

ライフデザインノート

あなたと
あなたの家族のために

そろそろ、
備えてみませんか？



ライフデザインノートってなんだろう？



無料！簡単！
初心者向け！

神奈川区版
エンディング
ノートです。

詳しい内容については…GO！

あなたはいざという時のために備えていますか？

病気や怪我で自分の気持ちを伝えられなくなったときに、備えが万全かどうかチェックしてみましょう。以下、当てはまる項目にチェック✓をつけてください。

📎 ライフデザインノート活用チェックシート

わたしのこと	<input checked="" type="checkbox"/>	親族や友人にいざというときのお金のことを何も頼んでいない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	通帳、カード、印鑑等の場所を誰にも知らせていない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	生命保険や財産のことについて自分以外に誰も知らない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	緊急連絡先を周囲の人に伝えていない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	ペットの世話を誰にもお願いしていない。
健康長寿への道	<input checked="" type="checkbox"/>	今取り組んでいることややりたいことがない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	物忘れが気になりはじめた。
	<input checked="" type="checkbox"/>	友達と会う機会や外出が減った。
サポートが必要となった時	<input checked="" type="checkbox"/>	お金の管理や銀行に行くのが大変になった。
	<input checked="" type="checkbox"/>	治らない病気になったら告知や延命治療を受けるか否かを決めていない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護が必要になったとき、どこで生活したいかを決めていない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	判断能力が低下したとき、お金のことや手続きなどを任せる人を決めていない。
準備しておけること	<input checked="" type="checkbox"/>	葬儀やお墓のことを決めていない。
	<input checked="" type="checkbox"/>	相続について決めていない。

気になること、備えきれていないことはありましたか？

もし少しでも不安なお気持ちになられましたら、ライフデザインノートを活用し、備えることをおすすめします。すでに準備されている方も、具体的に誰にお願いするか等、内容を書き止めておくことが大切ですので、ぜひともライフデザインノートを活用してください。



メリット

ライフデザインノートがあれば、もっと早く書いていれば…

あなたが突然病気になったり、急な入院となったとき、
あなたも、家族も、信頼している方も、ケアマネジャーの方なども、

☑ 慌てません

☑ すぐに対応できます

☑ 安心できます



ライフデザインノートを活用した方の意見



もしもの時に備える
ことができ安心
(本人)



今まで知らなかった
親の気持ちが
分かった (子)



普段は話さない
内容なので、
コミュニケーション
ツールとして活用
できた (子)

しっかり備えて
みんなで笑顔に！



今後の生活を考える
きっかけになった
(本人)



本人の希望に沿った
サポートができた
(包括支援センター)



前もって本人の
気持ちを知って
いたので、入院
の時に助かった
(ケアマネジャー)



施設	住所	電話番号
反町地域ケアプラザ	反町 1-11-2	321-8004
神之木地域ケアプラザ	神之木町 7-1	435-2906
菅田地域ケアプラザ	菅田町 1718-1	471-3101
片倉三枚地域ケアプラザ	三枚町 199-4	413-2571
新子安地域ケアプラザ	新子安 1-2-4 オルトヨコハマビジネスセンター1階	423-1701
沢渡三ツ沢地域ケアプラザ	沢渡 56-1	577-8210
六角橋地域ケアプラザ	六角橋 3-3-13	413-3281
地域包括支援センター 若竹苑	羽沢町 550-1	382-0024
神奈川区社会福祉協議会	反町 1-8-4 はーと友神奈川	311-2014
神奈川区役所高齢・障害支援課	広台太田町 3-8	411-7110

※横浜市では、地域ケアプラザが地域包括支援センター（福祉保健の相談窓口）の役割を担っています。

～出張出前講座～

「ライフデザインノート」の説明や書き方について、出張出前講座を行っています。ぜひお問合せください。



神奈川区ライフデザインノート リーフレット版

発行日：2022年3月31日

発行元：神奈川区役所高齢・障害支援課 住所：広台太田町 3-8 電話：411-7110

作成：神奈川区内地域包括支援センター、神奈川区社会福祉協議会、神奈川区役所高齢・障害支援課