

終活 自分らしく

人生の最期を自分らしく迎える準備「終活」が定着してきた。誰にでも訪れる「その日」への備えは、大事な人への思いやりでもある。普段は離れている家族と久しぶりに過ごす人も多い年末年始。ちょっと考えてみませんか。

顔安らかに修復

遺体を保全・修復する技術、エンバミング。葬儀会社大手の公益社（大阪市）が2001年に採り入れたところ実施数がどんどん増え、現在は年間、全葬儀の半数以上にあたる5千件近くに。今後も需要は伸びると見て、エンバマーを増やす方針だ。

同社にいるエンバマー19人の大半は20〜30代。川口梨絵さん(33)は5年前に看護師から転職した。ガンを患った

30代の女性患者から「自分の最期の顔が安らかになれば、両親の悲しみも和らぐ」とエンバミングについて相談されたことがきっかけだった。「遺族が喜んでくださる。やりがいのある仕事です」

神奈川県平塚市のビル5階。若い男女10人が、頭蓋骨の模型の上に緑色の粘土を重ねていた。日本ヒューマンセラピー専門学校の「エンバマーコース」の学生たち

葬儀専門誌「SOGU」編集長の碑文谷創さんの話。阪神大震災や東日本大震災などの大災害が起きる中で、死を身近にあるものと考え、人が増えたことが終活が定着した背景にある。核家族が進み「家族に迷惑をかけたくない」との思

「生前から」時代の流れ

いも拍車をかけているのだろう。天皇、皇后両陛下が逝去した際には土葬ではなく火葬とすることが公表されたのを機に、生前から「最期の時」を考えることが時代の流れだととらえ、終活に向き合う人がさらに増えるのではないかと

だ。出身地は北海道から鹿児島まで幅広い。

病気、災害で損傷した遺体を修復するための基本という。

「エンディングノート」の書き方セミナー、遺言・相続相談などを開いている。

写真と鏡を見ながら自分の顔を粘土で再現する。「いろんな角度から何度も見るのが大事」と女性講師が声をかけた。粘土での再現は、事故や

同校への資料請求は東日本大震災を境に1.5倍になった。広報担当者は「震災が若者に死を意識させたのではないかと話す。

大阪府内の葬儀社44社でつくる「大阪葬祭事業協同組合」は11月、終活フェアを大阪市内で初めて開いた。妻と訪れた同市天王寺区の男性(40)は仏衣を着て入棺を体験。「最近親戚の葬儀があり、いざというときに残った家族が困らないように準備しておくのも必要だと思った」と話した。

葬儀予約や入棺体験

自分の葬儀への関心も高まっている。「エンディングノート」を10年に売り出したコクヨ(大阪市)は、今年5月までに累計40万冊を出荷した。購入者の約半数は50代以下。東日本大震災後、40代以下の女性が増えた。「夫と子どもを残すことを考えると不安が大きくなった」といった声

八尾市)は3年前から年10回程度、本物の棺おけに入る「入棺体験」や、その日に備

「地域が崩壊し、自分で最期をデザインしないと迷惑すらかける時代に入った」と週刊ダイヤモンド(ダイヤモンド社)は10年から毎年、葬儀・相続に関する特集をまとめた別冊本を出版してきた。初年は約20万部の大ヒット。中田雅久・クロスメディア事業局長は「売り上げは堅調だ。終活はブームを過ぎて定番化した感がある」と話す。(長野佑介、吉永岳史)

書籍定番の売れ筋

09年秋に葬儀事業に参入した流通大手のイオン(本社・千葉市)は、「すべてセットの火葬式 19万8千円」と明朗会計を前面に打ち出す。同社によると生前予約は年々増加し、昨年は約2万件に上った。

「終活イベント」も盛んだ。葬儀社の八光殿(大阪府

「終活」本も売れ続けている。大阪市の紀伊国屋書店梅田本店では、今夏に産経新聞出版が発刊した季刊誌「終活読本ソナエ」が予想以上の売れ行きを見せた。第1弾は3度補充注文し、第2弾、第3弾も好調。担当者は「関心が高いと改めて感じた」と驚く。

年末年始のさりげない「終活」のススメ

- その1 名前の由来は何? 親子で語り合い、家族の絆を再確認しよう
- その2 届いた年賀状を使って、今の交友関係を語り合おう
- その3 運転免許証の裏を見てみよう。臓器提供の意思表示の有無が聞かれている。さりげなく家族の希望を確認してみよう
- その4 子からは「もしもの時」は聞きにくい。親から積極的に話してみよう
- その5 これからどんな人生を生きたいか、漢字一文字でそれぞれ表現してみよう。残された時間を充実させるために



一般社団法人「終活カウンセラー協会」武藤頼胡理事による

家族と考える機会

一般社団法人「終活カウンセラー協会」の武藤頼胡理事は「終活は暗いにとらえられがちだけれど、『もしもの時』を考えることで今の生活を充実させようということ。年末年始は離れて暮らす家族も帰省して一緒に過ごす時間が増える。いい機会になると思う」と話している。

「終活イベント」も盛んだ。葬儀社の八光殿(大阪府

「終活」本も売れ続けている。大阪市の紀伊国屋書店梅田本店では、今夏に産経新聞出版が発刊した季刊誌「終活読本ソナエ」が予想以上の売れ行きを見せた。第1弾は3度補充注文し、第2弾、第3弾も好調。担当者は「関心が高いと改めて感じた」と驚く。