My 終活リスト【生前】

エンジョインサロン TEL023-633-7711（受付　平日・土日祝営業 9:00～17:00［GW・お盆・年末年始を除く］）

種別	No	該当レ点	項目	相談先・依頼先・届出手続先
健康	1		健康寿命を延ばすために有効なことを行なう	各地区の地域包括支援センター
	2		近所にかかりつけ医を見つける	ご自分で納得のいく医院を
介護	3		要介護になった時どうしたいかどうして欲しいかをイメージする	各地区の地域包括支援センター
	4		認知症になった時にどうしたいかどうして欲しいかをイメージする	〃
遺産相続ライフプラン	5		自分の遺産を把握する	不動産鑑定士 またはエンジョインサロンへ
	6		遺言書を作成する　・　遺産分割を決める	司法書士・行政書士など またはエンジョインサロン
	7		司法書士・税理士等の専門士に相談する	ご自分で または エンジョインサロンへ
	8		相続人確認をスムーズに行えるよう自分の戸籍謄本を取り寄せておく	ご自分で または ご家族や行政書士など
	9		夫が亡くなった後のライフプランを作る	ご自分で または ご家族と一緒に
葬儀	10		費用やできることできないことなどの事前相談をする	平安典礼 TEL023-633-8000
	11		して欲しいことして欲しくないことを決める	ご自分でイメージしてみる
	12		写真を選ぶ または 写真を撮ってもらう	エンジョインサロン
	13		連絡先のリストを作る	ご自分で または ご家族と一緒に
	14		菩提寺が無い場合は僧侶の手配を確認しておく	平安典礼 TEL023-633-8000
納骨・埋葬・お墓・墓地	15		どこに納骨・埋葬してもらいたいかをイメージする	エンジョインサロン
	16		従来の墓石・永代供養・樹木葬・散骨などの埋葬スタイルを検討する	〃
	17		候補地を探しお墓の建立は生前か葬儀後かの時期を決める	〃
	18		お墓・墓地 (永代使用権) を購入する	〃
身元保証・後見・住居	19		入院入居の身元保証人を探す	エンジョインサロン
	20		成年後見制度を利用する	弁護士・司法書士・福祉協議会・エンジョインサロン
	21		死後の届出手続き等を身内以外の第三者に依頼する	弁護士・司法書士・行政書士・エンジョインサロン
	22		自宅に住み続けるか高齢者施設に入居するかを決める	エンジョインサロン
	23		ひとり暮らしを続けるか子どもと同居近居にするかを決める	ご家族とご相談
整理	24		片付け・不用品の整理をする	エンジョインサロン
	25		使っていない預貯金口座やクレジットカードを解約する	ご自分で または ご家族と または 後見人に依頼
	26		キャッシャカードの暗証番号や口座の印鑑を明確にしておく	〃
	27		預貯金通帳証書や株券等有価証券をまとめておく	〃
	28		生命・入院保険の内容を確認する	〃
	29		連帯保証人などになっている契約書内容を確認する	〃
	30		年金手帳・健康保険証・介護保険証・住民基本台帳カード・パスポートなどをまとめておく	〃
	31		各種契約内容について確認・解約・整理をする	〃
	32		形見分けを決める	〃
	33		運転免許証の返納・自家用車売却・自動車保険の解約	〃

種別	No	該当レ点	項目	相談先・依頼先・届出手続先
WEB	34		課金されるアプリなどを解約する	ご自分でまたはパソコンサポートショップに依頼
	35		ブログ等 死後も残らないよう削除する	〃
	36		ネットバンクや FX などの取引を解約する	〃
	37		SD カード・USB・メモリーなど必要なもの以外は消去する	〃
	38		SNS・ブログなどのアカウントを削除する	〃
	39		残すデータを決める	〃
	40		ID・パスワードをわかるようにしておく	〃
	41		データを自分で消去するか 亡くなったら自動消去する ソフトを使用するかなどを決める	〃
終末医療	42		病状・余命の告知を誰と受けるかを決める	身内・友人・または 看護師に相談
	43		治る見込みがなくなった時 延命措置か尊厳死かを決め それを誰に伝えておくかを決める	身内 または 担当医師
	44		臨終状態になった時 気管内挿管などの蘇生措置を望むか 望まないかを決め それを誰に伝えておくかを決める	〃
ペット	45		ペットを託す先を決める	身内親族・友人知人・老犬猫ホーム
伝言	46		要望や思いをエンディングノートやパソコンなどに記録 しておき判断能力が低下する前に身内などの託す人に伝える	身内親族・弁護士・司法書士 ・行政書士・エンジョインサロン
	47		亡くなった後を託す人に 互助会に加入していることを伝える	〃
	48		亡くなった時に平安典礼に電話することを伝える	〃
	49		急病や身の危険を感じた時 連絡する先を決めておく または緊急対応サービスと契約する	〃
	50		孤独死を避けるため 定期連絡を取れる人を決める または 家の中での 動きセンサー等で異常を知らせる等のサービスと契約する	〃
直前	51		家族などが近い親族に状況を連絡する	同左
	52		口座凍結前にお布施・葬儀費用等必要になるお金を引き出す	ご家族・後見人
その他				