



文筆  
仁科亜季子氏

光明寺住職

大洞龍徳師

# 終活フェスタ盛況

## 仁科亜季子さんも出演

終活カウンセラー協会

主催の第5回「終活フェスタ」が16日、東京・大田区産業プラザで開かれた。

元気なうちの終活を勧める仁科亜季子さん

今年のテーマは「エバ

ーグリーン 心の健康・

体の健康」。45の終活関

連企業・団体がブース出

展、60〜70代を中心に多

くの人々が参加し、生前

整理や遺産相続、エンデ

ィングノートの書き方な

どに関する講演を聴き、

各ブースの専門家に相談

するなど終日盛況だった。

真宗大谷派證大寺の井

上城治住職の講演「仏教

人生大学」、三遊亭楽大

氏の終活落語、仮面ライ

ダーアギト役の俳優・賀

集利樹氏と兄・一弥氏

(同協会理事)による対談なども行われた。

「終活パネルディスカ

ッション」では、女優の

仁科亜季子さんの他、真

宗系独立寺院・光明寺の

大洞龍徳住職、弁護士の

武内優宏氏、同協会の武

藤頼胡代表理事らが登壇

した。エンディングノ

トを書く適齢期を聞かれ

た武藤代表理事は「若い

時から書いて毎年更新す

ると良い。人生のゴール

を意識することで生き方

を見直すことができる」と話した。

仁科さんは、38歳から

22年間で4度のがん手術

を受けた経験から「子ども

たちに迷惑を掛けたく

ないので、元気なうちに

終活をしておきたい。介

護の必要がないように、

少量でもおいしい健康的

な食事を取り、週1回ジ

ムとボイストレーニング

に通っている」と述べ

た。

(斎藤祐一)