

## 燕市版エンディングノート「絆ノート」が完成

－自分の思いを大切な人に託すことができるノートです－

燕市では、もしもの時に備えて自分の情報や意思などをまとめておける「大切な方への絆ノート（エンディングノート）」を制作しました。ノートを書くことで、大切な人へ想いを残すとともに、自分自身の人生を見つめ直す機会にしてもらいます。また、万が一の際に残されたご家族が行わなければならない事務手続きの負担や心理的負担の軽減につなげていきます。7月1日から希望する方に無料で配布します。

### 【絆ノートの概要】

- 1.経緯：第一生命保険株式会社新潟支社様と2021年に締結した「包括連携協定」の取組の一環で、A4サイズ（28頁）のノートを3,000部作成しました。
- 2.目的：
  - ・絆ノートを活用してもらうことで、自分の人生を見つめ直す機会にもらい、今をよりよく過ごしてもらうため。
  - ・遺族の手続きの負担等を軽減するため。
- 3.主な内容：
  - ・私のこと、家族のこと、ペットのこと
  - ・医療や介護のこと、葬儀やお墓のこと
  - ・生命保険、年金、不動産、預貯金のこと
  - ・もしもの時の連絡先リスト
  - ・大切な方への“絆”メッセージ
- 4.配布方法：
  - ・7月1日（金）から市役所（長寿福祉課）や燕市社会福祉協議会法人本部と支所、地域包括支援センターの窓口にて無料で配布します。
  - ・介護等に関する出前講座やイベント等でも配布します。
  - ・市ホームページからデータをダウンロードすることも可能です。



本件についてのお問い合わせ先  
健康福祉部 長寿福祉課：桑原  
電話：0256-77-8157（直通）