



ごんきや「終活カウンセラー」遠藤清子の

生き活きと 終活教室

終活カウンセラー 遠藤清子

ごんきやに入社して22年。お客様の想いをかたちにすることにこだわり仕事に従事。

大震災を経て、皆様には後悔してほしくない終活への想いを深め、セミナーにも心を注いでいる。

vol.9
テーマ

子育てや介護も仕事もあきらめのない 自分なりのバランスで毎日を生き活きと

これからの人生をいかに「生き活きと生きる」かを考えるシリーズ。今回お話を伺うのは、ワーク・ライフバランス（仕事と生活の調和）の講演等で活躍する平真ゆきこさんです。

遠藤 ワーク・ライフバランスコンサルタントになったきっかけは何ですか。

平真 元イベント業を行っていたが、2年前母が倒れ、子育て・介護と仕事の両立という難問が目の前に立ちわだかまったのです。突然のこ

とで生活リズムが崩れ、自分自身立ち直れないかもしれないと思っただけでした。

そうした中、私と同じ状況の人が多くいることを知り、助けたいと思うようになり、ワーク・ライフバランスを学んで認定コンサルタントの資格をとりました。

学んでいた時、心に響いたのは「6割7割できればOK」という言葉。その講義を聞いて涙が出ました。

遠藤 完璧にしようとする人ほど、落ち込んでしまうところがありま

す。当社の終活教室でも、第二の人生で仕事を完璧にこなしてきた人が、第二の人生で充実感が得られないと、落ち込んでしまう場合もあるのです。そこで新たな喜びを見つける機会になればと、手作り教室を開いています。

平真 ごんきやさんの手作り教室は本当に多彩で、新たな歩を踏み出すきっかけになりそうですね。教室に行つて、話し合える仲間がいるだけでも大きいのでは。

遠藤 引越してきて友だちがいな

いという人が参加して、ここで友だちができた。また、興味があるのに躊躇していたフラワーアレンジメントに勇気を持って参加した男性が、周りからほめられ、自信を持って生き活きとしてきたりと、いろいろです。

平真 本当の自分を知るの大事ですね。好きなこと、何をしていると居心地がいいか、など。

遠藤 終活教室の基本もそこにあります。エンディングノートでは自分の生い立ちを書くことから始まり、そこから自分が好きで、どうしたいかを考えていきます。

平真 書いてみることで気づくわけですね。私は介護に直面して気づきを頂きました。いま大切にしているのは「目「生」。人生は思い通りにいかなくても、この日はできるだけのことをやりたいということ。それと、「年齢は関係なく」、人はいつでも新しい世界へ踏み出すこともできるということですね。

活スタートのために、活かしてもらえるところと思っています。

遠藤 本当にそうですね。エンディングノートは、若い人にも新たな生き活き生



子育て・介護とともに仕事にも生き活きと取り組んでいる、株式会社パステル代表取締役 平真ゆきこさん。(株)ワーク・ライフバランス認定コンサルタントとして企業研修の講演等を行いながら、イベント事業の企画運営も手がける

法要会食料理試食会

日時:9/3(日) 10:00~

手作り教室

ハロウィンスワッグ作り
日時:10/15(日) 10:00~15:00~

※上記試食会と教室はいずれも、参加費:500円 場所:終活プラザdu:e®(塩釜市南町5-5)

終活セミナー・手作り教室に関するお問い合わせ

(株)ごんきや西塩釜サテライト TEL.022-365-5556(遠藤)

※当社では出張して終活セミナーを行います。町内会やサークル、ご友人などお一人からでもお受けいたしますのでお気軽にお問い合わせ下さい。



1815年創業

舞祭・仏壇・仏具・神具・生花・花環・墨石

株式会社 **ごんきや**

塩釜本社:〒985-0043 宮城県塩釜市袖野田町24-2
仙台本社:〒980-0022 宮城県仙台市青葉区五橋2-8-14

☎ 0120-365-554