



「全部を今決めなくても大丈夫」

親なきあとの備えを少しずつ整理できる安心シート

将来のこと、全部じゃなくていい。
今できる一歩を一緒に見つけましょう。

行政書士 田中慶事務所

Mail : mail@office-tanakakei.com

Tel : 06-4400-8748

＼ まずは今の気持ちをゆっくり整理してみましょう ／

書けるところだけで大丈夫です。空欄があっても問題ありません。

【1】いま感じている気持ちは？（自由に書いてOK）

【2】不安の理由として思い当たること

※「これかもしれない」で大丈夫

- 将来のお金のこと
- きょうだい・親族の負担
- 住む場所や生活の継続
- 契約・手続き・制度が分からない
- 急に起こったときの備え
- その他（ _____ ）

【3】いま既にできていること・大切にしていること

整理表 → 次の一步の可視化

決めること	今の状況	必要度	最初の一步
後見・信託・ 任意後見	<input type="checkbox"/> 未検討 / <input type="checkbox"/> 情報収集中 <input type="checkbox"/> 検討済	☆☆☆ ～ ★★★★	例：まず制度の概要を知る _____
遺言内容・ 財産の分け方	<input type="checkbox"/> まだ考えていない <input type="checkbox"/> 候補あり	☆☆☆ ～ ★★★★	例：財産を書き出す _____
緊急時の 連絡先	<input type="checkbox"/> 決まっていない <input type="checkbox"/> 大まかに想定	☆☆☆ ～ ★★★★	例：候補者を家族と話す _____
支援機関/ 事業所の確保	<input type="checkbox"/> 未準備 <input type="checkbox"/> 見学予定あり	☆☆☆ ～ ★★★★	例：候補事業所を調べる _____
生活費・ 福祉制度	<input type="checkbox"/> よく知らない <input type="checkbox"/> 少し理解ある	☆☆☆ ～ ★★★★	例：受給可能制度を調べる _____

いっしょに少しずつ考えていけば大丈夫です。
迷ったら、無理なく相談してくださいね。