

しつもん箱



## エンディングノート

「もしもの時の私のお願いノート」という案内がありました。これって何ですか？

## A

エンディングノートとは、自分の身に万一の事が起きた時のために備え、希望する葬儀の形式やご家族へ伝えたい事などを書き記しておくノートのことです。

「もしもの時の私のお願いノート」は、組合員の想いを基に作成したコープぎふ版エンディングノートです。エンディングノートに関心のある組合員が「葬祭を考える会」を結成し、紙面の内容や表紙のデザイン、ノートの名称、一つ一つについて他生協の事例も参考にしながら検討会を重ね作成しました。昨年11月より希望者に販売しています。



このノートは、自分が生まれてから現在に至るまでの人生の振り返り、希望する葬儀の形式、老病死に関わる選択について書き込めるようになっていきます。健康で元気なうちに自分の考えを整理し残しておく事、家族と話し合っておく事が大切です。

葬儀は、突然の出来事です。限られた期間に通夜、葬儀を執り行うのはとても大変です。のこされた家族が、葬儀を行なう事になった時に、本人の希望がわかっていたら安心してよりよい決断が出来ます。

いつかは訪れる葬儀という出来事について、あなた自身の思いを伝える手助けにご活用いただければ幸いです。

サイズ：A4版  
ページ：26P  
価格：500円

### 目次

—— ノートに書き込むにあたって ——

#### 第1部 私の人生

- ①私をふり返る
- ②私と家族1
- ③私と家族2
- ④現在の私とこれから

#### 第2部 私の葬式

- お葬式の印象
- お葬式を設計しよう
- 諸手続の連絡先
- 参列者へのおもてなし
- 参列していただいた方へのお礼を書いてみよう
- 自分らしいお墓を選ぶために
- 親類・友人・知人の連絡先

#### 第3部 私の老病死

- 老病死に関わる選択

- 付録① 死亡後の届出と手続きの流れ
- 付録② 葬儀事前申し込み制度のご案内

このノートに記入し終わったら、もう一度読み直して自らの気持ちを確認したうえで、以下に日付を記入して署名してください。



## 利用された組合員さんの声

「最近、家族葬という言葉をよく聞きます。自分の葬儀を家族葬で施行することを希望するのであれば、自分だけがそのつもりでいても、家族には伝わらないですね。だからこそ、ノートに書き残すことが必要なのね。」

「自分の両親に、葬儀について考えてもらうきっかけにしたいと思い、ノートを購入しました。このノートを話題にして、両親と共に葬儀について考えてみます。」

「葬儀に対する自分の要望を書き残すために1冊購入しました。届いたノートの内容を確認し、ぜひ、主人の葬儀についても記入しておこうと思い、もう1冊購入しました。自分たちの葬儀に対する要望をノートに記入し、子どもたちに託したいと思います。」

「もしもの時の私のお願いノート」に関するお問合せは、

葬祭事業窓口 サービス事業センター 葬祭担当 岩井

☎0120-176-038