



アグリ倶楽部ニュース

アグリコラム ⑥

終活について

株 パールトータルサービス
終活カウンセラー
斉藤康正

終活については定義が色々あると思いますが、ここでは「心」人生の終わりをより良いものとするため事前に準備を行うこと」とします。もう少し華美な言い方をすると「逝く者の安心と遺される者への愛」という事になります。

この内容を踏まえ最近取りざたされているものにエンディングノートがあります。

本屋に行くときさまざまなエンディングノートが並べられ、どれを選択してよいか迷ってしまうようですが、内容に多少の差異はあるにしてもどれも終活のテーマに則していることには相違ありません。

エンディングノートの意義は大きく分けてふたつあります。

ひとつはこれまで歩んできた人生を記録し、家族への希望をまとめることによつてこれからの人生をどのように暮らしていくかを考える事。言い換えれば、人生の棚卸を行うことです。

もうひとつはもしもの時に家族が困らないよう自分自身の医療、葬儀や供養、遺産相続などを「My own life」で欲しいか「書き残したい」。

このふたつこそが「逝く者の安心と遺される者への愛」であり終活を始める上で、なくてはならないものであります。

それでは具体的にどうすればよいか話を進めていきます。

はじめに相続について考えます。貴方には何人の相続人がいますか。

法定相続人の数を特定し、誰がどれだけ相続するかを把握する必要があります。

次に貴方に万一時、貴方の回りの人が貴方の財産を管理する事になります。預貯金、保険、不動産、年金等財産目録を作成してあります。正の財産のみならず、借入金などの負の財産も整理してあります。もちろん相続の際にもこの目録は役立ちます。

他にもパソコンや携帯電話のパスワード、金庫の鍵の場所及び番号等貴方がいなくなるとすぐ

に必要な情報を整理してあります。脅かすつもりはありませんが、この先どうなるかは誰にも分かりません。将来は65以上の5人に1人は認知症患者になると予測されています。今、出来ることをやっておく必要があります。

つぎに貴方にもしもの事があった場合、残された家族はどうしますか。

まず何処に連絡すればよいか。葬儀の形式はどうする。葬儀の通知は誰にする。費用はどうする。写真は？

決める事が沢山あります。あつという間に時間が過ぎてしまいます。もし、エンディングノートに貴方の意志が書き残してあれば残された者は貴方の意志に従って事を運ぶことができ心の負担がすつと軽くなるはず。

あるアンケートによれば「終活」という言葉を知っていると答えた人は全体の65%であり、聞いたことがあると答えた人は31%。知らないか答えた人は4%でした。終活の認知度が高まっている反面、エンディングノートを書いていると答えた人は4%、書くことと思っている人は6%に留まっています。

貴方の終末を家族に負担を掛けたくないと考えているのなら、この機会に「終活」を始める事を提案いたします。

貴方の意志を貴方の言葉で書き残す為にエンディングノートを書いてみませんか。

「逝くものの安心と遺された者への愛」これが終活の心です。



アグリ倶楽部からのお知らせ(会員特典)

ホリプロ優待作品のご案内



オリヴィエ賞2冠!! 英米の観客を魅了した愛と芸術のおとぎ話、ついに日本へ

日時 2020 6/17(水)~6/28(日)

会場 東急シアターオーブ

ご優待価格 平日S席: 10,800円 A席: 7,600円
土日祝S席: 12,150円 A席: 8,550円

定価 S席: 13,500円 A席: 9,500円

購入方法 【インターネットの場合】
ホリプロオンラインチケット (<http://hpot.jp/>) にアクセスし、トップページの「チケット購入」ボタンをクリックし、「ID:aguriclub パスワード: jasaitama」と入力してください。お支払いはクレジットカード決済のみで、チケットの引き取りはセブンイレブンで(別途の手数料がかかります)。

【お電話の場合】
ホリプロチケットセンター Tel.03-3490-4949 (平日10時~18時のみ) オペレーターに「ID: アグリ倶楽部」とお伝えください。代金のお支払いやチケットの引き取りはお近くのセブンイレブンで。(手数料無料)

伝説的な映画、そしてアンデルセンのおとぎ話をもとにバレエ界の奇才マシュー・ボーンが2016年に発表した『赤い靴』。夢の世界とマシューワールドが融合した究極のラブストーリーの注目度は高く、英国での世界初演では、開幕前にすべての席がソールドアウト。ローレンス・オリヴィエ賞では2部門(ベスト・エンターテインメント賞/ベスト・コレオグラフィ賞)を獲得し、イギリスとアメリカの目の肥えた観客を魅了した愛と芸術の物語が、ついに日本に上陸する!!

春 【春のおすすりレシピ】 色ココットずし

材 料 (ココット型6個分)

- ご飯……………300g
- エーコーブラッキョウ酢……………30cc
- 菜の花……………100g
(塩…少々)
- えび……………6尾
(酒…少々)
- 卵……………2個
(砂糖・塩・油…適宜)
- 鮭フレーク……………60g
- いくら……………適宜



- ①炊き立てのご飯にエーコーブラッキョウ酢を混ぜ合わせずし飯を作る。
- ②菜の花…サッと塩茹でし、花の部分は3cm程残し、茎はみじん切り。
えび…背わたを取り、酒を加えた熱湯で茹で、殻をむく。
卵…砂糖・塩で調味し、錦糸卵にする。
- ③ココット型にラップを敷き、
①錦糸卵を薄く敷き詰める。
②ずし飯を1cm位の厚みで敷き詰める。
③鮭フレークを敷き詰める。
④菜の花のみじん切りを敷き詰める。
⑤最後にずし飯を1cm位の厚みで敷き詰める。
(※工程ごとにスプーンの背などでしっかりと押し込むように詰める。)
- ④ココット型をひっくり返してお皿に置き、ラップをゆっくりと外す。
えび・菜の花・いくらを彩りよく飾る。
同様に残り5個作る。

エーコーブラッキョウ酢のお求めは、お近くのJA農産物直売所へ

葬儀マナーについて

知っているようで知らない、知らないようで知っている「葬儀マナー」についてお話いたします。

ただし葬儀は宗教や宗派、地域の慣習などによって大きくかわるものなので、ここでは一般的なマナーとしてご理解下さい。

最初に服装について。

男性は喪服が基本ですが通夜時にはブラックスーツでもOKです。ネクタイや靴下は黒が基本です。

女性も喪服が基本です。通夜時にはグレー、濃紺などの地味な色のワンピースやスーツでもOKです。アクセサリは涙を表すパールが基本ですが、二重三重と巻くのは不幸が重なるという意味から厳禁です。

タブーとしては、ミンクのコートなどの毛皮や革製品は殺生をイメージするので厳禁です。

子供の場合は制服が無難です。幼児はブレザー、お持ちでない場合は白のブラウスカットシャツ、紺のスカートかズボンを着用します。

次に香典袋について。

仏式では御霊前、神式では玉串料、キリスト教では御花料が一般的です。仏式でも浄土真宗の場合は御仏前となり、キリスト教でもプロテスタントの場合は弔慰料となります。

香典袋にはフルネームで書き、涙で薄められた意味で薄墨を使うのが基本です。

ハスの花の模様が入ったものは仏式専用ですが、浄土真宗には使いません。

香典に包む紙幣は、新札でなく古い紙幣が一般的であり、新札の場合は一度折ってから使用します。袋の表側にお札の裏側が向くようにし、お札の顔が下向きになるようにします。

葬儀に出席する事は突然やってくるものです。それほど頻りに経験するものではありません。だからこそ故人や遺族に失礼がないようマナーをしっかりと身につけておきたいものです。

もしも・・・の時は、お電話ください。

病院で
お亡くなりになられた場合

ご自宅・その他で
お亡くなりになられた場合

いつでもお電話ください。24時間受付

0120-83-6701

何なりとお申し付けください。

24時間体制でご用命を承ります。
ご安置することも可能です。