社団法人東海相続執務室
熊谷浩恭税理士事務所



司法書士 福田 宏之
福田宏之司法書士事務所



代表取締役 森下 篤志
株式会社 COCOECO.

終活「相続をする人」

人生の終焉に向けて、自分自身の身の回りの整理や、葬儀、お墓、財産、介護、医療など、様々な事柄を準備する活動のことです。



遺言公正証書作成、家族信託、信託登記、任意後見契約、死後事務委任契約、成年後見の申立、成年後見人、相続税対策、生前贈与など、
みなさまの想いに寄り添いサポートいたします。



誰しものが急に発生する相続「相続を受ける人」

どうしたらいい...? 誰に相談したらいい...?
相続と言っても、相続するものや内容は人それぞれです。



相続人調査、預貯金の解約、遺産分割協議書の作成、遺産整理、相続放棄、相続書類の取得・作成、相続税の申告、遺品整理、相続紛争などの**手続きは複雑で難しいものが多い**です。みなさまの**ご相談を伺い、想いに寄り添い**お力になれるよう努めてまいります。

「もっと早く相談しておけばよかった」とご相談者様から伺うこともあります。

こんな事相談してもいいのかな?と不安にならず、まずはお問合せください。
豊橋「終活・相続」地域支援センターは、土業の専門家が連携した専門チームなので、
窓口ひとつでお困りごとを**ワンストップで解決**できます。



相談
無料

まずは、お気軽に
ご相談ください

0532-35-6769

HPはこちら

[受付可能時間 9:00~20:00] 土・日・祝日対応可能

豊橋「終活・相続」地域支援センター 運営：一般社団法人東海相続執務室 豊橋分室
〒440-0831 豊橋市西岩田五丁目1番地13



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

メモ

