

組合員の交流ページ

今月のテーマは… 終活

今月のテーマは「終活」です。広報担当は、アラサーなのですが、まごころ積立をしており、万一の時のために葬儀費用を毎月少しずつ積み立てています。周りから、さきに「婚活」しろよとツッコまれそうですが…

そんな話はさておき、今回は、コープあおもり内の専門家の皆さんから、疑問にも答えてもらいました。

広報担当

◆自分では終活はまだですが、親世代（亡親の姉）が終活をしています。ということで、不用品だけども使える物やらを送ってくれたり、相続対策をしています。先の手を考えて行動する人、何事もしない人、そもそもやる気のない人と、様々です。自分が必要なくなった時は、きちんと整えておきたいと思っています。

むつ市のY・Kさん

むつ市のY・Kさん

◆きれいにしておき、きれいなものを着て写真をとっておきたい。

・職業柄、割りと死が近いところにいたので最期についてはいろいろ考えます。延命については、勇気をもって断ってほしい旨、娘に伝えて書面で渡してあります。

・物については少しづつ処分。今日も綿の掛け布とんを3枚捨てた（側生地は使い道があるので、はがしてとっておいた）。親が農業で使っていた資材や器具は、そのまま小屋にあり、どうしたらよいか。できなくなったら処分してほしかったのに、残されて困っているの、自分でできる事はやっておきたい。

南部町の「あーたん」さん

南部町の「あーたん」さん

◆遠くない将来にしくちやいやけない事!! 少しでも考えながら進めていかないと。まだまだ先と思いつつも、やっぱり年々老いていきますし、自分でできる事はちゃんと整理しないと。迷惑をかけられないから!! 元気なうちに行動にうつそう。

弘前市のR・Sさん

弘前市のR・Sさん

◆終活のきっかけは、母の介護施設入所だったと思います。母の物を整理しながら、自分のものは自分でしっかりと片付けて、捨てるのも自分でやっておいた方が気持ち的にもスッキリだと思っただけです。終活らしいものの手始めは、通帳の数を減らすことでした。今年は墓地の予約をしました。手元に、エンディングノートがある（生協の）のですが、なかなか記入するのが進まない実情です。

七戸町の「月見草」さん

七戸町の「月見草」さん

◆終活でエンディングノートを、元気なうちから祖父母に書いておいてもらいたいが、エンディングノートを渡すタイミングに悩んでいます。（持病の症状説明を聞いて私は渡したいと思いましたが）渡されたらショックな人もいるだろうし、死ぬのかなという実感が湧いてくる人もいるだろうから。エンディングノートはデリケートかなど…。でも、大好きだからこそ何か残してきてくれたら嬉しい自分がいいます。

むつ市のM・Sさん

むつ市のM・Sさん

◆自分の両親との二世帯同居とはいえ、これまでお互いの生活に口出し・手出しはせず過してきまして、昨年春、母に病気が見つかり、今年の2月に他界。ここから様々な手続きや片付け作業を進めることが、父の終活の始まりとなりました。長年仕舞い込んでいた服や物を片づきながら出し、選り分け、思い切つて父に必要な物以外は処分。同居とはいえ、父が身の回りのことを自分でできるよう環境を整え、お互いに物の場所を把握。今まで母が管理していた保険や預貯金などを一緒に確認し、現状とこれからを相談。お互いに管理しやすいよう、母があちこちに開設していた口座などを整理。母の葬儀を踏まえて、父の時はどうして欲しいかも話し合うことができました。70歳まで働くことのできる職場でしたが、母の在宅看護の為、1年早く退職した父。退職後は、2人であちこち旅行するのを楽しみにしていました。まさか母を65歳の若さで見送ることになるとは…。でもそのことが、私にとっては、親との距離を縮め、風通しのよい関係を築ききっかけとなりました。別れは、あつという間に来ます。残される者の為に「終活」は大事です。自分の遺影写真まで決めた父は、1人の時間に少しとまどいつつも、第2の人生を歩み始めています。

上北地域の「くまうまママ」さん

◆年齢を重ねてくると自動的に終活をする、しているような気がしますが。それは体力・視力の減少により出来る時間が限られてくるように思います。ある物を最後まで使い切り（働いてもらう）廃棄するよう努めています。

むつ市のM・Oさん

むつ市のM・Oさん

身内のいない人の終活

◆詳細な状況までは分からないので、できる範囲でお答えします。

1、施設への入所

介護サービスを受けようとする場合、老人ホーム・特養ホーム、老健施設、グループホームなど、要介護度にあつた施設を選ぶこととなります。要介護度は、介護認定の申請をすると判定してもらえます。介護保険でサポートされるサービスの内容は、介護度によって異なります。施設に入所する場合は、介護度が高くても毎月の入所費用は必要です。

介護は必要ないが入所したい場合は、有料老人ホームがあります。入所の際には毎月の費用のほかに入所時の一時金も必要となります。実際にかかる費用は人それぞれですが、国民年金だけでは心もとないように思われます。

超高齢社会を迎え、一人暮らしの高齢者や高齢夫婦のみという世帯が増えた現在、地方自治体や多くの民間事業者が「見守りサービス」に取り組んでいます。介護保険によるサービスに加え、多くの自治体で、民生委員や地域包括支援センターによる一人暮らしの高齢者への見守り活動などがあります。収入や資産、扶養親族がなく、

◆私の最大の関心事は、身内のいない人の終活です。国民年金だけで入所できたらと思います。それと、墓じまいです。何をすることもお金がかかります。現状で私のような立場の人を救う制度はあるものでしょうか？日々悩んでいます。

十和田市のE・Kさん

十和田市のE・Kさん

生活していくのが困難であるなどの問題があつたら、自治体などに相談してみてもいいかと思っています。

2、墓じまい

墓石を解体、撤去して、墓地を更地にして返還すること
墓石の撤去・解体―解体業者へ依頼。魂抜き。
離壇料―檀家をやめること（菩提寺と相談）。

遺骨の引越し先を決める↓合祀墓、自治体の霊園、墓地、寺院などの共同合祀）・永代供養（寺院の永代供養付きの合祀墓）菩提寺・解体業者と相談してみる（費用含めて遺骨の引越し先、手続きなど）離壇料、撤去費用など、地域差があります。数十万円掛かるのではと思われまます。※仏壇の撤去―葬儀屋さんに依頼（1万円）。仏壇の中の位牌、御本尊は菩提寺で魂抜きをしましょう。

ちなみに、コープあおもり葬祭センターでは、墓石、葬儀屋（仏具店）の提携店があります。LPAの会では、終活、エンディングの学習会、又、各地域の委員会のつどいなどでも、葬祭の学習会を開催しています。開催の際は、参加してみませんか？

コープあおもりLPAの会

インターネット上の終活

◆ネット上にあるご自身の情報の終活（消去）については、お困りの方も多いかも知れません。まずは、ご自分でできる範囲で実行してみてはいかがでしょうか。それでもできないければ、ご家族やお身内の方にお問い合わせということになるかと思いますが、また、ネット上の情報に限りますが、生前のうちに亡くなってからのことを司法書士等の法律の専門家と契約し依頼する「死後事務委任契約」という手段もあります。

コープあおもり 葬祭センター 三上

コープあおもり 葬祭センター 三上

「終活」・「葬儀」で「わからないこと」や「不安なこと」はございませんか？「事前相談」で解決しておきましょう。

- ・コープ葬祭センターの担当者が、ご自宅へお伺いしてお話を伺います。
- ・店舗等の、生協の施設でのご相談も可能です。
- ・お見積りを作成いたします。
- ・直接お話を伺った方には、「エンディングノート」を差し上げています。

お問い合わせは、0120-16-1812
コープ葬祭センターまでどうぞ。