

豊岡市

わたしの思いを つなぐノート



名前

令和8年度

一陣の風に、こころを込めて…。

故人様とご遺族様の **想い** に寄り添い、

心をつくした **信頼** のサービスを提供します。

もしもに備えた事前相談で心配・不安を解消しませんか！

お気軽にご連絡
ください！

365日、電話 ☎・来社 ㊦・訪問 ㊤ 受付中！！

※ホームページからも問い合わせ可能です。



家族葬プラン



※写真は一例です

～30名様 **洋風 和風** 選べる祭壇タイプ
ご予算に応じて4種類のセットをご用意

330,000 (税込) 円～

一般葬プラン



※写真は一例です

～80名様 もっとも選ばれる標準仕様の一般葬
ご予算に応じて4種類のセットをご用意

495,000 (税込) 円～

大型葬プラン



※写真は一例です

～160名様 (メモリアルホールゆうなぎ限定)
※日高ホールには、当プランの設定がありません
ご予算に応じて4種類のセットをご用意

990,000 (税込) 円～

会員特典



※写真はイメージです

火葬式 プラン

ご負担を最小限に抑えたおみおくり

170,500 (税込) 円～

簡素なプランながら、お別れ花など必要なものを含んでいます

当社の会員[ゆうなぎ会員]にご入会いただきますと下記の特典がございます。

- 祭壇価格の5%割引
- 会館使用料50%割引
- 忌明法要には故人様へお花をお供えします
- 満100歳以上の方のご葬儀は会館使用料無料サービス (霊安室を除く)
- 当社式場にて一般葬プラン以上ご利用で、通夜・葬儀とも1往復送迎バスサービス (家族葬・火葬式プランには適用されません)

ジェイエイ葬祭・JAたじま本店・
各支店窓口にて入会うけたまわつ
てますか ※入会金1万円(税込)



〒668-0046 兵庫県豊岡市立野町16番38号
TEL: 0796-29-0350 FAX: 0796-29-0352



〒669-5321 兵庫県豊岡市日高町土居246番地
TEL: 0796-43-1194 FAX: 0796-43-1193

ホームページ



メールでの問い合わせ
info@jac-tajima.jp

株式会社
ジェイエイ葬祭

いつでもお気軽にご相談・お問い合わせください。
通話無料
24時間
0120-927-351

メモリアルホール
ゆうなぎ

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。

ご自身やご家族のこと、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、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 財産について…… 15

第2章 もしもの時は…… 9

第5章 その他の情報…… 17

第3章 エンディング…… 12

※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。

2026年10月発行

発行：豊岡市 高齢者支援課

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



緊急時の連絡先リスト

記入日

年 月 日

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

救急医療情報キット

65歳以上の高齢者のみで構成される世帯などを対象に、「救急医療情報キット」を無料で配布しています。情報キットとは、「かかりつけ病院」「持病等」「服薬している薬」などの医療情報や、緊急連絡先が書かれた用紙を専用の容器に入れて冷蔵庫に保管します。自宅で急に具合が悪くなり救急車を呼んだ際などにその情報を確認し、救急隊の迅速な救命活動につなげるものです。

既にキットを持っている方は、保存容器の中の「医療情報記録用紙」の確認・更新をお願いします。



豊岡市高齢者支援課 (☎0796-29-0055)

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

考えてみませんか?住まいの終活 お家の生前整理から 解体・撤去まで丸ごとサポート



- ✓ 住んでくれる人がいなく空き家のままの物件がある
- ✓ 将来子供たちに解体費用を負担させたくない
- ✓ 親から相続した空き家の不用品、遺品を整理したい
- ✓ 元気なうちに実家の解体や片付けの目途をつけておきたい



解体工事なら 公憲におまかせ!

空き家の解体、不用品撤去や
生前・遺品整理も行っております。

お気軽にご連絡下さい。

空き家解体

生前・
遺品整理

施設へのお引越し・
退去整理

不用品撤去

株式会社公憲

☎0796-23-1011

〒668-0873
兵庫県豊岡市庄境98

株式会社 公憲

検索

FAX/0796-23-1022 メール/shitk05@amail.plala.or.jp

健康状態

記入日

年 月 日

● かかりつけの医療機関 ※主治医にチェック ☒ を入れてください。

医療機関名・科

☐

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

医療機関名・科

☐

電話番号 ☎ () -

医師名

病 名

医療機関名・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。



●マイナ保険証・資格確認書 ※チェック ☒ を入れてください。

持っているもの: ☐ マイナ保険証 ☐ 資格確認書

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

このページは、自分の考えをまとめておくためのものです。

万が一、重い病気やけがで治療の判断が必要になった場合に備えて、今からかかりつけ医に「自分はどんな医療を望むのか」を相談・伝えておくことが大切です。事前にかかりつけ医に希望を伝えておくことで、もしもの時に、あなたの気持ちに沿った医療を受けやすくなります。

※ここに書いた内容だけで医療の判断が決まるわけではありません。医療の判断が必要な場合は、必ずかかりつけ医にご相談ください。

●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

☐ 緩和ケア病棟で過ごしたい

☐ 介護施設で過ごしたい
(老人保健施設、特別養護老人ホーム、グループホームなど)

☐ その他

●もしもの時が近くなった時に

“延命治療”などの治療を希望しますか ※チェック ☒ を入れてください。

☐ はい

☐ いいえ

☐ わからない

※延命治療とは…病気が治る見込みがないにもかかわらず、延命(死期や苦痛を長引かせることもあります)のための医療処置を意味します。

●どのような治療を希望しますか ※チェック ☒ を入れてください。

☐ 経管栄養



☐ 胃ろう



☐ 気管切開



☐ 人工呼吸

☐ 心臓や呼吸が停止した時、心臓マッサージ等

☐ 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 ☐ 臓器提供・献体を希望しない
持っている

☐ 献体の登録をしている

登録先:

☐ 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。



そのお悩み…

子どもに負担をかけたくない、
でも何から始めれば…



弁護士経験**30年以上**

たじま法律事務所 にご相談ください

終活の備えは、早めに動き出すほど選択肢が広がります。

「何から手をつければいいかわからない…」

そんな入口のご相談でも大丈夫です。
お気軽にご連絡ください。



たじま法律事務所にてできること

遺言書の 作成サポート

遺言書があることで、ご家族が
遺産の分け方で悩んだり、揉め
たりするリスクを減らすことがで
きます。「自分の意思をきちんと
伝えたい」そのお気持ちを、法的
に有効な形に残します。

成年後見の ご相談

ご自身が認知症になった
時のための対策です。
判断がしっかりできるうち
に、財産管理や生活上の
手続きを任せる人を決め
ておくことができます。



事務所外観

司法書士・ 税理士とも連携

必要に応じて地域の専門家
と連携します。



些細な
お悩みでも…
**一度ご相談
ください!**

弁護士法人たじま法律事務所

豊岡市桜町11-19

弁護士 木下 和茂 兵庫県弁護士会

要予約

相談料30分
5,000円(税別)

0796-20-5060

アクセス／鉄道JR山陰本線・豊岡駅徒歩18分

駐車場／3台有



ホームページ

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。 ●供花 ※チェック☒を入れてください。

☐ いただく

☐ 辞退する

☐ 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

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。

引き継ぎたいもの

記入日

年 月 日

* 何を

品名:

* 保管場所

* 誰に

名前:

関係:

* 連絡先

* 何を

品名:

* 保管場所

* 誰に

名前:

関係:

* 連絡先

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 (続柄/)

第4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

■ 公的年金

基礎年金番号	種類	受給金額	備考

資産と負債

記入日

年 月 日

■ 個人年金・企業年金	名 称		番号・記号等	備 考
■ その他の資産	名 称	内 容	保管場所等	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
■ 借入金・ローン	借入先	金 額	返済方法	備 考

第5章

その他の情報

お住まいの「終活」について



ご自宅など不動産をお持ちの方は、もしもの時にその不動産をどうするのか考えておきましょう。

●空家となってしまった時の管理

介護施設への入所や入院、ご親族との同居などにより、今のお住まいが空き家になる場合があります。人が住まないと劣化が進み、また草木の繁茂などによって周囲の迷惑となってしまうこともあります。もしもの時に誰が管理するのかご家族などと相談し、その費用などを準備しておきましょう。

●相続の準備

ご自宅などの不動産を死後誰が使用するのか。あるいは処分するのかは相続人にとって重要な問題です。相続人が揉めることのないよう、遺言書を作成するなどして、あなたの意思を残しておきましょう。また、自身も相続で取得した不動産があり、その名義変更を終えていない場合、自身の死後相続の手続きが煩雑になります。そうならないためにも、元気なうちに登記を確認し、必要な手続きがあればあらかじめ行っておきましょう。

死後事務について



死後の事務手続きをお願いできる人がいないときは「**死後事務委任契約**」を検討しましょう。死後事務委任契約とは、委任者（本人）が第三者（個人・法人）に対し、亡くなった後の諸手続、葬儀、納骨、埋葬に関する事務などについての代理権を付与して、死後の事務を委任する契約のことです。司法書士等、法律の専門家に相談しましょう。

●死後事務の内容

- ① 医療費の支払いに関する事務
- ② 家賃・地代・管理費等の支払いと敷金・補償金等の支払いに関する事務
- ③ 老人ホーム等施設利用料の支払いと入居一時金等の受領に関する事務
- ④ 通夜、告別式、火葬、納骨、埋葬に関する事務
- ⑤ 菩提寺の選定、墓石建立に関する事務
- ⑥ 永代供養に関する事務
- ⑦ 相続財産管理人の選任申立手続きに関する事務
- ⑧ 賃借建物明渡しに関する事務
- ⑨ 行政官庁等への諸届け事務
- ⑩ 以上の各事務に関する費用の支払い

※死後事務委任契約を公正証書にし、法律上明確な書面にすることで、自分が亡くなった後のトラブルを未然に防ぐことができます。

相談窓口・問い合わせ先について

1. 豊岡市

名称	所在地	電話	FAX
健康福祉部高齢者支援課	〒668-0046 豊岡市立野町12-12	0796-29-0055	0796-29-3144
くらし創造部 地域づくり課 空き家対策室	〒668-8666 豊岡市中央町2-4	0796-21-9096	0796-24-8114

空き家の適正管理をしましょう

市内の空き家が増加しています。適正な管理が行われていない空き家は、そのまま放置すれば周囲に様々な悪影響を及ぼす可能性が高まります。詳細は市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

2. 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の生活・福祉の総合相談窓口です。
お住まいによって担当窓口が異なりますので、下記の地区割をご確認ください。

地域	名称	所在地	電話	FAX
豊岡	豊岡地域包括支援センター	〒668-0046 豊岡市立野町12-12	0796-24-2409	0796-24-9088
城崎 ・港	城崎・竹野地域包括 支援センター	〒669-6102 豊岡市城崎町桃島 1057-1	0796-32-4599	0796-32-2940
竹野	城崎・竹野地域包括 支援センター竹野分室	〒669-6221 豊岡市竹野町須谷 1478	0796-47-1425	0796-47-1878
日高	日高地域包括支援センター	〒669-5305 豊岡市日高町祢布 891-2	0796-42-0158	0796-42-4731
出石	出石・但東地域包括 支援センター	〒668-0263 豊岡市出石町福住 1302	0796-52-7015	0796-52-5716
但東	出石・但東地域包括 支援センター但東分室	〒668-0311 豊岡市但東町出合 433-1	0796-54-0515	0796-54-0182

3. 家庭裁判所、公証役場

名称	所在地	電話
神戸家庭裁判所 豊岡支部	〒668-0042 豊岡市京町12-81	0796-22-2881
豊岡公証役場	〒668-0024 豊岡市寿町2-20 寿センタービル203	0796-22-0796

解体 空き家 を持て余している

角 体 します



坂本工務店は、
迅速、安全、丁寧を心掛けた工事を行う、
地元密着の解体業者です。

無料でご相談に応じます!

まずは
気軽にご相談
ください

木造住宅 店舗・テナント 鉄筋コンクリート造 などどんなものでも対応いたします。

☎0796-23-5535

<http://sakamotokomuten.com>



解体工事業 土木工事業 建築工事業
株式会社 坂本工務店

〒668-0806 豊岡市森92-3 兵庫県解体工事業協会会員・兵庫県建設業協会会員
一般建設業許可 兵庫県知事(般-2)第651013号
(土木一式工事、建築一式工事、左官工事、とび・土工・コンクリート工事、石工事、舗装工事、解体工事)

家族のため、自分のために、今から始める「生前整理」
お家の片付け・解体まで、まとめて私たちがサポートします。

家具の
運び出しが
大変

引っ越しで
家具が
不要になる

新しい
家電を買うので
古いものを
処分したい

以前
住んでいた・
今住んでいる
家を解体
したい

引越しゴミや粗大ゴミなど、
不用品回収・処分のことなら

かた付け屋さん

にお任せください。



見積もり無料

安心料金

親切丁寧

お客様に喜んでいただけることをモットーに
エコでクリーンな街づくりに貢献いたします。

豊岡市許可一般廃棄物・兵庫県・京都府産業廃棄物収集運搬業

いつでも気軽にご相談ください／



エコジロー

☎0796-23-9566

豊岡市宮井1237 営業時間／8:00～17:00 日曜・祝日／定休

運営:株式会社エコジロー

【一般廃棄物処理業(収集・運搬)】

豊岡市許可番号 豊生第2025-1号

【産業廃棄物収集運搬業】

兵庫県 許可番号 第02807238721号

京都府 許可番号 第02600238721号

【建設業】

兵庫県知事許可(般-5) 第651719号(解体工事業)



HPもご覧ください!

<http://eco-jiro.jp/>

豊岡市 エコジロー

検索

