

■■■ 元気なうちに整える ■■■

ゆるい しゅうかつしんぶん 終活新聞

2021年(令和3年)1・2月

第16号

終活は人生を終わることへの準備だけではなく、人生をよりよく生きること。生活の中で知っておくとお得な情報をわかりやすくお届けします！

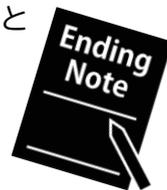
◎終活の基本とは・・・

「もの」「財産」「心」の整理をすること

終活は、葬儀やお墓の準備などの他に、相続のこと、介護、医療のことなど「人生の終わりへの準備」と言われていましたが、自分の思いを整理してよりよく生きるための活動の風潮も高まってきました。終活をしている人が、スッキリとイキイキされているように見えませんか？終活は、基本的に大きく3つ「もの」「財産」「心」の整理をすること。整理することによって、自分自身を振り返り、今をよりよく生きようと前向きに考えられるようになります。終活は、大切な家族のためでもあり、納得した人生を送る自分のためでもあります。メモに思いを書きとめることでもいい。まずは終活の一步を踏み出してみませんか？

◆「終活」は何をするの？

1. エンディングノートを書く
2. 身の回りの整理・片付けをする
3. 財産の整理や相続のこと
4. 住まい、介護、医療のこと
5. 葬儀やお墓のこと
6. 遺言を書く



「終活」を考える人が増加！半数が何らかの終活をしている！？

「終活を行っているか？」インターネットリサーチにより大和ネクスト銀行(調査協力会社:ネットエイジア株式会社)の質問に、終活を行っているシニア予備軍は27.7%、シニアは47.7%となり、半数近くのシニアが終活を行っている結果がありました。内容としては、シニア予備軍、シニアともに「持ち物の片付け・身辺整理をする」、「資産・財産を整理する」、「エンディングノートを作成する」が上位を占めました。終活の意識はあるものの、何をすればいいのか、終活のやり方や基本がわからないという人も多いです。その気持ちが一步になっています。あとは行動あるのみ！



終活すると・・・

- ◆ 遺産相続などのトラブルを回避できる
- ◆ 自分の思いが家族に伝わり、もしものことがあっても安心できる
- ◆ 自分の思いが明確になることで、前向きになり、老後の生活が充実する

今号は初心に戻り「終活の基本とは」。終活は、大切な家族が困らないためにすることであり、自分がよりよく生きるため。一人でも多くの方が、終活に興味を持ち、一步を踏み出せていただければ幸いです(^)わたし自身、後悔の嵐ばかり。後悔ともしもの不安を取り除くために終活を学び、自分自身の終活をしつつ、終活の重要性をわかりやすく楽しくお伝えしていきたい。時代遅れと言われる紙ベースの発信も大切と思っていますので発刊に至っています。今回は、突然の訃報、入院付き添い、資格取得などバタバタとあり、またPC使用ソフト変更により、ゆるい終活新聞1月号は2月号と吸収しました。ゆるい感じではありますが、みなさまが終活を楽しく感じていただけるように、寄り添い、欠かせない存在でありたいと思います。

