

人生の 仕舞い方



よりこ
武藤頼胡の

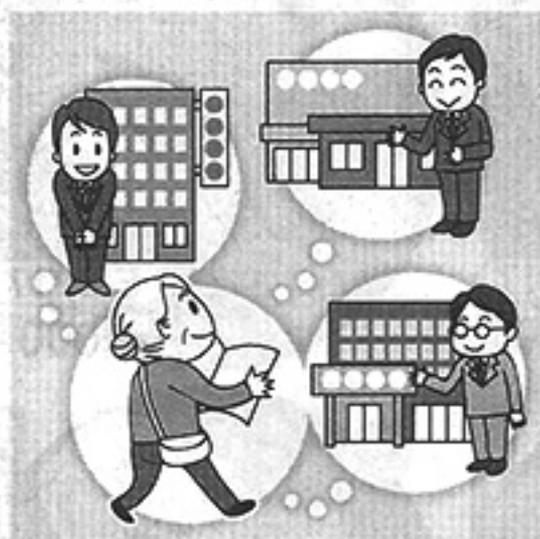
今回は、改めてエンディングノートについて書きました。

そんな中、近所で以前から終活のお話を伺っている60代後半の女性から「友達にも渡したいからエンディングノートくださる？」という連絡がありました。

その女性は5年かけている
いろいろな準備をされており、年

60代女性の終活①

葬儀社3社を比較



に一度は海外に行き、人生を
楽しんでいきます。

昨年はお葬式の準備という
ことで葬儀社3社に出向き、
見積もりをもらいました。私
が場所や希望を伺い、紹介し
ました。

3社に出向くことで1社で
は見えないことが分かり、し

っかり選べたとおっしゃって
いました。

5年前、私が主催と講師を
務めた終活セミナーからの縁
です。

当時は終活という言葉も知
らない方が多い中、毎月来て
くださいました。健康に問題
もないおとなしい方がなぜ興
味を持たれたのか、1年間ず
つとお話を伺ってだんだんと
分かりました。

終活を準備と捉えず、「今
を楽しむために」何をすれば
よいかを考えた結果、たどり
着いたということです。最初
にエンディングノートを書
き、それでは足りないところ

を少しずつ補っていきまし
た。財産目録や家系図を作
る、遺影写真を撮りに行く、
おばさんに会いに行く……。

夫に終活をしていることを
話す。本当に細かく少しづ
つ。

今ではお友達に勧めるほど
になっています。私も学びま
した。「終活も人それぞれ」
ということ。

今年度3月までの分の許可
をいただきましたので、この
女性の終活内容をお話ししま
す。

(終活カウンセラー協会代
表理事)

(次回は3月13日付)