

# 筑西市 Future Note

## 人生引継ぎ帳



筑西市  
マスコットキャラクター  
ちくくん

名前

書き始めた時期 年 月 日



介護予防から看取りまで「セキショウの介護」は  
安心のケアでトータルサポートします。



デイサービスセンター  
「楽フィット筑西」  
茨城県筑西市蔵 317-1  
TEL 0296-25-2770



グループホーム「よつ葉」  
茨城県筑西市蔵 316-2  
TEL 0296-54-6288



介護付き高齢者向け住宅  
「えみあす二木成」  
茨城県筑西市二木成 827  
TEL 0296-25-5851



デイサービスセンター  
「えみあす二木成」  
茨城県筑西市二木成 827  
TEL 0296-25-5880



特別養護老人ホーム  
まごころの杜  
茨城県筑西市西方 1667  
TEL 0296-28-8556



ショートステイ  
まごころの杜  
茨城県筑西市西方 1667  
TEL 0296-28-8556



デイサービスセンター  
まごころの杜  
茨城県筑西市西方 1667  
TEL 0296-28-8586



「セキショウ」  
居宅介護支援事業所  
茨城県筑西市二木成 827  
TEL 0296-45-8033

セキショウライフサポート  
**Sekisho Life Support**  
〒308-0841 茨城県筑西市二木成827  
TEL **0296-25-3220**



〒308-0845 茨城県筑西市西方1667  
TEL **0296-28-8556**



# 筑西市 Future Note 人生引継ぎ帳とは？

自分の人生を振り返り、思い出を残し、そして誰かに託すことができる手段のひとつです。

これからの人生も、よりあなたらしく過ごすために！  
このノートをご活用ください。

## 「筑西市 Future Note 人生引継ぎ帳」の書き方について

- ① 書きやすいページから書き始めましょう。
- ② ひとりで書いても、家族と話し合っ書いても良いです。
- ③ 定期的に振り返り、状況に応じて修正も可能です。
- ④ このノートは法的な効力を有しません。
- ⑤ このノートの存在と保管場所について、誰かに伝えておきましょう。
- ⑥ このノートの取り扱いに注意して、第三者が勝手に読むことができないように管理しましょう。

更新履歴

年 月 日 / 年 月 日 / 年 月 日

## お問合せ先

筑西市役所 地域医療推進課 〒308-8616 茨城県筑西市丙360番地  
☎0296-24-2111 FAX0296-25-2913

広 告

住環境を彩る

# YAJIMA

株式会社 谷 島 組

## 未来につながる解体 未来も彩るエクステリア

総合建設

総合解体

エクステリア

完全自社施工のため  
高品質・低コストを実現！

まずは、こちらにご相談ください

## TEL.0296-57-9767

本 社：筑西市細田668-22  
営業所：つくば 水戸 宇都宮





**人生会議 4**

- ▶ 人生会議とは ..... 4
- ▶ なぜ、人生会議をしたほうがいいのか? ..... 5
- ▶ 平成28年(2016年)平均寿命と健康寿命の差 ..... 5
- ▶ どういう流れで、人生会議をするのか? ..... 6
- ▶ 病気になっても住み慣れた環境で過ごしたい方へ ..... 7

**自分ノート(わたしについて) 8**

- ▶ 基本情報 ..... 8
- ▶ 緊急連絡先 ..... 9
- ▶ 保険証・免許証等 ..... 9
- ▶ 自分の体について ..... 10
- ▶ 今のわたし~これからのわたし ..... 13

**自身の「もしものとき」に備えて 14**

- ▶ 病気になったら ..... 14
- ▶ 介護が必要になったら ..... 15
- ▶ 自分で自分のことを判断できなくなったら ..... 15
- ▶ 葬儀のこと ..... 16

広告



**(有)高野興業**  
TAKANO KOUGYO CO.LTD.

建物  
解体

内装  
解体

外構  
解体

資源リサイクル  
不用品



思い出の家を **真心** こめて解体いたします

筑西市松原 967-1  
平日 8:00 ~ 17:30

**☎0296-52-5706**  
お見積り・ご質問 お気軽にご連絡ください

LINE からの  
お問い合わせ



- ▶お墓のこと ..... 18
- ▶ペット ..... 19
- ▶遺言状について ..... 20
- ▶成年後見制度について ..... 20

**財産について 21**

- ▶わたしの財産の状況 ..... 21
- ▶処分・整理したいもの ..... 23

**相談・手続き問合せ 24**

- ▶相談・手続き先【筑西市役所内】 ..... 24
- ▶その他の相談・手続き先【関係機関】 ..... 25
- ▶高齢者の身近な相談窓口 ..... 25

**医療機関リスト 26**

- ▶訪問診療・往診を行っている医療機関一覧表 26
- ▶訪問歯科診療を行える医院一覧表 ..... 27

**親戚・友人リスト 28**

**身の回りの人たち(家系図) 29**



広告



**相続・贈与**でお困りの事はございませんか？  
円満な相続と円滑な事業承継をご支援します

お一人で悩まずにお気軽にご相談下さい  
親切・丁寧に対応させていただきます

- ◇相続、贈与でご相談されたい方
- ◇独立、開業をお考えの方
- ◇経理・会計・決算でお困りの方
- ◇経営について相談されたい方

税理士法人 I & A  
.....  
グローバックス稲見会計

TEL:0296-45-7500  
FAX:0296-45-7501  
☎ 0120-444-521

筑西市西谷貝808

稲見会計事務所 検索



# もしものときのために…はじめてみよう 「人生会議」

命の危険が迫った状態になると、約70%の人が医療やケアなどを自分で決めたり望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

## ～人生会議とは～



誰でも、いつでも、命にかかわる大きなけがや病気をする可能性があります。

自らが希望する医療やケアを受けるために大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを自分自身で前もって考え、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有しておくことを人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)といいます。

人生会議を重ねることであなたが自分の気持ちを話せなくなった「もしものとき」に、あなたの心の声を伝えるかけがえのないものになり、あなたの大切な人の心のご負担を軽くしましょう。

※このような取組は、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。  
知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。

広 告

## 真言宗豊山派 延命寺



法要・墓地分譲・永代供養等についてお気軽にお問い合わせください

〒308-0856 茨城県筑西市伊佐山142

TEL:0296-28-0032

FAX:0296-28-4924

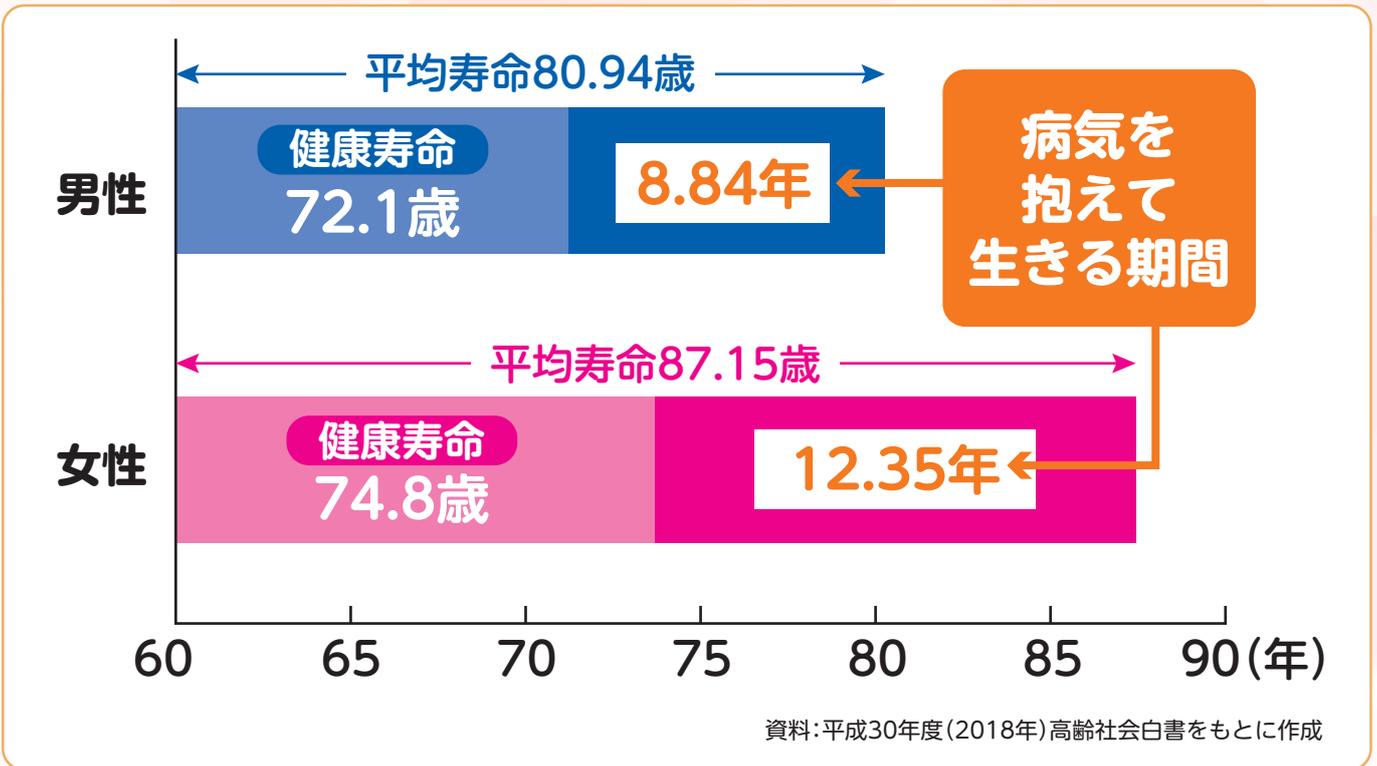
## なぜ、人生会議をしたほうがいいの？

みなさんは、健康寿命という言葉を知っていますか？

平成12年(2000年)にWHO(世界保健機構)が提唱した概念で、厚生労働省の定義によれば、「**健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間**」のことをいいます。つまり、「**日常的に介護などのお世話を受けなくても、自立して健康な生活ができる期間**」のことですね。

さて、日本人の健康寿命は、何歳でしょうか？

## 平成28年(2016年)平均寿命と健康寿命の差



平成28年(2016年)厚生労働省が算出した健康寿命は男性が72.1歳、女性が74.8歳。平均寿命との差は、男性がおおよそ9歳、女性がおおよそ12歳でした。これはつまり、「**日常的に介護などのお世話を受ける期間が10年前後ある**」、「**人生の最期、介護を受ける時が来る可能性が高い**」ということです。

人生の最終段階の介護について、今から考えて、話し合っておきませんか？



広告

お客様の喜びは  
私たちの誇りです

時計・補聴器

メガネの **サヤ**

営業時間/AM9:30~PM7:00 火曜日定休

筑西市稲荷町丙115(常陽銀行前)

会話が聞きとりづらくて... ? **補聴器は** ?

気になっているけど... ちよつと補聴器を試してみたいけど...

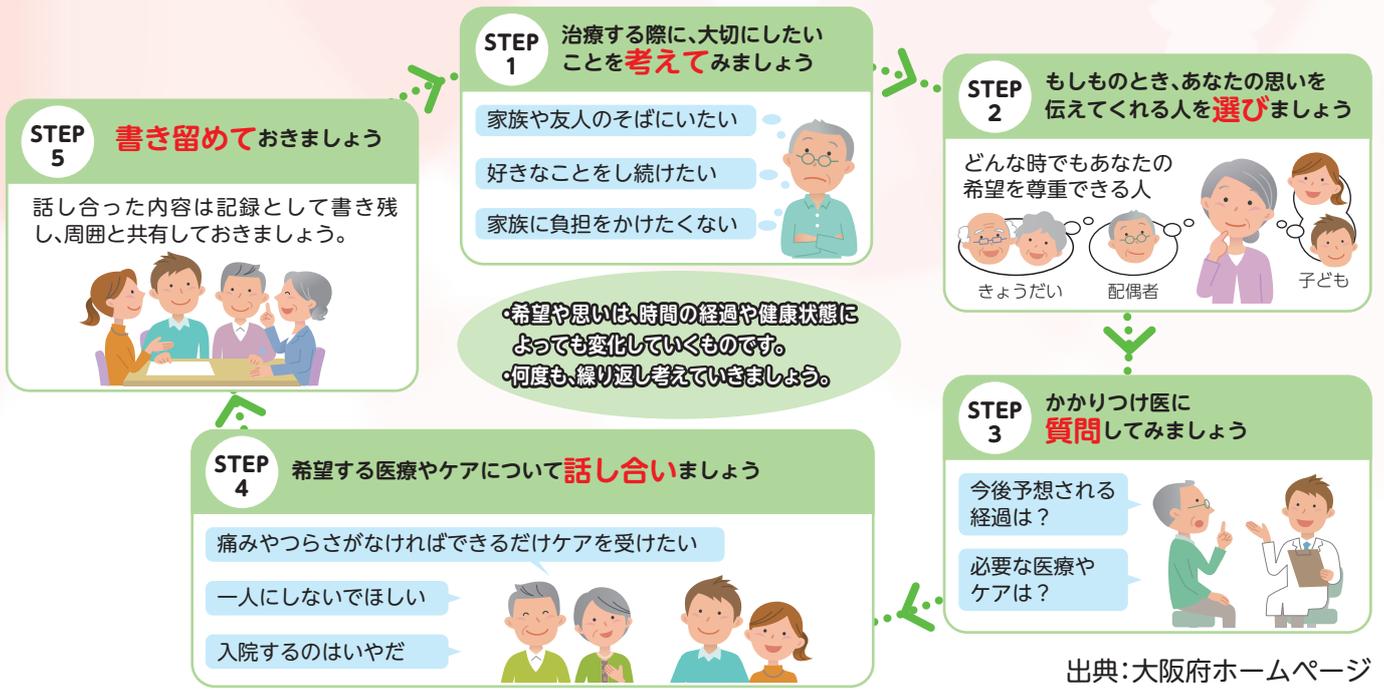
補聴器取扱い、最新型デジタル補聴器  
試験できます。

気になることがありましたら **サヤに**  
お気軽にご相談ください。

☎ 0296-24-6000

# どういう流れで、人生会議をするの？

- STEP 1** **大切にしたいことを考えてみましょう**  
あなたが大切にしていること、今後望むことを考えてみましょう。
- STEP 2** **もしものとき、あなたの思いを伝えてくれる人を選びましょう。**  
もしものとき、あなたが自分の意思を伝えることができなくなった場合に、あなたに代わって意志を伝えてくれる、信頼できる人を選んでおきましょう。
- STEP 3** **かかりつけ医に質問をしてみましょう**  
かかりつけ医に、あなたの健康状態や病状、今後予想される経過や必要な医療・ケアなどについて質問し、健康について学び、考えてみましょう。
- STEP 4** **希望する医療やケアについて話し合みましょう**  
医療・ケアや生活に関するあなたの希望や思いなどについて、あなたの思いを伝えてくれる人や医療・介護スタッフに、理解してもらい、話し合っておきましょう。
- STEP 5** **書き留めておきましょう**  
話し合った内容は記録として書き残し、周囲と共有しておきましょう。



# 病気になっても住み慣れた環境で過ごしたい方へ

在宅医療は、通院が難しい場合に、自宅などの生活の場において、医師、看護師、歯科医師、薬剤師、栄養士、理学療法士、ケアマネジャー、訪問介護員（ホームヘルパー）などが連携して定期的にご自宅を訪問し、チームとなって治療やケアを行っていく医療活動です。

住み慣れた環境で、家族やペットとともに過ごすなど、自分のペースで生活できることが最大のメリットです。

在宅医療には、年齢や病気による制限はなく、通院が難しい状態であれば、誰でも受けることができます。人工呼吸器や胃ろうなどが必要な状態でも、症状が安定していれば自宅等で療養することができます。

## どんなときに利用できるの？

病気や障害の種類に関係なく、すべての年齢の方が在宅医療を受けることができます。



自宅で療養したい方



医師が必置となっていない施設<sup>(※)</sup>に入所されている方



通院が困難になった時

〔 認知症、歩けない 〕  
〔 身体的障害 〕  
〔 精神障害 〕



寝たきりになった時



病院

(※)…有料老人ホーム、軽費老人ホーム(ケアハウス)、認知症対応型共同生活介護(グループホーム)等

詳しくは、  
「在宅医療って何だろう？」  
へアクセス



筑西市では、市民の皆様が医療と介護が必要となっても、住み慣れた『わが家』で最期まで安心して療養生活が送れるよう、在宅療養体制の構築に向けた取組みを進めています。



# 自分ノート(わたしについて)

あなた自身のことを周囲の人たちに理解してもらいましょう。よりよいサポートを築いてもらえるよう、事前に基本状態や体のこと、自分史などを書き留めてください。

## 基本情報

ふりがな  
名前:

生年月日:                    年                    月                    日生

住所:

本籍:

電話番号 自宅:

携帯電話:

メールアドレス:

パソコンパスワード:

インターネットバンキング:

利用サイトのパスワード:

広告

筑西市の**相続問題**は  
筑西市の**弁護士**が解決!

相続や事業承継でもめたくない方は弁護士へご相談してください

📍 筑西本部 下館駅南口徒歩1分

TEL.0296-48-8875

受付時間: 平日9:00~12:00 13:00~17:30  
休業日: 土日祝日



引継ぎ帳持参の方  
初回相談無料

弁護士による**相続問題解決**コンサルティング  
**弁護士法人 萩原総合法律事務所**  
所長: 萩原慎二 (はぎわらしんじ) 所属弁護士会: 茨城県弁護士会

## 緊急連絡先

①	名 前:	続柄:
連絡先:		
②	名 前:	続柄:
連絡先:		
③	名 前:	続柄:
連絡先:		

自分ノート(わたしについて)

## 保険証・免許証等

名 称	記号・番号	備 考
健康保険証		
介護保険証		
後期高齢者医療保険証		
運転免許証		
パスポート		
その他(            )		

— 廣 告 —

# 総合解体

戸建住宅

倉庫

アパート

店舗

ブロック塀

工場

商業ビル

見積無料

## SUZUSHO 合同会社 鈴笑

解体工事業登録 ■茨城県知事(登-2)第859号  
■栃木県知事(登-2)第581号

解体専門業者だから安心

廃棄物処理も対応可能

女性スタッフ同行可能

ご安心してお気軽にご相談ください

本社	〒308-0041 茨城県筑西市乙140-2
営業所	〒308-0051 茨城県筑西市岡芹2131-1
置場	〒308-0103 茨城県筑西市辻2379-5
	〒323-0805 栃木県小山市向野329-27

# TEL/FAX 0296-25-3011

## 自分の体について

### ◆ かかりつけ医(病院・クリニック)

医療機関名：  
\_\_\_\_\_

電話番号：  
\_\_\_\_\_

医師名：  
\_\_\_\_\_

病名：  
\_\_\_\_\_

いつも飲む薬：  
\_\_\_\_\_

「かかりつけ医」とは、患者さんの住居地域でご自身の体のことなどをいつでも気軽に相談したり診察したりできる身近なお医者さんを指します。

### ◆ かかりつけ薬局(薬剤師)

薬局名：  
\_\_\_\_\_

電話番号：  
\_\_\_\_\_

薬剤師名：  
\_\_\_\_\_

病名：  
\_\_\_\_\_

いつも飲む薬：  
\_\_\_\_\_

「かかりつけ薬剤師」とは、薬による治療のこと、健康や介護に関することなどに豊富な知識と経験を持ち、患者さんや生活者のニーズに沿った相談に応じることができる薬剤師のことをいいます。かかりつけ薬剤師は、皆さんご自身が選択するものです。

**◆ アレルギーなど**

- 薬 (種類: \_\_\_\_\_ )
- 食品(種類: \_\_\_\_\_ )
- その他( \_\_\_\_\_ )

**◆ 過去にかかったことのある大きな病気・けが** 病名・症状:

治療期間: \_\_\_\_\_

病院名: \_\_\_\_\_

 病名・症状:

治療期間: \_\_\_\_\_

病院名: \_\_\_\_\_

 病名・症状:

治療期間: \_\_\_\_\_

病院名: \_\_\_\_\_

**◆ 血液型**

( A・B・AB・O )型      RH( +・- )

◆ お薬手帳の有無

有・無 保管場所:

◆ その他手帳等の有無

障がい者手帳 有・無 保管場所:

種類:  身障       療育       精神

その他(難病等):

◆ 身分証明書や貴重品等の有無

名称: \_\_\_\_\_ 保管場所: \_\_\_\_\_

名称: \_\_\_\_\_ 保管場所: \_\_\_\_\_

名称: \_\_\_\_\_ 保管場所: \_\_\_\_\_

名称: \_\_\_\_\_ 保管場所: \_\_\_\_\_

◆ メモ(自由に記載ください、書き足りなかったことを書きましょう)

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

今のわたし～これからのわたし

続けたいこと

これらのことは実現できそうですか。



行きたい場所

やりたいこと

実現のために必要なことはありますか。



自分ノート(わたしについて)

# 自身の「もしものとき」に備えて

「もしものとき」に備えて治療や介護の方針、後々どうしたいかなどの思いを書き留めておいてください。

## 病気がなったら

### ◆ 告知について

- 病名や余命を告知してほしい       病名のみ告知してほしい  
 家族等に任せる       その他( )

### ◆ 延命治療について

- 可能な限り延命治療を受けたい       延命治療を希望しない  
 苦痛を少なくすることをしてほしい       その他( )

「延命治療」とは、病気の回復ではなく延命を目的とした治療のことをいう。病気の治る見込みがなく、最期が迫ったときに行う医療処置のことで、さまざまな治療法がある中、「三大延命治療」とされるのが、①人工栄養、②人工呼吸、③人工透析である。

### ◆ 希望する延命治療

- 点滴による水分補給       中心静脈栄養       経管栄養(胃ろう含む)  
 昇圧剤の投与       人工呼吸器       蘇生術(心臓マッサージなど)  
 その他(具体的に)( )

### ◆ 終末期をどこで過ごしたいか

- 自宅で過ごしたい       病院で看護を受けたい  
 病院以外の施設等で過ごしたい       その他( )

### ◆ 臓器の提供等について

- 臓器提供意思表示カードで、提供を意思表示している  
 臓器提供等は希望しない       その他( )

介護が必要になったら

◆ 介護をお願いしたい人

配偶者     子ども     その他( )

名 前: \_\_\_\_\_ 名 前: \_\_\_\_\_

◆ 介護してほしい場所

なるべく自宅を希望する     病院や施設

名 前: \_\_\_\_\_

お任せする

◆ 介護の費用について

わたしの年金や預金でまかなってほしい

用意している(保管場所: )

その他( )

自身の「もしものとき」に備えて

自分で自分のことを判断できなくなったら

◆ 財産管理などをお願いしたい人

配偶者    名 前: \_\_\_\_\_

子ども    名 前: \_\_\_\_\_

その他    名 前: \_\_\_\_\_

廣 告

眼のこと何でもご相談ください



武井眼科医院  
TAKEI EYE CLINIC

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	◎	●	○
15:00~17:30	●	手術	●	—	●	—

休診日: 日曜、祝日、木・土曜午後

◎木曜午前の診療は 武井 洋一 医師(名誉院長)です。

※それ以外の診療は 武井 正人 医師となります。

○土曜日の診療は、~13:00までとなります。

☎0296-24-8891

筑西市二木成 1508

武井眼科 筑西市



## 葬儀のこと

### ◆ 葬儀の場所

- お任せする
- 希望がある(名称等: )
- その他( )

### ◆ 葬儀の規模

- お任せする
- 家族・近親者のみ
- 参列してくれる方全て

### ◆ 遺影

- お任せする
- 用意している(保管場所: )

### ◆ 葬儀の費用

- わたしの預金等でまかなってほしい
- 用意している(保管場所等: )
- その他( )

自身の「もしものとき」に備えて



自身の「もしものとき」に備えて

◆ 葬儀について

葬儀業者との生前契約・予約

- 契約している
- 予約している
- していない

葬儀業者

- 生前予約で頼んでいる

(業者名: \_\_\_\_\_ 連絡先: \_\_\_\_\_ )

葬儀を行う宗教 宗派

- 下記の宗教・宗派を希望する

(名称: \_\_\_\_\_ 連絡先: \_\_\_\_\_ )

- 無宗教葬にしてほしい
- 家族・親族の判断に任せる

副葬品(お棺の中に入れてほしいもの)

- ある( \_\_\_\_\_ )
- 無い

死装束

- 身に着けたいもの

(内容: \_\_\_\_\_ 保管場所: \_\_\_\_\_ )

- 無い

◆ 遺言書について

- 有り(保管場所: \_\_\_\_\_ )

- 無し

## お墓のこと

### ◆ お墓の場所

- 希望なし
- 希望がある  
(名称・場所等: )
- すでにある  
(名称・場所等: )

### ◆ 埋葬

- お任せする
- 希望がある  
(場所等: )

### ◆ お墓の費用

- わたしの預金等でまかなってほしい
- 用意している  
(保管場所等: )
- その他( )

自身の「もしものとき」に備えて

広 告

# つくば関城 メモリアルパーク 霊園

東に筑波山 梨園に囲まれた安らぎの霊園

- 段差をなくしたバリアフリー設計
- ゆとりある広さの駐車場

どなたでも安心してお参りください

管理事務所 TEL 0296-37-4665 筑西市舟生 494-1 ● 指定工事業者 (有)石のタケウチ

宗旨・宗派不問  
宗旨・宗派にこだわらず  
どなた様でもご使用  
いただけます。





## 遺言状について

財産を残す方の意思を尊重し、相続のトラブル発生を防止するなど、相続手続きを円滑に行うために遺言状の作成を検討してみてもいいでしょうか。

遺言状には「自筆証書遺言」「秘密証書遺言」「公正証書遺言」があり、作成者や手続きが異なります。詳しくはお近くの各機関にご確認ください。

### ◇ 自筆証書遺言

作成者:本人の自筆      手続き:裁判所      保管方法:本人が保管する

### ◇ 秘密証書遺言

作成者:本人が望ましい      手続き:裁判所      保管方法:本人が保管する

### ◇ 公正証書遺言

作成者:公証人役場で作成      手続き:公証人役場      保管方法:公証人役場で保管

## 成年後見制度について

認知症等で、判断能力が十分でない方を保護・支援するための制度です。成年後見制度は「法定後見制度」と「任意後見制度」があります。

### ■ 法定後見制度

家庭裁判所が選任した成年後見人が、本人の利益を考えながら、本人の代理として契約などの法律行為をしたり、本人が行った不利益な法律行為を後から取消したりすることができます。

### ■ 任意後見制度

本人が十分な判断能力があるうちに、将来、判断能力が不十分になった場合に備えて、あらかじめ自らが選んだ代理人(任意後見人)に、自分の生活、療養看護や財産管理に関する事務について代理権を与える契約(任意後見契約)を公証人の作成する公正証書で結んでおくというものです。

※法務省ホームページ「成年後見制度～成年後見登記制度」より抜粋しています。  
相談先については、P.24参照

広告

相続  
サポート

和敬会  
wakeikai

税理士法人 和敬会 筑西事務所  
株式会社 和敬会

「争わない相続」を重視しております。

このような方に**オススメ**です。

- 相続税がおよそいくらになるのか知りたい
- 遺言書の作成について相談したい
- 生前贈与・相続時精算課税制度の活用を検討している

相続に関わる様々な問題をご相談頂けます。  
些細なことでも構いません。まずは**お気軽にご相談**ください。

TEL : 0296-22-3689  
茨城県筑西市一本松 624-3 FAX : 0296-25-0627



# 財産について

## わたしの財産の状況

■ 預貯金・株式・投資信託など	金融機関名	支店名	種 別	通帳など保管場所	
			<input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 当座 <input type="checkbox"/> 定期 <input type="checkbox"/> 外貨 <input type="checkbox"/> 株式・投資信託 <input type="checkbox"/> 他( )		
■ 不動産	有無	不動産所在地(自宅の場合は「自宅」と記載)		種類	書類保管場所など
	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし			<input type="checkbox"/> 土地 <input type="checkbox"/> 家屋 <input type="checkbox"/> 土地 <input type="checkbox"/> 家屋	
■ その他の資産	種類	有無	会社名など	保管場所など	
	クレジットカード	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし			
■ 生命保険・損害保険(火災・地震)・個人年金	種類	有無	会社名など	保管場所など	
	その他	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし			
■ 生命保険・損害保険(火災・地震)・個人年金	保険会社、個人年金会社			書類保管場所(または種類・内容)	

財産について

廣 告



あなたの「こうしたい」を叶える相続対策

**(株)家計まるごと相談室**

**こんなお悩みはありませんか？**

相続税はいくらかかるの？  
 遺言書は必要？どうやって書けばいいの？  
 家族がもめないためにはどんな対策が必要なの？

**ぜひ、経験豊富な相続診断士へご相談ください。**

相続税シミュレーション・遺言書作成アドバイス  
 エンディングノートに書いてはいけない事、書くべき事アドバイス  
 家系図作りアドバイス(専門家と連携可能)など  
 プロの視点でアドバイス致します。

お問い合わせはこちらから **☎0296-47-6465**

筑西市丙209-13 ESTA21 1階  
 営業時間 10:00~17:00



■ 公的年金	種類			書類保管場所
	<input type="checkbox"/> 受給年金なし <input type="checkbox"/> 国民年金 <input type="checkbox"/> 厚生・共済年金 <input type="checkbox"/> 労災保険 <input type="checkbox"/> 他( )	<input type="checkbox"/> 老齢年金 <input type="checkbox"/> 遺族年金(給付) <input type="checkbox"/> 障害年金(給付) <input type="checkbox"/> 介護給付※ <input type="checkbox"/> 他( )	<input type="checkbox"/> 付加年金 <input type="checkbox"/> 年金基金 <input type="checkbox"/> 企業年金 <input type="checkbox"/> 他( )	

■ 借入金・ローン	有無	借入先	書類保管場所
	<input type="checkbox"/> あり(右に記載) <input type="checkbox"/> なし		

※介護給付とは、労災補償における介護補償給付を指します。

相続放棄ができるのは、亡くなってから3カ月以内です。残された家族のためにも、債務はしっかり伝えておきましょう。

### ■ 負の財産(支出を伴うもの)

#### ◇ 借入金・ローン(住宅・自動車・クレジットカードなど)

借入先	金額	連絡先	備考

#### ◇ 担保の有無・連帯保証人になっているか・モノの貸し借りなど

内容	金額	連絡先	備考

#### ◇ 登録・契約サービス

在宅の場合 : 電気、ガス、水道、電話、NHK受信料、保険料等  
 施設等の場合 : 施設利用料、保険料等

項目	契約先	連絡先	備考



# 相談・手続き問合せ

## 相談・手続き先【筑西市役所内】

主な内容	担当課	電話番号
介護保険に関する相談 ● 介護保険認定申請・介護保険料	介護保険課	0296-24-2111(代表)
高齢者に関する相談 ● 高齢者のサービスや困りごと ● 成年後見制度	高齢福祉課	
障がい者に関する相談 ● 各種手帳 ● 手当て・助成	障がい福祉課	
民生委員・児童委員	社会福祉課	
死亡届、埋火葬申請・許可 国民年金 住民票、戸籍、マイナンバー、印鑑登録	市民課	
国民健康保険に関する相談 ● 保険証・保険料、高額療養費など 後期高齢者医療制度に関する相談 ● 保険証・保険料、高額療養費など 医療福祉費支給制度(マル福制度) に関する相談 葬祭費の申請・支給	医療保険課	
ごみの処分、市営墓地、 ペット(犬・猫)に関すること	環境課	
家の今後に関すること(空き家対策)	空き家対策推進課	
福祉相談	社会福祉課	
人権相談	人権推進課	
行政相談	広報広聴課	
女性相談 ● 夫婦関係・DV被害等	母子保健課	

相談・手続き問合せ

広告



社会福祉法人 **県西せいかん荘**

理事長 袖山 昌子

- 特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- デイサービス
- 居宅介護支援事業所
- 県西せいかん荘内特定クリニック



筑西市蓬田 241

**☎0296-57-6531**

<https://kenseiseikanso.jimdofree.com>



その他の相談・手続き先【関係機関】

主な内容	相談先	電話番号
法律相談	筑西市社会福祉協議会	0296-22-5191
消費生活相談	筑西市消費生活センター	0296-21-0745
年金相談	下館年金事務所	0296-25-0829

高齢者の身近な相談窓口

主な施設名	場 所	電話番号
地域包括支援センターなかだて (担当地区:下館、竹島、養蚕、中地区 (中館))	中館266-2	0296-38-0680
地域包括支援センターしらとり (担当地区:伊讚、川島、五所、中(中 館を除く。)、河間地区)	上平塚743-5	0296-45-7616
地域包括支援センターえがお (担当地区:大田、嘉田生崎地区)	二木成1669-1	0296-45-6882
地域包括支援センターまごころ (関城地区担当窓口)	藤ヶ谷733-4	0296-49-9888
(明野地区担当窓口)	新井新田41-2	0296-52-8552
(協和地区担当窓口)	久地楽237-7	0296-57-3668

相談・手続き問合せ

地域包括支援センターは、高齢者への総合的な生活支援の窓口です。  
主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などの職員が専門性を生かして相互に連携し、高齢者の相談・支援を行います。  
日常生活などのお困りごとや心配ごとがありましたら、担当地区の地域包括支援センターにお気軽にご相談ください。  
遠方にお住まいのご家族などからの相談も電話でお受けいたします。

例えばこんなことをご相談ください

- ▶ 高齢者の介護について
- ▶ 高齢者の権利について
- ▶ 高齢者の生活全般に関する相談 など

廣 告



社会福祉法人 征峯会

茨城県筑西市上平塚 590-1

☎0296-28-1277



しらとりハワイアンデイ



特別養護老人ホーム しらとり



障害者支援施設 ピアしらとり

あなたの笑顔が見たいから、私たちは最高の笑顔でまごころを尽くします。



ライブサポート ヒラヤマ



総合相談支援センター しらとり



# 医療機関リスト

## 訪問診療・往診を行っている医療機関一覧表

地区	医療機関名	管理者	所在地	電話番号	科目	備考
下館地区	1 新井内科医院	西福 幸二	甲146	22-2618	内科・小児科	かかりつけの方に限る
	2 大田医院	広川 国義	西方1684-1	22-3914	内科・小児科・消化器科・循環器科・皮膚科	
	3 大圃クリニック	大圃 弘	丙153-4	21-0123	胃腸科・外科・皮膚科・形成外科	
	4 ごとうクリニック	後藤 千秋	岡芹2162	23-3215	内科・呼吸器科・消化器科・循環器科	
	5 さとうクリニック	佐藤 友則	丙92-2	20-0310	麻酔科・ペインクリニック・内科・小児科	
	6 しもだて内科クリニック	福岡 稔晃	中館262	54-5217	内科	
	7 筑西診療所 ★	佐々木 将人	玉戸1658	28-2261	内科	
	8 野中医院	野中 徹郎	野殿1595-2	25-0155	内科・神経内科・小児科・脳神経外科・外科	
	9 堀内皮膚科医院	堀内 早苗	乙853	25-5877	皮膚科	皮膚疾患のみ
	10 宮田医院 ★	宮田 秀夫	丙59	22-2440	外科・内科・消化器科・皮膚泌尿器科	
関城地区	11 飯田医院	飯田 峻	木戸52	37-6745	内科・小児科・眼科	
	12 河上医院 ★	河上 隆太郎	舟生1059-3	37-2460	内科・小児科・消化器科	
	13 大圃病院	原中 瑠璃子	木戸352	37-3101	内科	
	14 山口医院 ★	山口 修一	木戸1285-4	37-3777	内科・小児科	
明野地区	15 明野中央医院	伊藤 賢一郎	海老ヶ島926	52-0026	内科・小児科・消化器科・外科	
	16 かくらいクリニック	加倉井 章	松原228	52-6711	内科・皮膚科・小児科・リハビリ科・循環器科・消化器科・呼吸器科	
	17 横瀬医院	斉藤 正博	海老ヶ島962-2	52-0027	内科・婦人科	
	18 あけの元気館前クリニック	齋藤 浩幸	松原1564-5	52-6333	内科・外科・小児科	
地協区和	19 落合医院	落合 聖二	小栗5616-1	57-3011	内科・外科・胃腸科・循環器科・リウマチ科・小児科	

(令和3年4月現在)

※訪問診療・往診を希望される方は、お電話等でご相談ください。

医療機関の状況によってはご希望にそえない場合もあります。

★印:4つの医療機関が協力連携(グループ化)し、在宅療養支援体制を整えています。

広 告



介護が必要になっても、  
住み慣れた家で、地元で暮らしたい、  
そんな想いを、大切にします。



〒308-0845  
茨城県筑西市西方1667  
社会福祉法人 関野会  
TEL 0296-28-8556 FAX 0296-28-8566

## 訪問歯科診療を行える医院一覧表

地区	歯科医院名	管理者	所在地	電話番号	備考
下館地区	1 小川歯科医院	小川 顕史	小川1455-9	28-7700	かかりつけのみ
	2 海老沢歯科医院	海老澤 俊一	西方1775-9	25-1868	かかりつけのみ
	3 高野歯科医院	高野 雅行	丙156-6	25-1662	
	4 武内歯科	武内 康	下岡崎2-7-1	25-2032	
	5 中山歯科診療所	中山 清	下中山407-6	25-0036	
	6 堀江歯科医院	堀江 博	玉戸987-14	24-8855	かかりつけのみ
	7 渡辺歯科医院	渡辺 進	外塚821	22-2248	かかりつけのみ
関城地区	8 小林歯科医院	小林 秀樹	木戸241	37-6551	
	9 梨の木デンタルクリニック	菊地 義宏	関本下1943-1	20-3651	
明野地区	10 酒寄歯科医院	酒寄 浩章	中根519	52-1118	かかりつけのみ
	11 つるみ歯科医院	鶴見 毅	海老ヶ島726-3	52-6482	
	12 原田医院歯科内科	原田 和弥	村田1605	52-0057	かかりつけのみ
	13 わかば歯科	照屋 昇	海老ヶ島754-4	52-4811	かかりつけのみ
協和地区	14 新治歯科医院	須長 孝裕	門井1976-19	45-7611	

(令和3年4月現在)

※訪問歯科診療を希望される方は、お電話等でご相談ください。  
医療機関の状況によってはご希望にそえない場合もあります。

医療機関リスト

広 告



「セキショウの介護」は、ず〜っと笑顔でまごころ込めて



セキショウライフサポート

**Sekisho Life Support**

〒308-0841  
茨城県筑西市二木成 827  
tel. 0296-25-3220 fax 0296-25-5861  
<https://sekisho-ls.co.jp/>




# 親戚・友人リスト

ふりがな  
名前

関係

現住所 〒

連絡先



入院時連絡  する  しない  どちらでもよい

葬儀時連絡  する  しない  どちらでもよい

備考

ふりがな  
名前

関係

現住所 〒

連絡先



入院時連絡  する  しない  どちらでもよい

葬儀時連絡  する  しない  どちらでもよい

備考

ふりがな  
名前

関係

現住所 〒

連絡先



入院時連絡  する  しない  どちらでもよい

葬儀時連絡  する  しない  どちらでもよい

備考

ふりがな  
名前

関係

現住所 〒

連絡先

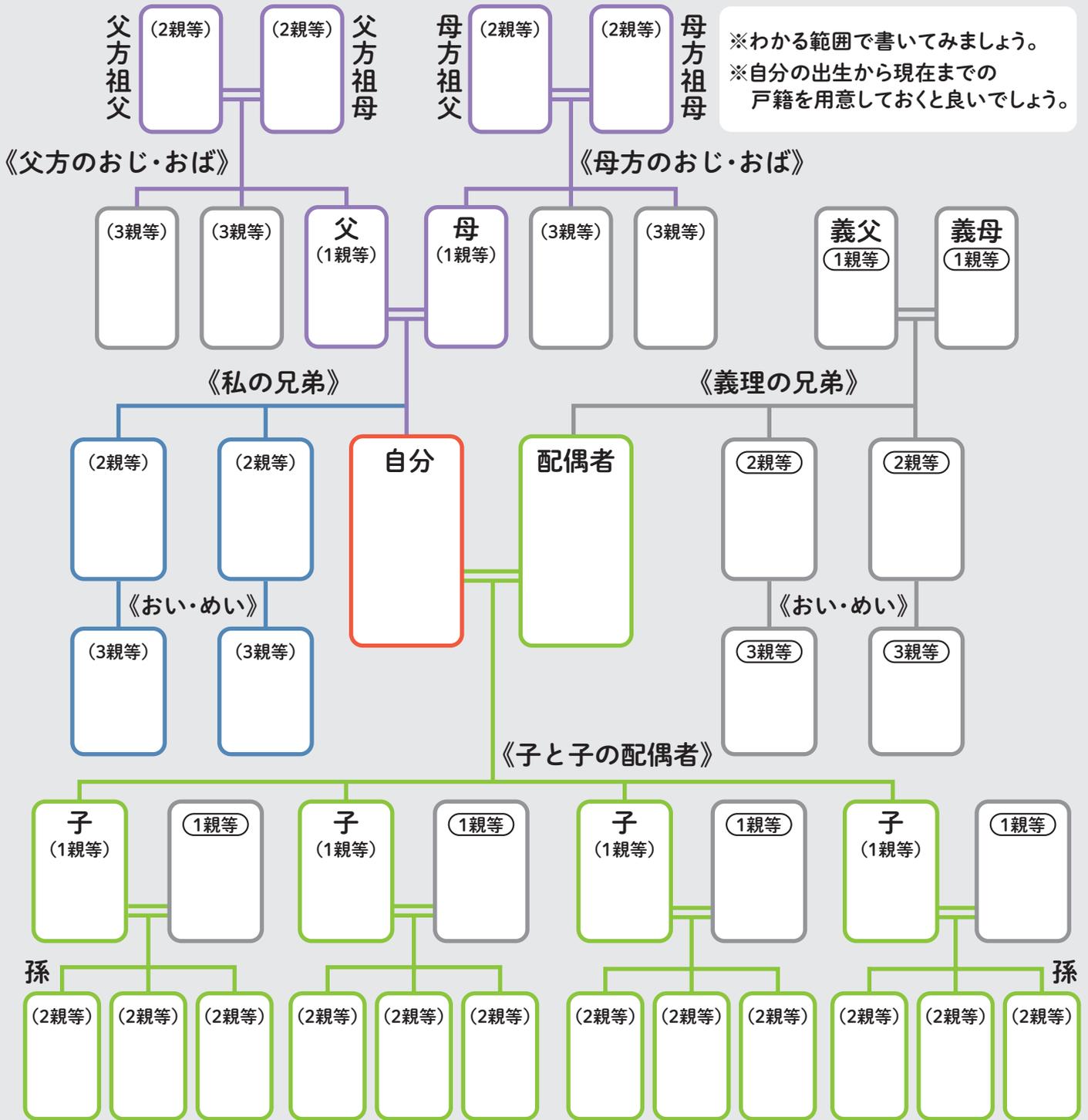


入院時連絡  する  しない  どちらでもよい

葬儀時連絡  する  しない  どちらでもよい

備考

# 身の回りの人たち(家系図)



身の回りの人たち(家系図)



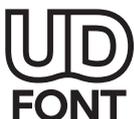
筑西市



## Future Note 人生引継ぎ帳

令和3年11月発行

無断で複写、転載することはご遠慮ください。



見やすく読みまちがえにくい  
ユニバーサルデザインフォント  
を採用しています。

発行

筑西市 / 株式会社サイネックス

制作

株式会社サイネックス 東京本部

〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3

TEL.03-3265-6541(代表)

広告販売

株式会社サイネックス つくば支店

〒305-0817 茨城県つくば市研究学園5-20-2

TEL.029-858-0570

※掲載している広告は、令和3年10月現在の情報です。

弁護士による **相続問題解決** コンサルティング

# 弁護士法人 萩原総合法律事務所

所長：萩原慎二（はぎわらしんじ） 所属弁護士会：茨城県弁護士会



## 筑西市の**相続問題**は 筑西市の**弁護士**が解決！

相続や事業承継でもめたくない方は弁護士へご相談してください



この筑西市引継ぎ帳を手にしている方は、様々な想いをもっていると思います。その様々な想いに応えるベストな方法を共に考え、実行していくのが弁護士の役割です。引継ぎ帳を書く前に、弁護士に一度、ご相談ください。

代表弁護士 萩原 慎二

### 相続問題を弁護士に相談する **6** つのメリット

- 01 将来のもめ事を未然に防ぐことができる
- 02 自分の希望を反映させた遺言書を作成できる
- 03 面倒を見てくれた相続人が他の相続人と直接話をしなくて済む
- 04 遺留分の請求に対応した相続対策ができる
- 05 弁護士に相続手続きを代行してもらうことで、自分が亡くなった後、遠方に住む子や親族の手を煩わせないで済む
- 06 事業承継、廃業、相続放棄の判断のアドバイスを受けることができる

📍 筑西本部 筑西市乙828番3 SATOHビル2階

# TEL.0296-48-8875

受付時間：平日9:00～12:00 13:00～17:30

休業日：土日祝日

引継ぎ帳持参の方 初回相談無料

