

■自分自身について

□記入日 年 月 日

□ふりがな

□氏 名

(旧姓)

□名前の由来等

□生年月日

年 月 日生まれ

□血液型 型

□出生地

□本籍地

□生前戒名・雅号

□資格・免許

□賞罰等

□趣味

□好きな言葉

□好きな色

□好きな音楽・曲

□好きな本

□好きな映画

□好きな食べ物

□行きつけの店

□思い出の場所

□尊敬する人

□メモ

※ご自分のことについて思いつくことを書いてください。

■学歴

- 幼稚園・保育園 園 年 月卒園
- 小学校 小学校 年 月卒業
- 中学校 中学校 年 月卒業
- 高等学校 高等学校 年 月卒業
- 大学・短期大学 大学 年 月卒業
- 専門学校 専門学校 年 月卒業

- 好きだった先生、友人の思い出 クラブ・委員会活動の思い出
- 得意科目、不得意科目 学生時代の一番の思い出

■職歴

- 会社名 役職
 年 月～ 年 月勤務
- 会社名 役職
 年 月～ 年 月勤務
- この仕事を選んだ理由 あなたにとって仕事とは？
- 楽しかったこと、つらかったこと 一番の思い出など

■結婚歴

- 結婚記念日 年 月 日
- 初めての出会い 初めてのデート 思い出の場所
- 新婚旅行の思い出 一番の思い出など

メモ

※心に残っている思い出を書いてください

■家系図

父

母

祖父

祖父

祖母

祖母

兄弟・姉妹

・続柄（ ）

・配偶者

住所

電話

メモ

※家系図など、ご自由にお書き下さい。

子供・孫

・続柄 ()

・配偶者

孫

・

・

住所

電話

・続柄 ()

・配偶者

孫

・

・

住所

電話

・続柄 ()

・配偶者

孫

・

・

住所

電話

・続柄 ()

・配偶者

孫

・

・

住所

電話

メモ

※ご親戚のことなど、ご自由にお書き下さい。

■要介護になった場合

自宅で介護して欲しい 専門施設で介護して欲しい 特に希望はありません。家族に任せます

■延命治療について

延命治療をして欲しい 延命治療はやめて欲しい 回復の可能性があれば続けて欲しい 特に希望はありません。家族に任せます

■ガンなど不治の病と診断された場合

病名を告知して欲しい 告知しないで欲しい 特に希望はありません。家族に任せます

■メモ

■尊厳死について（くわしくは、日本尊厳死協会等におたずね下さい）
尊厳死を希望します 尊厳死は希望しません 特に希望はありません。家族に任せます

■臓器提供について（くわしくは、日本臓器移植ネットワーク等におたずね下さい）

臓器提供に同意します 臓器提供はしたくありません 特に希望はありません。家族に任せます

■私の最後は

自宅で過ごしたい 病院やホスピスなど専門の施設で過ごしたい
特に希望はありません。家族に任せます

■メモ

■お葬儀

※葬儀式というものは、亡くなった本人が希望して執り行うものではなく、遺された者が、亡き人のために感謝の気持ちを捧げるために行うものです。最低限の希望に留めておきましょう。

遺影（ご自分が気に入った写真があれば最後のページに貼ってください。） 死装束 家紋（ ） 葬儀社に生前予約している（ ）会社 弔辞・必要（ ）さんに頼む・必要なし 生前法名 年 月 日授与（戒名 ） お墓の場所（ ） 葬儀に対する希望 会葬者の皆さまへ

■メモ

■もしもの時に連絡して欲しい方々

・ さん ・自分との関係
住所
電話

■財産に対する意思

※遺産相続など、法的に有効なものにされたい方は書き方などの細かなルールがあります。公証人（公証役場）・司法書士・弁護士等の専門家に相談されることをお勧めします。

不動産、預貯金、株式・有価証券、その他の不動産など。借金など負の財産。 年金 健康保険 生命保険 損害/傷害保険 会員退会/会員権手続き 形見分け/寄付

■メモ

■遺していく者へ

※もし自分の命が明日までとしたら・・・誰に何を言い遺したいですか？

夫、妻へ 子、孫へ 兄弟、姉妹へ 友人・知人へ 大切な人へ

■ (さんへ)

■ (さんへ)

■ (さんへ)

■フリーメモ

※どうぞご自由にお書き下さい

