

# こうべ終活相談窓口レター

Vol. 1 創刊号 令和8年6月 発行



## 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、どんなことするの？

「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。

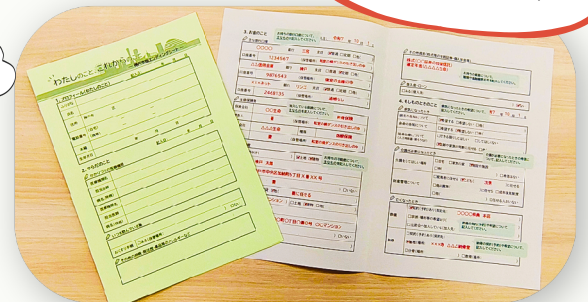


神戸市版  
エンディングシートも  
配布しています↓

## 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



## 💡 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。まず一步、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、その一步をお手伝いしています。

神戸市社会福祉協議会内 こうべ終活相談窓口 事前にご予約の上、お越しください

受付時間：9時～17時

（土日祝・年末年始を除く）



(078)855-8670

（神戸市社会福祉協議会ホームページ）

〒651-0086 神戸市中央区磯上通 3-1-32 こうべ市民福祉交流センター4F

<https://www.with-kobe.or.jp>



