

ファミリー葬さくら

わたしの 終活ライブラリー



はじめに

このライブラリーは、一度にすべてを書き終えるためのものではありません。
気になるページから、少しずつ書き進めてください。
一つのシートは、おおよそ 10 分程度で書ける内容です。
お茶を飲みながらでも、気軽に書き進めていただけます。
書き方に迷ったときは、各ページの QR コードから解説記事をご覧ください。
内容は、ご自身やご家族の状況が変わったときに見直し、書き加えていきましょう。

「今日、一ページ。」

その積み重ねが、未来の安心につながります。

このライブラリーの持ち主

お 名 前： _____

生年月日： _____ 年 月 日

作 成 日： _____ 年 月 日

このライブラリーを託したい人： _____

ご利用にあたって

- 鉛筆がおすすめです。あとから書き直すこともできます。
 - わからない項目は空欄のままで構いません。
 - 内容はいつでも書き直せます。
 - 大切な個人情報です。保管場所をご家族にもお伝えください。
-

※本冊子の内容の無断複製・販売・内容の改変・再配布はご遠慮ください。
法人・団体でのご利用をご希望の場合は、お気軽にお問い合わせください。



デジタル遺産チェックシート

ご家族が必要な情報にたどり着けるよう、利用しているサービスや保管場所を記録しておきましょう。

パスワードそのものは記入せず、『何を利用しているか』を残すことがたいせつです。



記入時間：約 10 分



全部書けなくても大丈夫です

記入日：____年 ____月 ____日 記入者：_____

見直した日①：____年 ____月 ____日 見直した日②：____年 ____月 ____日

- ① スマートフォン・パソコン（利用している会社名・機種・アカウント名・解除方法のヒントなどを書きましょう）

項目	利用しているもの・メモ
スマートフォン（携帯会社）	
画面ロック解除パスコード の手がかり	
自宅 Wi-Fi（契約会社）	
パソコン	
Google アカウント（Gmail）	
Apple ID（iPhone 利用者）	
その他タブレット等	

- ② ネット銀行・証券口座（店舗のない金融機関やネット専用口座）

項目	記入欄
銀行①	
銀行②	
証券会社	
NISA 利用	
その他（仮想通貨等）	

- ③ サブスクリプション契約（毎月・毎年料金が発生するサービス）

サービス	記入欄
Amazon Prime	
動画配信サービス	
音楽配信サービス	
電子書籍・雑誌	
ニュース・新聞	
ソフトウェア （Microsoft 365、Adobe 等）	
その他	



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





④ SNS

利用している SNS に☑		
☐ LINE	☐ Instagram	☐ Facebook
☐ X (旧 Twitter)	☐ TikTok	☐ Threads
☐ Bluesky	☐ BeReal	
その他 ()		

⑤ 写真・データの保存先

保存先	記入欄
Google フォト (Google One)	☐ 有料 ☐ 無料 ☐ 使用していない ☐ 不明
iCloud	☐ 有料 ☐ 無料 ☐ 使用していない ☐ 不明
OneDrive	☐ 有料 ☐ 無料 ☐ 使用していない ☐ 不明
外付け HDD	
その他	

⑥ キャッシュレス決済

サービス	記入欄
PayPay	☐ チャージ ☐ クレジットカード連携 ☐ 使用していない ☐ 不明
楽天ペイ	☐ チャージ ☐ クレジットカード連携 ☐ 使用していない ☐ 不明
交通系 IC (ICOCA・Suica 等)	☐ チャージ ☐ クレジットカード連携 ☐ 使用していない ☐ 不明
その他	

⑦ その他、家族に伝えておきたいアプリ・サービス

サービス	記入欄

家族への伝言・メモ

- ☐ このシートとは別にエンディングノートあり
☐ パスワード管理表あり
☐ パスワード管理アプリあり ()



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





医療・介護希望シート

このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。



記入時間：約 10 分



全部書けなくても大丈夫です

記入日：____年____月____日 記入者：_____

見直した日①：____年____月____日 見直した日②：____年____月____日

① 緊急時の連絡先（優先して連絡してほしい人）

項目	記入欄
連絡してほしい人①	
連絡先	
連絡してほしい人②	
連絡先	

② 医療について

項目	記入欄
かかりつけ医療機関①	
かかりつけ医療機関②	
主な病気・持病	
服用中の薬	☐ お薬手帳あり（保管場所：_____） ☐ アプリ利用
アレルギー	
その他家族に伝えたいこと	

③ 介護について

項目	記入欄
介護が必要になったら相談したい人	
☐ できるだけ自宅で過ごしたい ☐ 施設への入居も検討したい ☐ 家族と相談して決めてほしい	
現在介護サービスを利用している場合	事業所名：_____ 連絡先：_____
その他希望	



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





④ 延命治療

今の気持ちに近いものにチェックしてください。

- ☐ 家族と相談して決めてほしい
- ☐ 延命治療を希望する
- ☐ 延命治療は希望しない
- ☐ まだ決めていない

⑤ 認知症などで判断が難しくなった場合

項目	記入欄
相談してほしい人	
連絡先	
家族に希望すること	

⑥ 病気の告知について

- ☐ 病名や病状も含めて、すべて教えてほしい
- ☐ 必要なことは教えてほしい
- ☐ あまり詳しくは知りたくない
- ☐ 家族と相談して決めてほしい

⑦ 現在の健康状態と不安なこと

家族への伝言・メモ

- ☐ 任意後見契約をしている
- ☐ 延命治療について書面で希望を残している
- ☐ その他



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





財産整理シート （銀行・証券・不動産などを整理するシートです）

家族が財産を探しやすくするためのシートです。

金額や口座番号、暗証番号を書く必要はありません。

「どこを利用しているか」が分かるだけでも、ご家族の負担を減らすことができます。
ネット銀行やネット証券などのデジタル情報は、「デジタル遺産チェックシート」とあわせて整理すると安心です。



記入時間：約 10 分



全部書けなくても大丈夫です

記入日：____年 ____月 ____日 記入者：_____
見直した日①：____年 ____月 ____日 見直した日②：____年 ____月 ____日

① 銀行・信用金庫・JA

金融機関名	支店名	備考

② クレジットカード

カード会社	主な支払い・備考

③ 証券・投資

証券会社・サービス名 (NISA・iDeCo 含む)	備考

④ 借入・ローン

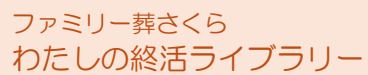
項目	借入先	備考
☐ 住宅ローン		
☐ 自動車ローン		
☐ その他		



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶

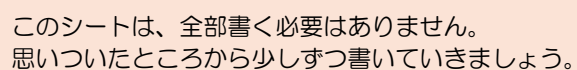




項目	所在地（またはヒント）
☐ 自宅	
☐ 土地	
☐ アパート・貸家	
☐ 駐車場	
☐ その他	
相談している不動産会社 （あれば）	会社名： _____

□	貸金庫	
□	ゴルフ会員権	
□	リゾート会員権	
□	貴金属	
□	骨董品・美術品	
□	その他（	）
備考		

家族への伝言・メモ





保険・年金整理シート

ご家族が保険や年金を確認しやすくするためのシートです。

保険金額や証券番号を書く必要はありません。

どこの会社を利用しているかが分かるだけでも、ご家族の助けになります。



記入時間：約 10 分



全部書けなくても大丈夫です

記入日：____年 ____月 ____日

記入者：_____

見直した日①：____年 ____月 ____日

見直した日②：____年 ____月 ____日

① 生命保険

万が一のとき、ご家族が請求手続きを行うもの

項目	会社名	保管場所	備考
☐ 生命保険			
☐ 共済			
☐ 個人年金保険			
☐ その他			

② 損害保険

万が一のとき、ご家族が契約内容を確認・必要に応じて解約するもの

項目	会社名	保管場所	備考
☐ 火災保険			
☐ 地震保険			
☐ 自動車保険			
☐ 傷害保険			
☐ その他			

③ 公的年金

万が一のとき、ご家族が受給停止などの手続きが必要なもの

種類	受給先	保管場所	備考
☐ 公的年金 (国民年金・厚生年金)			
☐ 企業年金			
☐ その他			

家族への伝言・メモ



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





相続準備シート

遺言書やエンディングノート、大切な書類の保管場所などを整理するためのシートです。
法的な遺言書だけでなく、ご自身で書かれたメモやエンディングノートも、ご家族にとっては大切な情報になります。



記入時間：約 10 分



全部書けなくても大丈夫です

記入日：____年 ____月 ____日

記入者：_____

見直した日①：____年 ____月 ____日

見直した日②：____年 ____月 ____日

① 遺言書

種類	保管場所
☐ 公正証書遺言	☐ 法務局
☐ 自筆証書遺言	☐ 公証役場
☐ 作成していない	☐ 自宅
☐ その他 ()	☐ その他 ()
相談している専門家（税理士・弁護士等）：_____	

② エンディングノート

種類	保管場所・伝えている人
☐ 終活ライブラリー（このシート）	保管場所を伝えている人： _____ アプリ名：_____
☐ 市販のエンディングノート	
☐ 自作のノートやファイル等	
☐ アプリ	
☐ 作成していない	
☐ その他 ()	

③ 大切な書類の保管場所のヒント

種類	保管場所のヒント	備考
権利書・登記関係		
実印・印鑑登録証		
マイナンバーカード		
その他		

④ 相続についてご家族に伝えていること

誰に：_____
内容：_____

家族への伝言・メモ



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





葬儀・供養準備シート

ご家族が迷わず、あなたらしいお見送りができるように。
葬儀や供養について、今のお気持ちを書き残しておきましょう。
必要に応じて何枚でも印刷してご利用ください。



記入時間：約 10 分



全部書けなくても大丈夫です

記入日：____年____月____日 記入者：_____
見直した日①：____年____月____日 見直した日②：____年____月____日

① まずは、どのような場合を想定するか選びましょう。

- ☐ 今、万が一のことがあったとき
- ☐ 介護などを経て天寿をまっとうしたとき

※状況によってご希望が異なる場合は、2枚に分けてご記入ください。

② 希望する葬儀の形式（複数回答可）

- ☐ 一般葬（通夜と葬儀告別式、一般の人も参列）
- ☐ 家族葬（近親者のみ参列）
- ☐ 一日葬（通夜なし）
- ☐ 火葬式・直葬（セレモニーなし）
- ☐ 無宗教式（お別れの会等）
- ☐ 家族に任せる
- ☐ その他（_____）

③ 宗教・宗派

宗教について	内容
☐ 無宗教	☐ 無宗教だがお経はあげてほしい
宗教・宗派	
寺院・神社・教会など	
戒名（法名・法号など）	保管場所（あれば）

④ 収骨について（複数回答可）

- ☐ 全収骨……………火葬後のお骨をすべて収骨（8寸または7寸骨壺）
- ☐ 広島で一般的な収骨……5寸骨壺
- ☐ 分骨（壺）を希望……………納骨場所が2か所ある場合や少量だけ持ち帰りたい場合など
- ☐ 収骨しない……………広島市では選択可能

⑤ 葬儀社・互助会

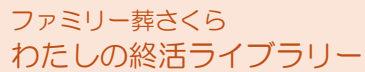
- ☐ 葬儀社を決めている 葬儀社名：_____
- ☐ 互助会加入 会社名：_____ 会員番号：_____
- ☐ 決めていない



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





☐ 写真あり 保管場所：
☐ データあり 保管場所：
☐ 家族に任せる
☐ 不要

好きな花・好きな色・音楽・服装・花祭壇・香典辞退など自由にご記入ください。

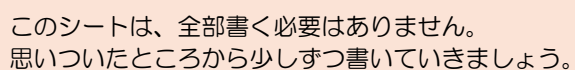
☐ 墓地・樹木葬
☐ 納骨堂
☐ 海洋散骨
☐ 手元供養
☐ 家族に任せる
☐ 決めていない
☐ その他（

☐ 決まっている
墓地名： 所在地：

☐ 決まっていない

法要 仏壇 位牌など自由にご記入ください。

家族への伝言・メモ



書き方の解説はこちら ▶





緊急連絡先シート

記入日：____年____月____日

記入者：_____

見直した日①：____年____月____日

見直した日②：____年____月____日

氏名	続柄・ 関係	電話番号	備考 (優先順位や連絡方法など)	入院	施設 入所	危篤	死亡
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





緊急連絡先シート（続き）

氏名	続柄・ 関係	電話番号	備考 (優先順位や連絡方法など)	入院	施設 入所	危篤	死亡
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐
				☐	☐	☐	☐

家族への伝言・メモ



このシートは、全部書く必要はありません。
思いついたところから少しずつ書いていきましょう。

書き方の解説はこちら ▶





見直し・追記メモ

このライブラリーは、一度書いたら終わりではありません。
ご自身やご家族の状況が変わったとき、新しく伝えたいことができたときは、このページを
ご活用ください。

日付 年 月 日（ ）

日付 年 月 日（ ）

日付 年 月 日（ ）

日付 年 月 日（ ）

発行 株式会社オフィスさくら
企画・制作 西村有う子

〒730-0801 広島県広島市中区寺町 4-9 ファミリー葬さくらホール
TEL : 082-259-3341 <https://sow-sakura.com/>



定価 1,100 円 (税込)

©2026 ファミリー葬さくら
本冊子の内容は 2026 年 8 月現在の情報をもとに作成しています。
制度・法令等の変更により内容が変わる場合があります。
本冊子の無断転載・複製はご遠慮ください。