



まつざわ ち く じ む き よ く つ う し ん 松沢地区 事務局通信

まつざわ ち く じ む き よ く がつごう
松沢地区事務局 3月号



世田谷区社会キャラクター
ココロ

わたし か
私のノートを書いてみよう！

まつざわ け にちじょうふうけい
松沢家の日常風景



しゅうかつ かんが おも
そろそろ終活のことを 考 え ないといけ ないかなって思 ってるの

はじ
どんなことから始めたらいいんだろうね。



まずは、エンディングノートを書いてみない。良くわからないから、
ノートに書かれている項目を埋めたらどうかしら？

ひと
そうだね。それも一つだね。



たと そうぎ よ き か
例えば、どんな葬儀にして、だれを呼ぶか、ちゃんと決めて書
いておかないと残された人が困るでしょう。社会福祉協議会の
ち い き じ む し ょ い わたし
地域事務所にいったら「私のノート」というエンディングノー
トがあったから買ってきたの。

み か か わたし ぶん
どれ、見せておくれ、書けるところから書いてみるか。私の分
も買ってきてくれたのかい。



さつ か
はい、ちゃんと2冊買ってきたわよ。



まつざわ け
松沢家



たろう さい
太郎さん(72歳)
はなこ さい
花子さん(70歳)
クー さい
クー (8歳)



ちょうなん かいしゃいん
長 男 会社員
まこと はるこ
誠 さん 春子さん
ひろと くん
ひろと君ひまりさん
とが い く
都外で暮らす



ちょうじょ さい
長 女
あい さい
愛さん(36歳)
きょういん
教 員
く ない ひ と り ぐ
区内で一人暮らし

わたしのノートとは♪



いままでの人生を大切にし、そしてさらに私らしく生きていくためにこれからの暮らし方を考えるノートです。

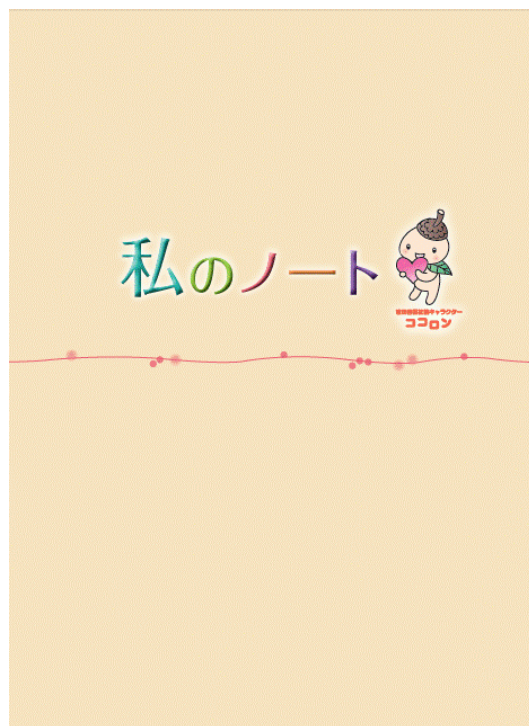
私大切にしたいこと、安心して暮らすための備えにも役立つノートです。

このノートに書いてあることは私自身の思いです。

将来、私を支えてくださる方には、このノートの内容を尊重していただきたいと思います。

もくじ 目次

1. 私のプロフィール
2. 今の私について
3. 私のネットワーク
4. 私の家族(連絡先)
5. 私の健康管理について
6. 私の希望
7. もしもの時のための連絡帳
8. 私の財産について
9. 資料編



私のノートは9つのパートから成り立っています。好きなページ、好きな部分から自由に鉛筆で記入してください。何度でも書き直すことができます。これから生き方をどうするか再考するきっかけになります。但し、法的拘束力はありませんので遺言書の代わりにはなりません。また、重要な個人情報が多く含まれています。保管にはくれぐれもご注意願います。



せたがやくしゃかいふくしきょうぎかい まつざわちくじむきよく
世田谷区社会福祉協議会 松沢地区事務局

たんとうねこあさのあかつつみ
担当:根子・浅野(赤堤5-31-5)

でんわ
電話:090-9818-2907

世田谷区社協キャラクター
ココロ