

人生後半期に考えたいことについて、ご自分の思いやその理由を書いてみませんか

記入日 年 月 日

	老いじたくチェックリスト	✓欄	自分の思いとその理由
自分の将来	生きがいや楽しみ、これからやってみたいことがある		
	最期をどこで迎えたいか考えている〔自宅・施設・病院など〕		
	自分が希望する終末期医療（延命治療など）について考えたことがある		
	認知症などで判断能力が低下しても、自分らしく暮らしていきたい		
身の回りの整理	写真や手紙、洋服、引き出物などの整理をこまめにしている		
	趣味で集めたものを把握している		
	自分名義の銀行口座・有価証券・保険などを把握している		
	使っていない銀行口座やクレジットカードがある		
もしもに備える	かかりつけ医やお薬手帳、アレルギーなどの情報をまとめている		
	自分にもしものことがあった時の連絡先リストがある		
	認知症などで判断能力が低下しても、自分らしく暮らしていきたい		
	元気なうちから財産管理や資産運用を信頼できる家族・人に任せたい		
住まいのこと	将来、不動産の承継・賃貸・売却などを考えている		
	自分が相続した不動産で名義変更（不動産登記）していないものがある		
	自分名義で誰も住んでいない家（空き家）がある		
	遺産分割協議の済んでいない不動産がある		
亡くなった後のこと	自分の遺産をどうしたいか考えている		
	お墓に関すること（場所、承継、墓じまい）は決めてある		
	亡くなった後の手続きをしてくれる人がいる		
	大切なペットの世話について考えている		

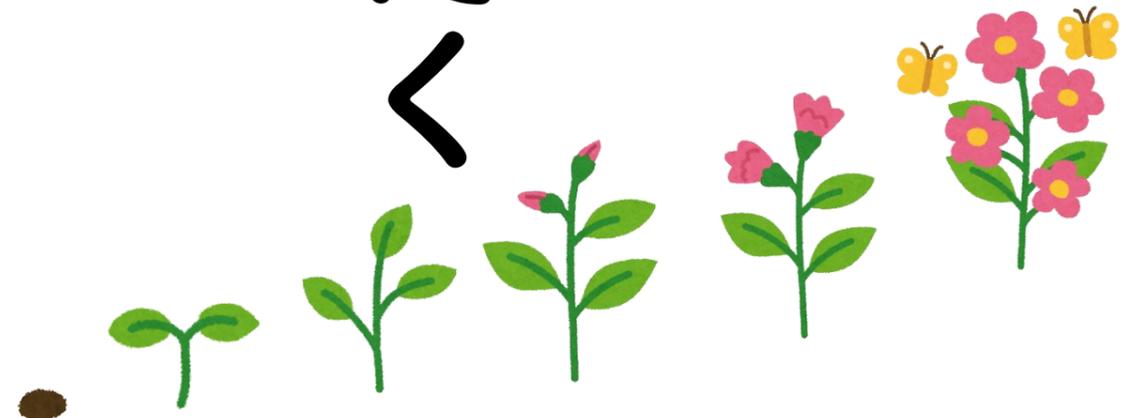
上記の項目は一般的なものになり、すべての方にあてはまるものではありません。

老いじたく推進事業に関すること 大田区福祉部福祉管理課 電話 03-5744-1244

老いじたく全般やこのパンフレットに関すること 社会福祉法人大田区社会福祉協議会 おおた成年後見センター 電話 03-3736-2022

発行日 2020年12月

今から始めよう  
自分らしい  
老いじたく



**パンフレットの活用方法**

このパンフレットは、これから老いじたくを考えてみようとする方に、ご自身のことを整理する手助けになればと作成しております。

**チェック**

ひとつでも当てはまる方は老いじたくの始め時

- 老後を自分らしく生きたいが、漠然とした不安がある。
- 認知症や急に病気になったときのために準備を始めたい。
- 家族や周囲の人に迷惑をかけたくない。
- 相談できる・頼れる人が身近に思い浮かばない。

大田区  
人生100年時代 老いじたく推進事業



ホームページでも紹介しています