



きつき

# ネバーエンディングノート

～わたしの思いをつなぐために～



杵築市公式キャラクター  
「きつみん」

杵築市医療介護連携課

## ーわたしの思いをつなぐためにー

『人生を振り返り、あなたに関する情報や要望・希望をわかりやすくまとめ、しっかりと残しておくことで、大切な人を助けるもの』

それが、エンディングノートです。

ご自身や大切な人たちのこと、病気・介護、葬儀・お墓等のこと・・・テーマに沿って書きすすめるうちに、思いを整理できるようになっています。また人生100年時代といわれる中で、『これからの人生のあり方を考える』きっかけになることもエンディングノートの大きな役割です。

そして『ネバーエンディングノート』という名称には『自身の豊かな人生、亡くなった後の家族の人生につなげてほしい』という思いを込めています。このきつきネバーエンディングノートを通して、大切な人との話し合い『人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）』してみてください。あなたの大切な思いがつながることを願っています。

## きつきネバーエンディングノートの書き方

- まずは、書きやすいページから気軽にはじめましょう。
- 何度も書き直ししても大丈夫です。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みましょう。
- 家族や大切な人、医療・介護従事者等と相談しながら書いても良いでしょう。
- 受診時や入院時に持参して、かかりつけ医や看護師等と人生会議してみましょう。
- ノートの存在を家族や大切な人に伝え、保管場所を明らかにしておきましょう。
- ※エンディングノートには、法的効力はありません。
- ※個人情報が含まれるため、大切に保管しましょう。

## もくじ

第1章 わたしのこと・・・・・・・・・・	2	第5章 財産について・・・・・・・・・・	11
第2章 病気・介護について・・・・・・	5	第6章 人生100ライフプラン・・・・・・	12
第3章 葬儀・お墓等について・・・・・・	7	第7章 人生会議について・・・・・・・・・・	13
第4章 大切な人たち・・・・・・・・・・	9		

※杵築市は市政出前講座『終活・エンディングノート書き方講座』を行っています。ぜひご活用ください。

※杵築市ホームページからもダウンロードできます。

お問い合わせ先

杵築市医療介護連携課

TEL 0977-75-2404

発行：杵築市医療介護連携課

発行日：令和4年3月