

エンディングノートとは

旅立ちのメッセージ

もしもの時

あなたの「思い」「希望」を伝えるノートです。

やがて訪れる人生の最期に備えて、自分の望むあり方を書き記して置くためのノートです。

これからの人生について、あなたの考え、思いを書いて下さい。

元気なときから、病気になったときにはどのような治療を望むのか、どのように人生を締めくくりたいかなどを考えて文書にしておけば、家族や周りの人達にあなたの考えや思いを伝えるものとなるでしょう。

エンディングノートとは、現在も未来も、より自分らしく安心して生きそして逝くためにつくるもの。

自分自身のため、また大切な方のための記録ということができるのではないのでしょうか。エンディングノートを作成することにより、現在の自分自身の考えを整理し、もしものときには、自分自身のメッセージとして残すことができます。

自分自身が自分らしくあるために、

残された方が、あなたの意思を尊重しやすいうようにこのような目的を期待できるものです。

また、ライフプランを合わせて作成することにより、経済的な安心と現状の把握ができるとともに、将来の残された方への安心も与えることができます。

遺言書との違い

そもそも、遺言書とエンディングノートでは、記入する内容の広さに大きな違いがありません。

エンディングノートには、自分自身のメッセージとしての広さと自由さがあります。

また、死亡時だけでなく、生存時も対象にしてる点が大きな違いではないでしょうか。

もともと財産分割などの法的な効果を期待する場合は、遺言がいいでしょう。

当社でも、遺言書作成のサポートを専門化との提携によりサポートいたします。

しかし、法的効果がある分手続きなども、厳格に決められています。

そこまではと言う方、大切な方にあまりに強制したくない方などには、エンディングノートのほうがいいのでは、また併用のほうがいいのではと思います。

気軽に現在の考えや気持ち、経済状況を書き、日々の変化により、気楽に書き直していけばいいのではないのでしょうか。

エンディングノートの内容

大きく分けると、次の四つに分けられます。

1. 自分自身の歴史
2. 財産の状況
3. 医療・介護や葬儀等の希望
4. 親戚や友人の名簿

簡単に、内容を見てみます。

1. 自分自身の歴史

自分自身を見つめなおすとともに、次の世代へ自分を知ってもらうことができます。また記入する中で、今後もよりよく生きていく考えも浮かぶでしょう。

2. 財産の状況

現在の財産状況を把握するとともに、病気や万が一のときに、必要な方への伝言の役割があります。

病気で急きょ入院などの場合にも、用意されている財産を安心して、伝えることができます。

万が一のときには、残された方に財産が確認されない不安を、払拭することができます。

また財産状況の現状を把握することにより、今後の財産の活用や、不足があるとなればその対策を考えることもできます。どのように財産を引き継ぐかを考えるきっかけにもなるのではないのでしょうか。

3. 医療・介護や葬儀等の希望

延命治療の希望、葬儀や法要などの希望など、伝えたくても伝えられないこと、残された方からみると、聞きたくても聞けないことを、ご自身の希望として伝えることができます。

4. 親戚や友人の名簿

連絡を取ってほしい方や、今後も付き合っしてほしい方などを伝えることができます。

万が一の場合に誰に連絡すればいいか、わかりづらい残された方にも、非常に役立つものになるでしょう。

このように、自己を見つめなおし、よりよく生きるとともに、大切な方への必要な伝達を行うことができるのが、エンディングノートです。

自分自身のため、また大切な方のための記録とすることができるのではないのでしょうか。

用語説明

・万が一の場合に備えて、自分の介護や葬儀などに関する希望を書き留めておくノートのこと。

→エンディング(ending)とは終末の意。

→人生の終末期も含めた、広い意味での遺書と考える事もできる。

・以下のような事を書き込む。

→介護や治療に関する方針:誰に介護して欲しいか、延命治療や尊厳死を望むかどうかなど。

- 死後の方針:死亡を知らせる親族・知人のリスト。戒名や葬儀の方針など。
- 財産:預金の種類や、その通帳の保管場所など。またその分与の方法など。
- 人生の記録:自分の生い立ちや交友関係などの記録。
- その他、子供に伝えたいことなど。

・生前契約:死後に発生する事務手続き(葬儀や財産処分など)を、事前に契約しておく仕組みのこと。近年、このようなサービスを提供する団体が増えている。

表紙

老後や終末期の過ごし方を家族に託すエンディングノートである旨を記入。