



## こうべ終活相談窓口（令和7年10月開設）

- ・神戸市の委託を受けて、神戸市社会福祉協議会が運営しています。
- ・自分らしい人生の終い方について、あなた自身が考え、準備するためのお手伝いをします。
- ・遺言や相続等に関するご相談には、弁護士や司法書士による無料相談をご利用いただけます。



※相談風景のイメージです  
※オンライン対応もできます

## 終活って、どんなことなの？

「なんだか難しそう」「まだ自分には早い」と感じていませんか？

終活とは、人生を最後まで自分らしく、安心して過ごすための準備のこと。特別なことは何もありません。今日から、できることから始めればOKです。

## 神戸市の終活支援事業について

— 詳しくは裏面へ

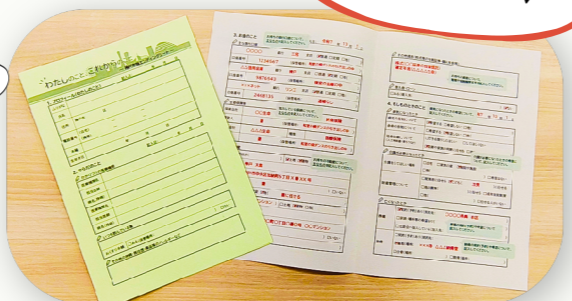
- ① こうべ終活相談窓口
- ② 終活情報登録制度
- ③ エンディングプラン・サポート事業



う



神戸市版  
エンディングシートも  
配布しています！



## 終活豆知識

### Q. 終活が必要だと思っている人は多いの？

A. 内閣府の令和7年版高齢社会白書によると、60歳以上の約4割が「終活関係の準備が必要」と感じています。ところが、そのうち約3割は実際には何も手をつけていないことも明らかに。

「必要とは思っているけど…」という方、実はとても多いんです。まず一歩、一緒に踏み出してみませんか？

## 相談員のつぶやき

「めんどくさいから後でやろう」は自然な考え  
新しいことに取り掛かるとき「面倒だな」と感じるのは、脳の正常な反応だといいます。しかし、やらなければと思いながら放置すると、モヤモヤは心に居座り続け、ストレスの原因に。終活も同じです。断捨離や遺言書づくりなど、気になることを一つずつ。完璧を目指さず、できていることを確認しながら進めれば、心は軽くなります。終活相談窓口では、その一歩をお手伝いしています。



## 神戸市の終活支援事業について



### ① こうべ終活相談窓口

- ・開設時間：月～金、9:00～17:00  
※祝日・年末年始を除く
- ・相談方法：電話(窓口相談員のみ)・来所・オンライン
- ・窓口相談員による相談(1回60分程度/開設時間中)
- ・弁護士、司法書士による専門相談(1回30分程度/第1～第4木曜日)

①～③全て  
事前予約制です

### ② 終活情報登録制度

もしもの時に備え、エンディングノートや遺言書の保管場所等の情報を神戸市に予め登録しておく制度です。登録はこうべ終活相談窓口または各区の社会福祉協議会の窓口で受け付けています。(登録された情報は、指定したご家族・関係者から照会があった際に神戸市からお伝えします)




### ③ エンディングプラン・サポート事業 ～おひとりさまのお葬式・お墓～

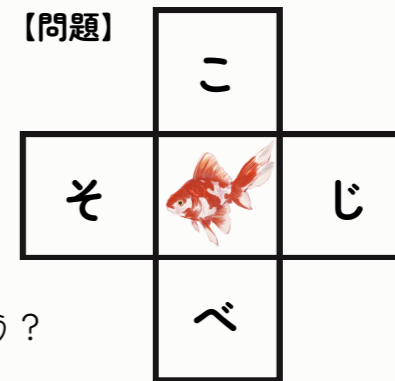
頼れる身寄りがない方で（概ね65歳以上）、ご自身の葬儀や納骨に不安を持たれる方を対象に、神戸市が葬儀・納骨の生前契約をサポートする仕組みです。

【R8.6現在：神戸市健康局斎園管理課内】

## 終活クロスワードパズル

～さわやかな初夏の脳トレTime～

紫陽花が色づき、  
風が気持ち良い季節です。  
ゆっくり考えて、  
楽しく脳トレしましょう。  
右の  に入るひらがな一文字はなんでしょう？  
答えは、レターのどこかに隠れています。



【ヒント】  
〈タテ〉終活についての相談は「〇〇〇終活相談窓口」  
〈ヨコ〉こまめにしたいものです。

