

終活にはまる理由

私はまさに今「終活」にはまっていますーこんなこと大きな声でいうのもおかしいんでしょうが、なぜかたくさんの方に伝えたいという想いが日に日に強くなっているのです、自分ではこの声の大きさは納得なのです。皆さんは終活に関してどんなことを思っていますか？「まだ早い」という人、「もうそういう年齢だから考えなきゃね」という人、「身内に心配な方がいるので相談したい」という人など、人によって思いも状況も違うと思いますが、終活は人間の死亡率が100%ということを考えて、しなくても大丈夫という人はいないのです。（ちよつと強引な言い方かもしれませんが…）

私は「終活」にはまるという言い方をいたしました、それはどういうことかと申しますと、それをせずにはいられないということです。私の場合、きっかけは身内の死でした。

東日本大震災で義父母を亡くしていることは以前にも申し上げておりますが、次の年には実父もがんで

で子供が離れていき仕事も定年を迎えたら、私は何を生きがいにしたらいのだろうと考えた時にぞっとしました。

老後の過ごし方はなんとなく考えていましたが、まだ老いる前にやるべきことはたくさんあるのだと思ったのです。

そこからです。私が私のための時間を作り、自分の在り方や生き方を考え始めたのは。それが「終活」にはまっている理由でもあり、それに気づいてほしい人に伝えなくてはと思います。

私はまず、エンディングノートを書いてみて、埋められなかった趣味を持つとうと考えました。風景画を描くことが好きなので色鉛筆画をやっ

ておくしております。私は時々義父が言ったこんな言葉を思い出します。実父がすい臓がんで余命が何年もないとわかった時に、義父が自分よりも若い私の父に対し、「若いのに：大変だなあ」と、いずれ訪れる「死」を感じてそう言っておりまし

た。自分の義弟もすい臓がんであつという間に逝ってしまったこともあり、もう助からないという気持ちだつたでしょう。私もそう思つて覚悟はいたしました。でも実父が亡くなる前に、義父の方があつたこの世を去るなんて思つてもいませんでした。「死」とはそういうもののなのです。人はこの世に「生」を受けた限り、必ず「死」というものを背負うのです。まさに「生」と「死」は隣り合わせ。誰かの言葉を借りれば、「人はいつか死ぬのではない。いつでも死ぬんだ」ということをあの震災で思い知らされたのです。

そんな経験から私は、「今」を悔いのないように生きることが大切だと思ふようになりました。突然この

みることにしました。次の年はやっけないことを経験してみようとドラマをたいたたりしてみました。今年

は資格を取りたいと整理収納アドバイザーの勉強をしています。すべて完璧にできたわけではありませんが、挑戦してみることで毎日が楽しくて生き活きた生活が送れております。それは仕事にも反映されて

おり、まずやってみるということが怖くなくなりました。また、娘に対しては今まで世代間ギャップが邪魔をして衝突していたのが、まず否定するのではなく、一度自分の中に受け入れてみることで分かり合えることが多くなりました。これは様々なことに挑戦することで、なんにでも興味を持つことができるようになった

世を去つた義父母の無念さと、がんと闘いながら懸命に余命を生きた実父の想いとをかみしめながら、私と私の周りにいる人が生き活きと生きるために、人生の終焉を考えること、それが大切なんだと伝えたいのです。

私は今「終活」にはまっています。きっかけは大切な人の「死」でしたが、これが続けていきたい、人に伝えたいと思つたのはまた別に理由があります。私は自分のことを大切にしていなかったことに気づいたのです。40〜50代の女性は子育ても一段落するような年齢です。ね。私も気がつけばそんな年齢でした。子育て奮闘記が書けるほど、仕事と家庭の両立にくじけそうになったり、嫁姑問題にぶつかったり。夫婦喧嘩も人並みにしてきました。

怒涛のように過ぎた年月の中で、果たして私は自分のために何かしてきたのかとエンディングノートに向かい合ったのをきっかけに考えてみたら、特に何にもなかったのです。これからだと思ひます。だから、今ではメールにJK語も入れてみたりしています。

終活とは「自分の生きてきた証」を残すことー皆様が終焉までにもっともつとやってみることがあるかもしれせんから、まずは今の自分を知らために振り返りから行ってみてはいかがでしょう。あなたも終活にはまるかもしれせん！



終活カウンセラー 遠藤 清子

一般社団法人終活カウンセラー協会認定終活カウンセラーとして活躍。株式会社ごんきや海外営業課課長。一男一女の母。

あの人のことだけ想う場所 セレモニア	
●セレモニア五橋 櫛会館	仙台市青葉区五橋2-8-14 / TEL 022-716-5555
●セレモニア長命ヶ丘 梓会館	仙台市泉区長命ヶ丘3-30-15 / TEL 022-341-5553
●セレモニア南光台 椿会館	仙台市泉区南光台南1-3-1 / TEL 022-251-5888
●セレモニア高砂 桜会館	仙台市宮城野区福室4-18-2 / TEL 022-786-3666
●セレモニア岩切利府 楓会館	仙台市宮城野区岩切分台3-14-1 / TEL 022-255-3555
●セレモニア多賀城 橘会館	多賀城市町前2-3-16 / TEL 022-366-5151
●セレモニア多賀城 橘別館	多賀城市町前2-3-16 / TEL 022-366-5151
●セレモニア松島 栞会館	松島町松島字普賢堂44-1 / TEL 022-353-4888
●セレモニア塩釜 楠会館	塩釜市南町7-32 / TEL 022-367-7777
●セレモニア塩釜 ごんきや会館	塩釜市旭町9-2 / TEL 022-364-9118

家族葬邸宅 ■du:e【デュエ】	
●du:e【デュエ】仙台荒井	仙台市若林区荒井7-38-2 / TEL 022-794-7554

お仏壇のごんきや	
●仙台本店	仙台市青葉区五橋2-8-14 / TEL 022-266-5559
●長命ヶ丘支店	仙台市泉区長命ヶ丘3-30-15 / TEL 022-341-5553
●南光台支店	仙台市泉区南光台7-4-22 / TEL 022-251-7778
●高砂支店	仙台市宮城野区福室4-18-2 / TEL 022-786-3666
●岩切支店	仙台市宮城野区岩切分台3-14-1 / TEL 022-255-3555
●多賀城支店	多賀城市町前2-3-16 / TEL 022-366-5151
●松島支店	松島町松島字普賢堂44-1 / TEL 022-353-4888
●塩釜本店	塩釜市南町7-32 / TEL 022-365-5559
●西塩釜サテライト店	塩釜市南町5-5 1F / TEL 022-365-5556
●イオンモール石巻店	石巻市西平4-104 イオンモール石巻2F / TEL 0225-25-7989

現代仏壇 GALLERY memoria	
●ギャラリーメモリア仙台五橋店	仙台市青葉区五橋2-8-14 / TEL 022-227-4555
●ギャラリーメモリア仙台長命ヶ丘店	仙台市泉区長命ヶ丘3-30-15 / TEL 022-341-5553
●ギャラリーメモリア多賀城店	多賀城市町前2-3-16 / TEL 022-366-5151
●ギャラリーメモリアイオンモール石巻店	石巻市西平4-104 イオンモール石巻2F / 0225-25-7989
●現代仏壇ギャラリー仙台高砂店	仙台市宮城野区福室4-18-2 / TEL 022-786-3666
●現代仏壇ギャラリー西塩釜サテライト店	塩釜市南町5-5 1F / TEL 022-365-5556

事前相談サロン	
●仙台五橋サロン	仙台市青葉区五橋2-8-14 / TEL 022-716-5555
●仙台高砂サロン	仙台市宮城野区福室4-18-2 / TEL 022-786-3666
●多賀城サロン	多賀城市町前2-3-16 / TEL 022-366-5151
●西塩釜サロン	塩釜市南町5-5 1F / TEL 022-365-5556

塩釜本社	〒985-0043 塩釜市袖野田町24-2 / TEL 022-365-5555
仙台本社	〒980-0022 仙台市青葉区五橋2-8-14 / TEL 022-716-5555

サービスエリア / 仙台市全域・塩釜市・多賀城市・東松島市・宮城郡・黒川郡

創業200年。これからも、地域とともに。



http://www.gonkiya.com

ごんきや



日本最大級の通販オンラインショップ楽天市場にて仏壇・仏具・お線香など販売中

楽天 ICHIBA お仏壇百貨店 取扱点数2500点以上

http://www.rakuten.co.jp/gonkiya/