



# 豊島区



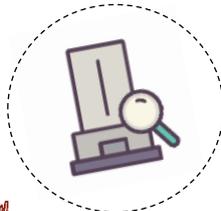
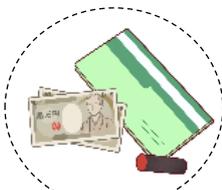
## 終活相談窓口のご案内

# 終活あんしんセンター

人生最終章でやりたいこと、  
想いをカタチにしませんか。  
自分のことは、自分で決めたい。  
その願いをともに考える相談窓口です。



今からの  
備えが  
大切  
なんだね！



たとえば  
こんな相談ごとが  
ありました。

※相談内容は一例

終活の始め方を  
知りたい

認知症になった時  
お金の管理が心配

自分の記録や思いを  
大切な人に伝えたい

葬儀やお墓について  
どうすればいいか

亡くなった後の  
ことが心配

頼れる親族がおらず  
今後のことを考えたい

でんわ

**03-6863-7830**

FAX

**03-3981-2946**

メール

**siensitu@a.toshima.ne.jp**



二次元コードを読み込むと、  
メールが送信できます♪

受付

月～金 午前 9 時 ～ 午後 5 時

※土日祝・年末年始はお休みです。

対象者

豊島区内にお住まいのおおむね 65 歳以上の方とそのご家族

運営・受託

社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会

所在地：豊島区東池袋 1-39-2 豊島区役所東池袋分庁舎 4 階

# あなたの 終活チェック表

※ 該当するものに○をつけてみましょう！

1	「終活」という言葉を知っている	はい・いいえ
2	自分に何かあった時の連絡先を決めている	はい・いいえ
3	使わなくなったものを片付け始めている（断捨離）	はい・いいえ
4	自分がもらう年金額を知っている	はい・いいえ
5	入院する時に必要なものを、普段から準備している	はい・いいえ
6	エンディングノートを持っている（書いている）	はい・いいえ
7	延命治療について、自分はどうしたいか考えている	はい・いいえ
8	自分の葬儀やお墓について、具体的に決めている	はい・いいえ
9	自分なりの楽しみや健康法をもっている	はい・いいえ
10	困ったときの相談窓口を知っている	はい・いいえ

100% ○が9~10個

終活の準備が整っているあなた！  
➡ 準備ができた終活の情報は区に登録しましょう！

★ 終活情報登録事業  
「もしもの時」にそなえて情報を区に登録し、必要時に指定した相手（親族や友人等）に開示ができます。

80% ○が6~8個

終活の準備がもう一息のあなた！  
➡ 専門的な内容は終活専門相談を活用しましょう！

★ 終活専門相談  
毎月第4火曜日は弁護士や司法書士による専門相談を実施しています。（予約制）

50% ○が3~5個

終活の一步を踏み出したあなた！  
➡ 好きなテーマの終活講座や講演会に参加しよう！

★ 講座、講演会  
終活やエンディングノートの講座等を開催中です。サロンや町会等の出張講座の依頼もお受けします。

20% ○が0~2個

終活の始め方が分からないあなた！  
➡ まずは、エンディングノートを手に入れましょう！

★ エンディングノート  
終活あんしんセンターの窓口で、区民の方を対象に豊島区版のノートを配付しています。

終活に関するご相談は、終活あんしんセンターをご利用ください！

（問合せ先は、表面をご参照ください）