

# わたしの願い —自分らしく生きるために—

## 新座市版エンディングノート

### はじめに

活用のポイント ..... 1

### 1 わたしのこと

- ..... 2
- わたしの歴史 ..... 3
- わたしの夢 ..... 4
- 今の健康状態 ..... 4
- わたしに関わる人たち ..... 5

### 2 もしものとき

..... 6

### 3 亡くなったあとのこと

- 葬儀・お墓のこと ..... 10
- 財産のこと ..... 11
- ペットについて ..... 12
- 遺言書のこと ..... 13
- 個人情報・各種契約情報 ..... 14
- 各種サービスについて ..... 15
- 大切な人へのメッセージ  
..... 16

### 4 もしものときの連絡リスト

..... 17

名前

---



新座市 令和5年7月