



エンディングノートを作ってみませんか？

エンディングノートは今や誰もが一度は耳にしたり、書店などで目にしたことがあるのではないのでしょうか？

エンディングノートはライフプランを見つめ直すきっかけになります。また、自分にもしものことがあった時のために、伝えておきたいことをまとめておくことができます。

特に次の4つの大きなメリットがあります

人生の振り返りとこれからの生活を考えるきっかけになります

思い出を書くことによって過去を振り返り、やり残したこと・今後やりたいことを考え、家族とライフプランを話すきっかけとなります。

自分に万が一のことがあったとき、家族が助かります

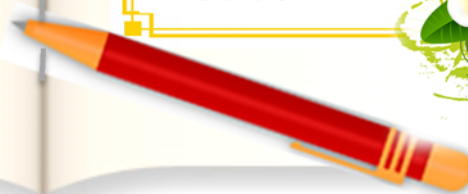
介護や終末期医療、葬式や墓、相続など死亡後の希望も家族に伝えることができます。

日常生活の備忘録として使えます

重要な情報（病歴や資産など）や連絡先などをまとめておくことで日常生活においても役立ちます。

家族や友人に対する自分の思いを伝えることができます

いつもは言いづらい照れくさいメッセージも、それぞれの人に対して書くことができます。



このようにエンディングノートに書いておくと、家族が情報や思いを共有することができ、納得のいく終末手続きや相続が行えます。私たちLPA活動ではエンディングノートの学習会を開催しています。学習会に参加された方にはエンディングノートをお渡しします。自分らしい納得のいくエンディングノートと一緒に作りましょう。

エンディングノート

LPAは組合員の「くらしの安心・安全」を守るお手伝いをしています。

【お問い合わせ】 エフコープ 組合員活動部内 LPA活動事務局

TEL：092-947-9003 FAX：092-947-9192