

LPAの会からのお役立ち情報

エンディングノート①

(もしもの時に役立つノート)



自分の人生の記録や残された家族に伝えたい気持ち、情報を書き記したノートの事を「エンディングノート」と言います。

あなただけしか知らないけれど家族にも関わりのある大切なことありませんか？自分のことなのに自分でもよく覚えていないことはありませんか？

もしもの時の為に、自分の葬儀や、今後のことについて考えておくことは、残された家族にとっても大切なことです。そして、このノートは、終活に役立つだけではないのです。

①「突然の病気や怪我で入院した」加入している保険や各種の引落し口座がわからないと、困りますね。家族が知らないで困ることを整理し書き出しておくと、役に立ちます。

②「財布を紛失した」財布の中に入れてあったクレジットカードやキャッシュカードの不正利用が怖いですね。カード番号、引落し口座、使用停止の連絡先などを記録しておくより早く対応ができます。

③「スマホやパソコンのこと」故障や紛失に備えて、備忘録として友人・知人の住所・電話番号・メールアドレス等を記入しておく安心です。IDやパスワードを忘れた時も大丈夫。

④「保険のこと」加入している保険を一覧にしておく忘れたいことがある。見直しや請求の際に役に立ちます。

⑤「資産のこと」資産をリストアップすることで、何をどのように引き継いでもらいたいかを伝えることができます。遺言書作成の準備にもなり、遺族に安心感を与え、トラブルの防止にもつながります。

⑥「葬儀やお墓のこと」葬儀やお墓について考え、記入することで、費用や生前に準備することが見えてきます。

書いてみると、気づきや発見がたくさんあります。このノートは、自分が万が一のことがあった時に家族の負担を軽減させることができるほか、日常生活

活の備忘録としても役に立ちます。

エンディングノートは、今の自分を記録し伝えるノートなので、状況が変われば何度でも書き直し・書き足しができます。そのため遺言書にはなりません。記入は鉛筆やシャープペンシル等で結構です。その都度日付を記入しながら、書けるところや書きたいところから始めて結構です。書いた後、注意することは「書いたノートは大切に保管する」事です。大切な自分の情報を記したノートは貴重品と同じです。

預貯金、カードのパスワードなど個人情報を書かれています。防犯上の観点からも保管については十分気をつける必要があります。書店やネットに様々なエンディングノートがあります。項目が詳しくあれば、より詳しい情報を書くことになるので保管には注意が必要です。

エンディングノートに記載する主な内容としては、「私のこと」「医療・介護について」「保険のこと」「葬儀・遺言について」「クレジットカードのこと」「親戚のこと」「友人のこと」「パソコン・スマホのこと」「その他気になること」です。また、コープあおもりオリジナルのエンディングノートをご用意しています。宅配の注文用紙に左記の番号を記入すると、後日お届けいたします。価格もリーズナブルで使い勝手も良いと思います。次回は具体的な記入について、項目ごとに考えてみたいと思います。

エンディングノート

・注文番号… 010832
・販売価格 300円(税込)

●サイズ/B5版
●ページ数/24ページ

※注文用紙・@コープでお申し込みが出来ます。

※納品書には「エンディングノート0円」と記載されますが、代金は商品と一緒にご請求させていただきます。お支払いは、登録口座から引き落としになります。

LPAの会って 知ってる？



(1) LPAって何？

ライフ(L)、プラン(P)、アドバイザー(A)の頭文字を取った略称で、生協独自の資格です。FP(ファイナンシャルプランナー)3級レベルのテストに合格して取得します。

(2) LPAの目的は？

組合員同士が暮らしのお金全般について学ぶ場を提供します。日常生活には、税金、社会保険、生命・損害保険、住宅ローン、教育資金、就活、老後資金など知識が必要なものが多くあります。私たちLPAは、組合員の立場に立つてそれらに必要な知識・情報を伝え、組合員の人生設計のお手伝いをすることを目的としています。

(3) LPAの活動は？

現在、「コープあおもりのLPAの会」会員は、青森地域2名、弘前地域2名、五所川原地域3名、八戸地域3名、上北地域5名、下北地域1名の計16名で構成しています。主な活動は各地域での学習会、おしゃべりカフェの開催、広報「はばたき」への情報提供です。5月8日よりコロナ感染症の感染症分類が5類分類に引き下げになりました。感染対策をしっかりと上でLPA活動を進めていきます。

LPAの会は、毎月1回定例会を行い各地域の活動状況や、今後の予定など話し合い共有をしています。

LPAのこと、知ってもらえましたでしょうか？興味をもっていただけなら幸いです。

今後も、LPAの会一同さらに勉強し、またスキルアップを図り組合員の皆さんにお役に立てるよう、そしてお手伝いできるようなにします。知りたいこと、学びたいことなどありましたら、お知らせください。

(4) 各地域での取り組みについて

・青森地域

今年度は、相談会の予定をしています。気になった事の企画や、やって欲しい企画がありましたらお知らせ下さい。今年度は9月、12月、3月に企画がありますので是非参加して下さいね！

・弘前地域

弘前大学4年生を対象に「就職前に知っておきたい」お金の上手な付き合い方と題して学習会を行いました。社会保険、税金、財形貯蓄、保障、クレジットカード、家計管理と、盛り沢山な内容でしたが、集中し

・五所川原地域

家計防衛のための家計の見直し、コープあおもりのお得情報、暮らしに役立つ情報、新しくなったコープたすけあい共済の話、様々な年代の組合員のそれぞれの「お金にまつわるあれこれ」を、参加者の興味があることを伺いながらお知らせしました。

・八戸地域

「終活」をテーマに学習会を開催しました。また、子育てをされている方へ「子育て世代のお金の話」学習会の開催をしました。

・下北地域

下北リーダールーから依頼を受け、「生活の見直ししませんか」と題し家計の見直しや節約を提案いたしました。

・上北地域

今年度は、県民生協「おいらせ店」で「ふるさと納税」学習会を予定しています。県民生協とコープあおもりの組合員が一緒に学習会をして交流ができる企画を考え中です。

〈健康づくり支援サポーター資格を 取得しました〉

健康づくり支援サポーターは、組合員や生協職員を対象とした学習会で「健康」に関するテーマを取り扱うことができます。主催は、日本コープ共済生活協同組合連合会が、弘前大学COIと協同、「㈱ベネッセコーポレーション」と提携して企画しています。健康に関する基礎的な知識を幅広くカバーするコープ共済連独自のセミナーです。



青森地域



五所川原地域



弘前地域



八戸地域



下北地域



ママ スマイル
パパ ハッピー
ハイ ビーズ
グッド ラッキー