

本書の使い方① こんなときに使います

エンディングノートを用意しておく、次のような場面で活用できます。ただし、エンディングノートに法的拘束力はありません。ノートに伝えたいことを書き記すとともに、各種終活ツールを作成しておきましょう。たとえば法的拘束力のある遺言書を作成しておく、無用なトラブルを防ぎ、確実に相続を行うことができます。

☑ 緊急時の医療の場面

緊急時に最適な医療ケアを受けるための情報源になります。また、病名の告知や終末期医療など、家族があなたに代わって大事な選択をするための助けにもなります。

☑ 介護の場面

認知症などで判断が困難になった場合や身体が不自由になったときに備えて、介護の希望など伝えておきたい情報をまとめることができます。

☑ 財産管理と遺産相続の場面

相続関係がはっきりし、大切な人に財産を遺すことができます。

☑ 人生を振り返る場面

人生を振り返り、大切な人にメッセージを遺すとともに、やり残していることを実行するヒントにもなります。

本書の使い方② 書き方のコツ

エンディングノートの書き方に「こうでなくてはならない」という決まりはありません。また、すべてを完璧に書き記そうとすると、挫折してしまいがちです。

これから終活を始めるときや途中で迷ったときは、下記のコツも参考にして、できるところから少しずつ進めていきましょう。

☑ 書きやすいところから書いてOK

本書は終活の流れに沿って構成されていますが、終活の進め方は人それぞれ。書きやすいところから書いて構いません。手書きで記入せず、書類のコピーを貼ってもいいでしょう。

☑ 定期的に見直し、書き直しましょう

一度書いたらそれで終わりというわけではなく、何度書き直してもOKです。ノートを定期的に見直して、状況が変わったら更新しましょう。

☑ 個人情報や機密情報には注意を

重要な個人情報を記入するときは、ノートの保管場所や取り扱いに注意しましょう。暗証番号などの重要情報を記す際には、付録も活用しましょう。

☑ 日付を忘れずに

遺された人がノートをもとに手続きを進める際に、「いつの時点の情報なのか」が重要になります。項目ごとに日付を忘れず記入しましょう。