

ここでは、これまでのページでは書ききれなかったこと、残っている心配事などを整理します。

事前に協力者とよく話し合っておくことが必要になります。

## (1) 解約してほしい契約などがありますか

なし  あり (例: 公共料金、携帯、ケーブルTV、プロバイダなど) ※下記表にご記入ください。

契約の相手	内容	連絡先

## 19 (2) 自分がしてきたことで、続けてほしいことはありますか

なし  あり (例: 庭の手入れ、自治会の公園清掃など) ※下記表にご記入ください。

してほしいこと	具体的に	メモ

## (3) その他、処分してほしいものや、やってもらいたいことはありますか

なし  あり ※下記表にご記入ください。

してほしいこと	具体的に	メモ

例えば1年後、3年後、10年後の自分を想像しながら記入してください。

何歳くらい  
には

こんなことをしたい

そのために今(から)  
こんなことを  
しています(みます)