

えんでいんぐさぽーと風

喜島 セツ

設立

2011年1月 生協組合員が組合員の葬儀サポートを目的に設立
その後生協を離れ、終活を勧める団体として、印西市のまちおこしファンド
を利用して、講演会、斎場・霊園・墓地のバス見学会、エンディングノート
の作成・販売、エコ棺の推奨・販売を行っている
オリジナルエンディングノート記入で、「明るく楽しい」終活がモットー

エンディングサポート風のこれまでの活動

講演会	人生の終活対策	明石久美氏
	自分らしさ葬送計画	安田かほる氏
	知っていれば安心 最近の葬儀と費用	内田美奈子氏
	現代のお墓事情	長江曜子氏
	高齢期の暮らしとお金	古澤陽一氏
	今する生前整理遺品整理	上東丙峻祥氏
	尊厳死を考える	常藤弘子氏

他

バス見学会	印西斎場	印西霊園	お寺墓地	樹木葬墓地
	納骨堂			

模擬葬儀式	朗読劇	入棺体験	自宅葬の勧め
勉強会	多数		

終活

2009・8月～12月週刊朝日記事「現代終活事情」から生まれた造語

団塊の世代の長寿化により高齢期の長期化、家族形態や地域社会の変化による価値観の多様化で、両親以前の生き方や社会システムに疑問や違和感を感じ始めた人たちが、介護・医療・葬儀・墓などに納得のゆく生き方を求めて準備する活動

*自分にとっての終活、こだわりたいところを、認識する

*気がかりを解決し、楽しい人生のための終活で、暗い、辛い終活では意味がない

エンディングノート

1991年	名古屋の葬儀関連会社が作成した準備ノート
1996年	井上治代氏「遺言ノート」販売
2003年	NPO・ナルク 「エンディングノート命名し販売
現在	終活の代名詞 書店で購入 企業等で無料配布も

記入することは

- **本人にとっては
・希望の依頼（兄弟仲良く 遺影の指定 祭壇花の色 遺品）
・自身の人生の振り返り（生い立ち 職歴 家族史 今なら修正が可能?）
・身辺整理（PC スマホ 若き日のラブレター）
- **家族にとっては
・必要な事が分かる（銀行口座 保険 つきあい）

・判断の助けになる(治療、介護 葬儀)

- 考えは変わるので、基本的な考え方・希望を記入しておく
- 法律的効力はないので、あくまでも希望
- 一回書いて終わりではない
- 書いたことを家族に話す 置き場所を知らせる

書いて残すものはいろいろある

遺言

備忘録

遺訓

リビングウィル(事前指示書) 本人の希望(やってほしいこと、欲しくないこと)の指示 代理人指定はない

アドバンス・ケア・プランニング(人生会議)

患者、家族、医療・介護者等で医療、ケアの希望等を話し合い、代理人を決めておくプロセス

《参考》

治療 医療では何もしないことは「悪」、老いは医療で解決できない
「平穏死」のすすめ」世田谷区特養・芦花ホーム医師 石飛幸三氏)

介護 どこで暮らす 誰の世話になる

親の看取りは「死に稽古」 石飛氏

介護は親の最後の「子育て」 Nさん

葬儀 (直葬 家族葬 無宗教葬)

本人だけのものでない 遺族の思い・・・

墓 (家墓 納骨堂 共同墓 散骨・海・山 手元供養)

健康 (自己管理 高齢者ほど個人差が大)

生きがい(楽しいことはそれぞれ)

お金(上手に使う 高齢者は金遣いが下手? 2000万円は必要?)

《喜島の終活入門》

1995年 父(88)死亡 「もう十分に生きた」の言葉あり
自宅で葬儀 まだ地域のつながり有

2006年 母(93)死亡 「延命治療なし」の依頼で水分の補給もなしでミイラ化 医師により違う認識 家族と何をして何をしないか相談、話し合いが必要 喪中ハガキ(手紙)を手書き作成 慰めのたより多数もらう

2007年 姉(65)死亡 発病した2年前から終活か? おしゃれな姉の「死に装束」に違和感 喪中ハガキ(手紙)を再び自分で作成(平凡に、精一杯生きた姉の人生を知ってほしかった)→書くことで慰めになった(グリーフケア) 労わりの返事はうれしかった 故人にはプライバシーは無くなる? (護ってやる人、意識が必要)

2011年 エンディングサポート風 設立参加

2013年 都立八柱霊園 合同埋蔵施設(共同墓)契約
(夫婦2体 258,000円)

2014年 自分の葬儀見積もり取得(自宅通夜 1日葬 無宗教葬)

2014年 義兄葬儀サポート(義姉の「来たか?」「ガンで死にたい」に納得)

2015年 風会員 直葬サポート(エコ棺利用)