

エンディングノートQ&A

No	質問	回答
1	エンディングノートとは何ですか？	自分の大切な情報や希望など、家族や支援者に伝えておきたいことを記録しておくものです。 「もしもの時」に、家族や支援者の負担を軽減するためのものであり、自分の意思を実現するためのものでもあります。 ホームページにイメージ動画を掲載していますので、ご視聴ください。
2	遺言書と何が違いますか？	遺言書には法的拘束力がありますが、エンディングノートには法的拘束力はありません。あくまでも自分の考えや希望を記録しておくものです。 また、遺言書には厳格な要件がありますが、エンディングノートには決まりがありません。手続きやルールに縛られることなく自由に作成することができます。
3	エンディングノートは、高齢者だけが書くものですか？	高齢者に限定したものではなく、全ての方が対象です。
4	無料ですか？	市が作成したエンディングノートを無料でお渡ししています。
5	どこでもらえますか？	地域包括ケア推進課（保健福祉会館9階）、各区役所・支所・地域センター、地域包括支援センターで配布を行っています。 また、ホームページからダウンロードもできます。
6	誰でももらえますか？	市内にお住まいの方、又は市内にご家族がいらっしゃる方なら誰でも受け取れます。
7	1人何冊までもらえますか？	お1人につき、1冊が原則になります。
8	配布期間はいつまでですか？	配布期間は特に設けていません。在庫がなくなるまで配布しています。

エンディングノートQ&A

No	質問	回答
9	施設入所者分のノートがほしい。	在庫に限りがありますので、申し訳ありませんが、ホームページからダウンロードしたものをご利用ください。
10	デジタル版はありますか？	ホームページからWord形式のノートをダウンロードできます。 ダウンロード後、パソコン上で入力、保存することができます。
11	どうやって書けばいいですか？	エンディングノートの書き方に決まったルールはないので、ご自身のペースで自由に書いていただいても大丈夫です。 記入項目が多く全項目を書くことは大変なので、書けるところから書くことをお勧めします。 ホームページに「エンディングノート書き方サポート」を掲載していますので、参考にご覧ください。
12	注意する点はありますか？	エンディングノートを書いていることや、ノートの保管先を家族など信頼できる人に伝えておきましょう。せっかく書いた情報や希望も伝えることができなければ意味がありません。 エンディングノートには重要な個人情報を記入することになるので、盗難や紛失にはご注意ください。 ※金融機関の暗証番号など、第三者に悪用される可能性がある個人情報を書かないようにしましょう。
13	個人的に相談したいことがあるが、どこに問い合わせればよいか？ (遺言、相続、成年後見等に関する事など)	エンディングノートの27ページ「各種相談窓口・関係機関一覧」に、相談先の連絡先やホームページへつながるQRコードを掲載しています。各団体で無料相談会なども実施されていますので、直接お問い合わせください。
14	出前講座をしてほしい。	エンディングノートに関する出前講座は行っておりません。 ホームページに「エンディングノート書き方サポート」を掲載していますので、参考にご覧ください。