

# 悔いなき人生の仕上げを！

「終活」で、「その日」まで充実した日々を送ろう



70歳の平均余命は男性が15.6歳、女性が19.9歳です。まだまだ人生は長く続きます。

「人生100年時代」と言われています。定年退職後は「余生」ではなく、まだまだ人生を謳歌できます。「終活」によって、人生の最終ステージをかがやかせましょう。

そのとき役立つのが「かがやきエンディングノート」です。「ノート」に記入しながら、悔いのない人生に仕上げることに取り組みましょう。

## 「終活」2本の柱

- 1、「その日」が訪れるまで、元気に愉しく毎日を過ごす
- 2、家族・遺族に負担をかけないように、大事な情報を「ノート」に記入して遺しておく

## 2種類の「ノート」と解説書をご用意しました

### かがやき人生ノート 人生最終コーナーの道標

B5判 24ページ  
定価 350円+税

これまでの人生を振り返り、「その日」を迎えるまで充実した日々を送るために…

### 旅立ちノート 家族・遺族への伝言

B5判 36ページ  
定価 500円+税

ご家族・ご遺族の負担を最小限にするための準備でこれだけは明確に…

### かがやきエンディングノート 解説書

B5判 36ページ  
定価 300円+税

二種類の「ノート」記入方法の解説と、「終活」にどんな知識・情報が必要かを説明

【主な内容】私の信条・好きなことば / 私の家族・親族 / 暮らしの資金計画 / 我が人生を、どう仕上げていくか / 私を支えてくれる人 / 重要事項 覚書 / 判断能力低下時・終末期医療の希望 / 事前指示書 / 訃報（危篤）を知らせる人 / 葬儀・告別式の希望 / お墓・埋葬の希望 / 私の資産 / 遺産相続についての意思・希望……

3冊セットは、1,100円+税に引ききります。送料が別途必要になります。

普及のため各「ノート」20冊以上をご注文のときは普及費を還元しますので、ご相談ください。

著者 ● 太田秋夫  
(終活アドバイザー)  
発行所 ● 章文館

問い合わせ・注文先 **長野県高齢者生活協同組合**

〒381-0024 長野市南長池 761-3  
☎ 026-263-2386 fax 026-263-2385

かがやき人生ノート	冊
旅立ちノート	冊
かがやきエンディングノート 解説書	冊
各「ノート」・解説書 3冊セット	セット

## 注文書

代金は請求書と振込用紙を同封します。

お名前	
ご住所	〒
お電話	