

「終活」
始めの一步

最期を自分で プロデュース

活(人生の終末に向けての準備活動)という言葉が広がり、実際に動
める人も増えていきます。自分らしいエンディングをプロデュースす
めには、十分な時間と情報収集、そして判断力が必要。地元で納得
る最期を迎えるために、早めの終活を始めませんか。



終活を始めるには?

1 周囲と相談して自分なりの人生の棚卸を

「終活とは、介護、保険、遺言、相続、葬儀、墓の6つが、主な活動」と話す、終活カウンセラー協会代表理事の武藤頼胡さん。「ただし、終活は人それぞれ。人生の棚卸をすることで、自分の終活が見えてきます。エンディングノートを書くのもひとつの方法です」。さらに、「迷惑をかけたくないと、一人で終活を行う人

もいますが、死んだら誰かに迷惑はかかるもの。周囲と相談してすすめることが大切です」。

自分が納得できるエンディングのために、早くから終活に関する知識を得ようと、同協会が各地で実施する終活カウンセラー初級検定講座に参加する人も増えているそうです。



注目の終活キーワード

2 言葉から知る今どきの終活事情



任意後見制度

将来、自分の判断能力が不十分になった時に備えて利用する任意後見制度。自分で支援してもらおう人(支援者)を選び、個々に支援内容を決めて契約を結ぶのが特徴です。支援者を専門家や第三者にする場合は、お互いの信頼関係がないと成立しないので、時間をかけた準備が必要です。成年後見センター・リーガルサポート兵庫支部では電話での相談も実施(平日午後1時~4時)。



みまもり家族

家族に代わって、生前・死後のサポートを行うサービスも登場しています。例えば日本ライフ協会(神戸市)の場合は、95万5715円(葬儀費用は含まず。会費は別途毎月5000円、暮らしのサポート利用は別途1時間3672円~。終身会費プランもあり)で、生涯にわたって身元保証、日常生活の支援、万一の時の事務手続き、葬儀社手配、納骨や永代供養、家財処分などを代行。



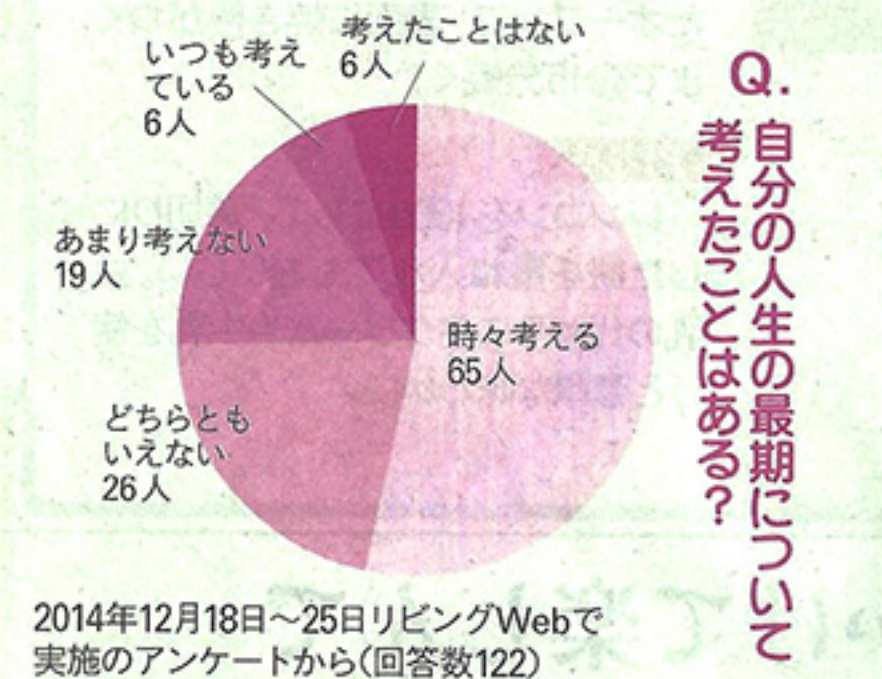
生前予約

万が一のときには、余裕がなく葬儀会社の言われるまま、というのは良くある話。生前に葬儀の形や式場の確認、見積もり依頼をすることも必要です。エンディング・プロデュース(神戸市)では、希望する葬儀の実現に向けたアドバイスを実施。また、葬儀や仏壇の仕事に従事していたスタッフが、昨年10月に設立したNPO法人和讃の会(神戸市)でも、無料で経験を生かした終活を提案。生前予約のニーズが増えているようです。



友達近居

助け合うけど依存はしない友達近居。おひとりさま、の女性が自立しながら自分らしく生きるために、友達近居、という暮らし方を選択する人たちも。尼崎市内では、「個個セブン」と名付け、友人7人で同じマンションに住むグループが活動しています。「終活はネットワークづくりが大切」というメンバーの田矢きくさん。個個セブンでは、暮らしをテーマにした勉強会も行っています。



読者の終活事情は?—
終活に関して考える人は71%、
万が一のときを不安に感じる人は75%

終活に関して考える人は71%に。「なんとかなる」(53歳)とコメントする人がいる一方、「看取ってくれる人がいなく、一人になったら、遺体はどうなるか心配」(47歳)との声も。「葬式はせずに、直葬にしたい」(43歳)、「娘しかいないので、お墓は買わないつもり」(38歳)、「延命治療はしてほしくない」(59歳)など、人生の最期へのリクエストがあがりました。

テスト対策としてもご利用いただけます!
エディック個別

新小1~6 算数 国語 新中1~新高3 数学 英語

1コマ 無料体験 (1コマ80分)

2/20~21

3/2 開講 新小1~新高3 新年度生募集

3月スタート キャンペーン 3月にご入学の方は 入学金無料! (通常15,000円)

対面指導 エディック個別

エディック個別ホームページ <http://www.edickobetsu.jp>

個別指導サポートセンター ☎0120-121-590

<取材協力>
・終活カウンセラー協会大阪支店 ☎06(4705)0078
・成年後見センター・リーガルサポート兵庫支部 ☎078(341)8699
・日本ライフ協会 ☎0120(137)165
・エンディング・プロデュース ☎078(843)8017
・NPO法人和讃の会 ☎078(200)6070
・個個セブン ☎06(6437)6848