

関市マイライフノートを配布しています

『マイライフノート』は、自分自身に何かあった時に備え、家族や大切な人が様々な判断や手続きを行う際に必要な情報を残しておくためのものです。
このノートを記入するのをきっかけに、今までの人生を振り返りながらこれからの人生を考えてみませんか。

内 容

○私の基本情報

- ・急に倒れた時に連絡してほしい人
- ・私の基本情報（私が好きなこと、苦手・嫌いなこと）
- ・これからやりたいこと、いきたい場所

○私の体のこと

- ・かかりつけの病院
- ・終末期の希望
- ・家族や大切な人へのメッセージ

○お金のこと

- ・預貯金など
- ・生命保険など

○葬儀・お墓のこと

- ・訃報の時に知らせてほしい人
- ・葬儀について

○遺言書のこと など



☆記入年月日を記入し、何度でも好きな時に書き直すことができます。

☆家族や親しい人と今後について話し合うきっかけとしても活用してください。

配布場所

- ・関市役所高齢福祉課、生涯学習課、各地域事務所、西部支所、保健センター
- ・各地域包括支援センター、認知症初期集中支援チーム、社会福祉協議会
- ・老人福祉センター、福祉センター

☆関市のホームページからもダウンロードできます。



◀ 掲載ページのQRコード

〈報道関係機関からの照会先〉

高齢福祉課地域支援係 TEL : 0575-23-9007