

令和6年度

摂津市

人生を大切に すごすために



名前

昭和38年 千里丘駅前にて創業



大阪府知事(14)第14147号

相互不動産株式会社

摂津市千里丘東2丁目10-1(JR千里丘駅前フォルテ摂津1F)

TEL:072-622-6072 FAX:072-622-6678

グループ法人



SG

Company
co., ltd.

国土交通大臣(1)第10271号

株式会社SGカンパニー

本社:摂津市香露園8-2(阪急摂津市駅前) 東京支社:品川区南品川2-14-15

TEL:072-652-7777

TEL:03-6715-1948

書こう、話そう、あなたの人生のこと。

あなたはこれまで、どんな人生を歩んできましたか？

これから、どんな人生を歩んでいきたいですか？

自分の望む人生を、最後まで自分らしく歩むために

必要なことや、考えをまとめるお手伝いをするのがこの冊子の役割です。

自分やご家族のこと、財産、もしもの時のこと……

テーマに沿って書きすすめるうちに、思いを自然と整理できるようになっています。

また、書いたことを元に、ご家族やかかりつけ医など周囲の人としっかり話し、
理解してもらうことも、最後まで自分らしく生きるためにはとても大切なことです。
これからやりたいこと、行きたい場所、会いたい人を思いつくまに書いてください。

さあ、ペンを取って、あなたらしい人生について考えてみましょう！

書き方 ゆっくりと楽しみながらあなたの思いを書いてください。

- まずは好きなページから気軽に書きはじめましょう。
- 必要だと思うページを選んで書いても良いでしょう。
- 何度書き直しても大丈夫です。その際は、更新日を記入しましょう。
- 定期的に振り返り、状況に応じて修正してください。
- 写真を貼る、資料をはさむ等、自由にお使いいただけます。
- 家族と相談しながら書いても良いでしょう。
- ノートの存在を誰かに伝え、保管場所を明らかにしておきましょう。

もくじ

第1章 わたしのこと…… 2	第4章 大切な人たち…… 13
第2章 もしもの時は…… 7	第5章 財産について…… 15
第3章 エンディング…… 10	第6章 相談窓口について… 17

※個人情報が含まれるため、大切に保管しましょう。

※当冊子には、法的効力はありません。法的効力を求める場合は、遺言書の作成が必要となります。



マチレット

マチレットは、自治体から市民へ専門性が高い情報をよりわかりやすく確実に伝える、地域に寄り添う“マチのブックレット”です。

2024年12月発行

発行: 摂津市

編集・デザイン: 株式会社ジチタイアド

※当冊子の著作権を侵害する行為（SNSやHPへの無断転載、デザインや文言の流用、複製物の商用利用等）は法律で禁じられています

第1章

わたしのこと



わたしの基本情報

記入日

年 月 日

フリガナ

名 前

生年月日

大正
昭和
平成

年 月 日

住 所 〒 -

都・道
府・県

市・区
郡

本 籍

電話番号 ☎ () -

携帯電話番号 ☎ () -

メールアドレス

パソコン @

携帯電話 @

メモ

※書き足りないこと等を自由にお書きください。

おもいで・あしあと

記入日

年 月 日

誕生時 ※例：名前の由来等

幼少期

青春時代

その他の時代

学歴

職歴

これまで住んだ家・場所

大切な思い出

今のわたし

記入日

年 月 日

趣味・特技

好きな食べ物

好きな花

好きな音楽

好きな本・映画

宝物・コレクション



これからやりたいこと・行きたい場所・会いたい人



健康状態

記入日

年 月 日

● **かかりつけの病院** ※主治医にチェック ☒ を入れてください。

病院名・科

☐

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

病院名・科

☐

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

病院名・科

☐

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

メモ

※書き足りないこと等を自由にお書きください。



●健康保険証

種類:

番号:

保管場所:

●マイナンバーカード

番号:

保管場所:

●その他 証明書等の有無 ※チェック ☒ を入れてください。

* 介護保険証 有・無 保管場所:

* 障害者手帳等 有・無 保管場所:

(☐ 身障 ☐ 療育 ☐ 精神 ☐ 難病)

* その他

アレルギー等 気をつけること



いつも飲む薬 ※お薬手帳を参考にしてお書きください。

第2章

もしもの時は



病気の時は

記入日

年 月 日

●告知について ※チェック ☒ を入れてください。

- ☐ 病名・余命を告知してほしい ☐ 病名のみ告知してほしい
☐ 家族等に任せる ☐ その他

●延命治療について ※チェック ☒ を入れてください。

- ☐ 可能な限り延命治療を受けたい ☐ 回復の見込みがなければ延命治療を希望しない
☐ 苦痛を少なくすることを重視する ☐ その他

●終末期医療について ※チェック ☒ を入れてください。

- ☐ 自宅で過ごしたい ☐ 病院で看護を受けたい
☐ ホスピスで過ごしたい ☐ その他

●臓器提供・献体について ※チェック ☒ を入れてください。

- ☐ 臓器提供意思表示カードを持っている ☐ 臓器提供・献体を希望しない
☐ 献体の登録をしている
☐ その他

●私が判断できない時は

私の治療方針については、

名前:

続柄:

連絡先:

の意見を尊重して決めてください。

介護が必要な時は

記入日

年 月 日

● 介護をお願いしたい人 ※チェック ☒ を入れてください。

☐ 配偶者	名前:	
☐ 子ども	名前:	
☐ その他	名前:	関係:

● 介護してほしい場所 ※チェック ☒ を入れてください。

☐ なるべく自宅を希望する	
☐ 病院・施設	名称・場所等:
☐ お任せする	

● 介護の費用 ※チェック ☒ を入れてください。

☐ 私の預貯金や年金等でまかなってほしい	
☐ 用意してある	保管場所等:
☐ その他	

メモ

判断能力が低下した時は

記入日

年 月 日

認知症等で判断能力がないとみなされると、福祉サービスの利用や行政手続きの他、預貯金の引き出しや不動産の売却等の、資産管理や活用ができなくなってしまう。家族も資産を動かすことができないので、「いざというときは家族に任せよう」と考えて何も対策をしないでいると、思わぬトラブルにつながる可能性があります。もしもの時に備えて資産の管理方法を決めておきましょう。

●財産管理などをお願いしたい人 ※チェック ☒ を入れてください。

☐ 配偶者	名前:	
☐ 子ども	名前:	
☐ その他	名前:	関係:

●財産管理をお願いする場合に利用したい制度 ※チェック ☒ を入れてください。

☐ 法定後見制度(※1)	☐ 任意後見制度(※1)
☐ 財産管理委任契約	☐ 日常生活自立支援事業(※2)
☐ 民事信託(※3)	☐ 特にない

※1 成年後見制度(法定後見制度・任意後見制度)について

判断能力の不十分な方々を保護し、支援するのが成年後見制度です。

※法定後見制度・・・本人の判断能力が不十分になった後に、家庭裁判所によって選任された成年後見人等が本人を法律的に支援する制度

※任意後見制度・・・本人が十分な判断能力を有する時に、あらかじめ、任意後見人となる方や将来その方に委任する事務(本人の生活、療養看護及び財産管理に関する事務)の内容を定めておき、本人の判断能力が不十分になった後に、任意後見人がこれらの事務を本人に代わって行う制度

(法務省ホームページ「成年後見制度・成年後見登記制度」より抜粋)

※2 日常生活自立支援事業について

日常生活自立支援事業とは、認知症高齢者、知的障害者、精神障害者等のうち判断能力が不十分な方が地域において自立した生活が送れるよう、利用者との契約に基づき、福祉サービスの利用援助等を行うものです。

(厚生労働省ホームページ「日常生活自立支援事業」より抜粋)

※3 民事信託について

営利を目的とせず、資産の管理を家族や親族等の信頼できる人に託す制度です。弁護士や司法書士、行政書士等の専門家へご相談ください。

第3章

エンディング



葬儀について

記入日

年 月 日

●葬儀の場所・規模 ※チェック☒を入れてください。

☐ お任せする

☐ 希望がある

名称・場所・規模(出席者)等:

☐ その他

●喪主について

任せたい人

●葬儀の形式

宗教・宗派

●香典 ※チェック☒を入れてください。

☐ いただく

☐ 辞退する

●供花 ※チェック☒を入れてください。

☐ いただく

☐ 辞退する

●遺影 ※チェック☒を入れてください。

☐ お任せする

☐ 用意してある

保管場所:

●葬儀の費用 ※チェック☒を入れてください。

☐ 私の預金や年金等でまかなってほしい(※)

☐ 用意してある

保管場所等:

☐ その他

※預金凍結中は引出しができませんが、一定の範囲内であれば、相続人単独で預貯金の払い戻しを受けることができます。

供養について

記入日

年 月 日

● 供養の方法 ※チェック ☒ を入れてください。

- ☐ 一般墓地 ☐ 永代供養 ☐ 納骨堂 ☐ 樹木葬
☐ 希望なし ☐ その他

名称・場所等:

● 供養にかかる費用 ※チェック ☒ を入れてください。

- ☐ 私の預金や年金等でまかなってほしい(※)
☐ 用意してある 保管場所等:
☐ その他

※預金凍結中は引出しができませんが、一定の範囲内であれば、相続人単独で預貯金の払い戻しを受けることができます。

遺言書について

記入日

年 月 日

● 遺言書の有無 ※チェック ☒ を入れてください。

- ☐ 作成していない ☐ 作成している 保管場所:

作成している場合は、以下種別のいずれかにチェック ☒

- | | |
|---|---------------------|
| ☐ 自筆証書遺言 | 作成日: 年 月 日 |
| ☐ 公正証書遺言 | 作成日: 年 月 日 |
| ☐ その他 <input type="text"/> | 作成日: 年 月 日 |

※公正証書遺言以外の遺言書は、家庭裁判所で検認手続きをとってください。
封がされている場合は家庭裁判所で開封してもらいましょう。
ただし、自筆証書遺言書保管制度(令和2年7月10日～)により、法務局に保管してある自筆証書遺言は、検認手続きの必要はありません。

もしもの時の連絡先リスト

記入日

年 月 日

名前(フリガナ)	関係	住 所 ・ 電話番号	備 考
()		〒 - ☎ () -	
()		〒 - ☎ () -	
()		〒 - ☎ () -	
()		〒 - ☎ () -	

渡したいもの

記入日

年 月 日

* 何を

* 保管場所

* 誰に

* 連絡先

* 何を

* 保管場所

* 誰に

* 連絡先

第4章

大切な人たち



家族・親族

記入日

年 月 日

わたしの 家系図



ペットのこと

※ペットの引き取りをお願いしたい場合は、事前に相手に依頼しておきましょう。飼育費用を信託する、ペットのための信託もあります。司法書士や弁護士など、専門家に相談してみると良いでしょう。

名前 ペットの種類 犬・猫・その他

生年月日 性別 かかりつけの動物病院

私にもしものことがあったら ※例：〇〇さんに引き取ってもらいたい 等

家族・親族へのメッセージ

記入日

年 月 日

さんへ メッセージ（続柄/ ）

さんへ メッセージ（続柄/ ）

友人・お世話になった方へのメッセージ

記入日

年 月 日

さんへ メッセージ（関係/ ）

さんへ メッセージ（関係/ ）

第5章

財産について



資産と負債

記入日

年 月 日

■ 不動産

所在地	名義人	持ち分	備考

■ 預貯金

金融機関名	支店	金額	備考

■ その他の資産

名称	内容	保管場所等	備考

資産と負債

記入日

年 月 日

借入金・ローン

借入先	金 額	返済方法	備 考

生命保険・損害／傷害保険

保険会社	種類・内容	受取人	備 考

公的年金

基礎年金番号	種 類	受給金額	備 考

個人年金・企業年金

名 称	番号・記号等	備 考

第6章

相談窓口について

相談窓口一覧

相談内容	担当窓口		電話番号
高齢者の相談 ・介護保険 ・福祉サービス関係	高齢介護課	介護保険係	☎06-6383-1379
		高齢福祉係	☎06-6170-1561
障害に関する相談 ・手帳や福祉サービス ・手当	障害福祉課		☎06-6383-1374
健康に関する相談 ・健康相談 ・各種健診等	保健福祉課		☎06-6383-1386
成年後見制度 医療・福祉・介護の相談	摂津市地域包括支援センター		☎06-6383-1377
	摂津市地域包括支援センター 烏飼分室		☎072-646-5101
国民健康保険 後期高齢者医療保険 国民年金	国保年金課		☎06-6383-1555
ごみの処分	環境業務課		☎072-634-0210
消費生活相談	産業振興課(消費生活相談ルーム)		☎06-6383-2666
死亡届出 規格葬儀・市営墓地	市民課		☎06-6383-1360
ペットのこと 犬・猫など	大阪府動物愛護管理センター 箕面支所		☎072-727-5223



せつつ医療・介護つながりネット

摂津市では、市内の医療機関や介護予防の活動、介護事業所をインターネット上で検索できる「せつつ医療・介護つながりネット」を提供しています。介護事業所等をお探しの際はご利用ください。



また、「せつつ医療・介護つながりネット」では、
高齢者が参加できる講座の情報や、
高齢者向けのサービスに関するお知らせを掲載しています。
地域での活動や日々の生活などでもご利用ください。



下記の二次元コード、
または摂津市ホームページの下記のバナーから閲覧できます。

ホームページは
こちらから



地域密着37年 摂津のまちの不動産

不動産を資産に変えるお手伝い

住まいの終活は栄進不動産へ



こんなお悩みは
ありませんか？

- 「今の自分」に合わせて住み替えたいが、**自宅の処分**で悩んでいる
- 相続のことを考えて、**財産はなるべく現金化**しておきたい…
- “不動産”について、安心して**相談できる相手**がない



「住まいが大切なものである」ことを理解している私たちだからこそできる、真心込めたサポートをお約束いたします。
住まいの終活をお考えの際は、ぜひ栄進不動産へご相談ください。

仲介売却

納得のいく取引を
仲介します



直接買取

速度と建設的な査定に
自信あり

さらに

賃貸運用相談・管理

安定した収入をサポートします

その他、リフォームなどのご相談も承ります。まずはお気軽にお問い合わせください。

相談無料

安心と信頼をつなぐ

器 株式会社 栄進不動産

〒566-0064
大阪府摂津市鳥飼中1丁目2番5-105号

TEL: **072-653-3900**

営業時間: 9:30~17:00

定休日: 火・水曜日

FAX: **072-653-3903**

Email: info@eishin-home.jp

●宅建許可免許 大阪府知事免許【9】第31049号
●建設許可免許 大阪府知事免許【般-3】第145843号

HPIはこちら▼



相続対策・手続きのお悩み、ご相談ください。

準備するものは？

どのような
手続きが必要？



どれくらい
時間がかかるの？

何から
始めればいい？

「何をすればいいかわからない」時こそ、ご連絡ください。

相続手続きは、すべての方に発生するもので、必ず済ませなければなりません。
一つずつ不安を解消し、少しでも安心して準備を進められるよう、
お客様の立場に立ち、丁寧なサポートを行います。
些細なことでもお気軽にご相談ください。

✓ 複雑な相続対策から手続きまで、わかりやすく丁寧にサポートします。

生前贈与

不動産評価

遺言

遺産調査

相続税申告

準確定申告

✓ 専門家ネットワークにより、各分野のプロが一丸となって手続きをお手伝いします。

税理士

弁護士

司法書士

行政書士

無料相談 受付中

かけや会計事務所

相談をご希望の方は、お電話、FAX、メールよりご予約ください。

TEL:072-624-3010

電話予約受付時間／平日9:00～17:00 担当者:坂東

Email/bando@kakeya.com

お気軽に
ご相談ください

無料相談で、
相続ガイド
差し上げて
います。



〒567-0881
大阪府茨木市上中条
2-5-37すばるビル3F
【アクセス】
阪急茨木市駅下車 徒歩15分
駐車場あり事務所南側③



かけや会計事務所公式ホームページ
<https://kakeya.tkcnf.com/>

かけや会計事務所



せつつメモリアルホールでの 家族葬 ご相談ください!!



**こころの会
会員募集中!!**

入会費用
月々の掛金
年会費不要

0円

会員特典1 合計 **18万円分が無料**

11点の特典が **18万円** 付いて **お得です**

会員特典2

さらに

+

このエンディングノート
掲載の広告を見た方
通常8万円のお棺が

無料!!

8万円
お得です



摂津市規格葬儀 取扱店

吹公社

〒564-0032 吹田市内本町1-9-10

【ホームページ】<https://www.suikosha.ne.jp>

通話
無料

0120-58-0556

彌山会館 / みせん会館 / メゾンこころ / 葬祭リビング3 / 葬祭リビング5 / メモリオ吹田
吹田斎場ホール / 箕面斎場ホール / 摂津斎場ホール / 北摂斎場ホール / 斎場メゾンさかい / メモリオ福島



リレーション

セレモニーホテル リレーション / 西榮寺別院内 北大阪センター / メモリアルホール久宝殿



全ての人々に安らぎを。それが私たちの喜びです。

大阪北摂霊園

■ 墓じまい不要で永代管理。初期費用のみでOK。

◆「北摂の小さなお墓」◆

30年の使用期間終了後は、
当霊園が合葬式墓地へご遺骨を移し
永代に管理します。

墓所使用料(墓石代込み)



71.5万円~

99万円~

◆ドイツ型樹木葬墓地◆

郊外の森林をそのまま利用し、
ご遺骨を個別に埋葬する
新しいカタチの樹木葬です。



北摂の樹木葬
木もれびと星の里

【使用料】

ベツと
ベツと
ベツと
ベツと

森の風 55万円/60万円
木々の風 145万円~160万円
木だち 65万円~120万円
木もれび 30万円
天の川 16万円

◆合葬式墓地 Cosmos Window◆

使用者の継承や墓碑等の建立を必要とせず、
ご遺骨を共同埋葬するお墓です。

【使用料】

直接合葬 1体 6.6万円

■ 一般的な墓地。永代にご使用いただけます。



芝生墓所

【使用料】
3m²~ 61.2万円~
※年間管理費
(1m²あたり/4,070円)



丘陵墓所

【使用料】
2m²~ 49.1万円~
※年間管理費
(1m²あたり/2,860円)



天空墓所

【使用料】
2m²~ 25.6万円~
※年間管理費
(1m²あたり/2,860円)

公益財団法人 大阪府都市整備推進センター
大阪北摂霊園管理事務所(霊園現地)
〒563-0216 大阪府豊能郡豊能町高山235

大阪北摂霊園

検索

☎ 072-739-0291

(土日祝も営業 受付時間:9:00~16:30)

