

便利屋アルファ通信

便利屋アルファの考える終活

※終活とは一般的に自分のお葬式やお墓について考えておいたり、財産や相続についての計画を立て、身辺整理など人生の終わりをよりよいものにするための事前準備をすること。

～終わりを意識することで今まで歩んできた人生を見つめ“これから”を考えることができる～

「終活」ブームの今、60～70代のシニア世代の**5割**が何らかの「終活」を既に実践しており、その**6割**が終活を子に頼らず「ひとり」で行なっている。それに対して30～50代の子世代は「親が終活していたら話してほしいか？」という問いに**62.7%**が「そう思う」と答えた。

誰と終活していますか？

終活中または実施意向がある60～70代男女257名

ひとりで
57.3%

夫婦で
34.6%

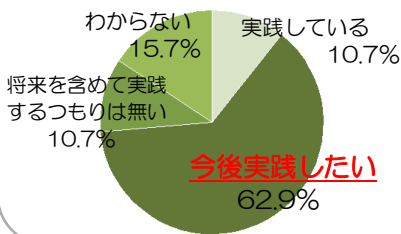
子どもや孫と
6.3%

その他
1.8%

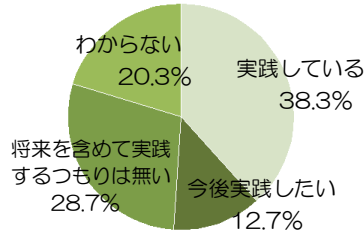
終活の実践率と実施傾向 (60～70代男女300名)

出典：「お墓まごころ価格.Com」終活事情の意識調査

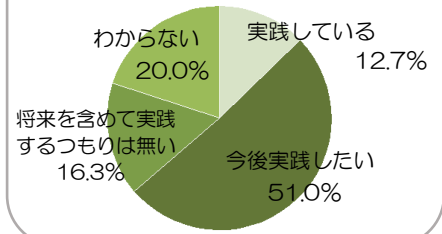
◎自分の荷物を片付けておく



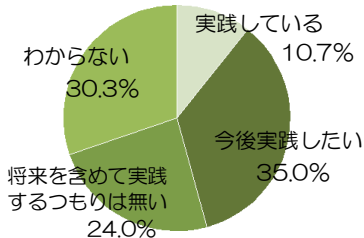
◎お墓を建てておく(決めておく)



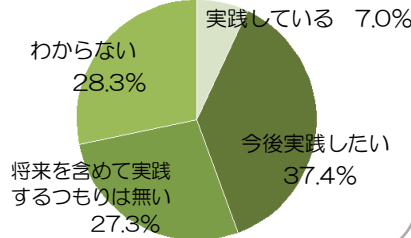
◎財産や相続をまとめておく



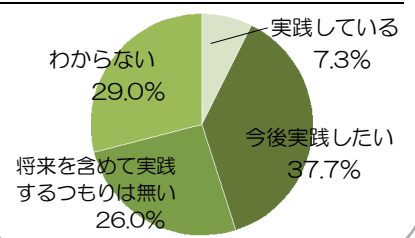
◎お葬式を決めておく



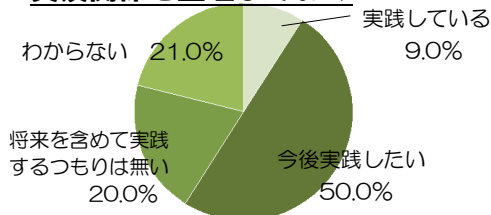
◎遺言書を書いておく



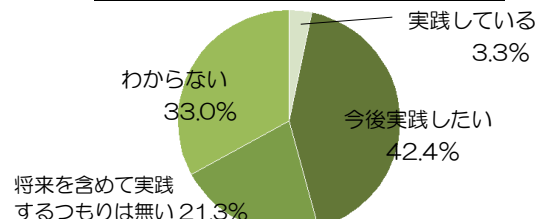
◎エンディングノートを書いておく



◎亡くなった時に誰に知らせるかなど、交友関係を整理しておく



◎ソーシャルメディアやメールのアカウント処理を準備しておく



終活において避けては通れない片付けの問題。
今回は座談会形式で片づけ問題をクローズアップしてみたいと思います。

座談会

終活における実家の片づけの現状はどのようなか？気になるところをお聞きしたいと思い、子世代の三人の方に集まっていただき座談会形式でお話をお聞きしました。司会は編集担当マサキです。



親野 世話雄 <仮名>
(おやのせわお) 50代 男性

突然の母の介護にとまどう・・・50男



近藤 行子 <仮名>
(こんどういくこ) 40代 女性

離れて暮らす親のことが心配。
近々帰省するのを楽しみにしている。



堂居 住子 <仮名>
(どうきよすみこ) 30代 女性

両親と同居している。
片付けの事となると親子ゲンカが絶えない・・・

マサキ：親野さんはどんな経験をお持ちですか？

親野さん：はい。先日、母親が要介護認定を受け、面倒をみなければならぬ状況で施設の空きもなくて・・・かと言って母親の年金だけじゃ費用もまかなえなくて・・・。
娘たちの教育費がかかる中、その費用はとても払いきれず・・・せめて、子どもたちが学校を卒業したら余裕がでるんですけど・・・。



近藤さん：そうですね。

親野さん：自分もどんどん年を取っていくし（笑）

堂居さん：自分の老後も気になる（笑）

親野さん：で、結局母親を自宅に引き取るしかなかった。そこで自分の家族の説得が必要になりました。

堂居さん：大変だったでしょう？

親野さん：大変でした。まず妻に相談しました。妻は覚悟していたようで、家族力を合わせて介護していくと約束して引き取ることに同意しました。しかし、下の娘が大学受験を控えており、そのことを気にしていました。

堂居さん：それは、大変な時期ですね。

親野さん：そうなんです。しかも母の住んでいる実家をどうするかも考えなければならなくなって・・・。
母親の入院が急だったので、部屋が生活していたそのままの状況で、片づけができていませんでした。その状況をみて愕然としてしまいました。きれい好きだった母が片付けもできないこの部屋で暮していたかと思うと申し訳なくも思いましたね。たまに訪ねてはいましたが、早く気づいてあげられなかったことを悔やみました。

マサキ：そうだったんですね。では、まず、片づけを？

親野さん：そうですね、こちらが準備する間は実家に通って介護をし、片づけを進める事にしました。
実家を処分するかどうかもまだ決めてはなかったのですが、母を引き取るにあたり、荷物の整理などもありましたのでまずは片づけをはじめました。

マサキ：片づけで大変だったことは？

親野さん：とにかく荷物が多くて、私の自宅で生活するために必要な荷物を選別するのが大変でした。持ち込める量は決まっているので母親と相談しながら進めました。



堂居さん：思い出のものもたくさんあったでしょうね。

親野さん：そうなんです。なかなか思うように進みませんでした（笑）

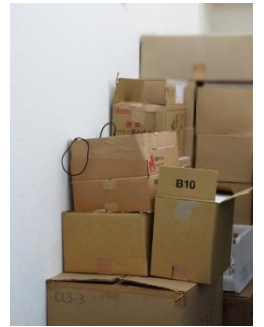
でも、思い出話をしながら片付けたことで、久しぶりに親子の会話ができました。

近藤さん：お母様も喜ばれたでしょうね。

親野さん：はい。やってよかったと思っていますね。母親も楽しそうにしていました。
実家を片付けて安心していたら、妻から「お母さんの部屋はどこにするの？」と聞かれ、慌てました。今となっては笑い話ですが、母のための部屋を確保していなかったのです（笑）それから自宅の片付けをし、ようやく母を迎え入れられる準備ができました。家の中を見直す良いきっかけになりましたね（笑）

堂居さん：参考にしたいのですが片付けにはどのくらいの日数と費用がかかりましたか？

親野さん：そうですね。休みの日に実家へ通い、2ヶ月くらいかかりましたね。費用は処分費用20万円、引越し費用は10万円の合計で30万円かかりました。費用は母親に出してもらいました。処分、引越しは業者さんに頼みました



マサキ：こうしておけばよかったなと思うことはありますか？

親野さん：そうですね。もう少し近くに住んでいればちょくちょく様子を見に行くことができ、こんな状態になる前に気が付いてあげることができたのかな、また、もっとながく健康な状態を保てたのかなと思います。

堂居さん：なるほど。健康な状態が長ければ、介護を必要とする時期をもっと後にできますよね。

親野さん：そうなんです。人生をもっと楽しむ事ができたのかなと思います。自分にも照らし合わせてみると、子どもとコミュニケーションをよくとっていききたいけど、子どもには子どもの人生がありますからね（笑）なかなか、そばにいてくれとは言えないです（笑）いずれ結婚して出て行っちゃうしね。



マサキ：近藤さんは実家が遠いんですね。

近藤さん：はい。離れて暮している分、心配ですね。電話ではよく話していますが。

親野さん：週にどのくらい電話していますか？

近藤さん：週2回くらいですかね・・・

近くに私の兄弟は住んでいます、仕事が忙しくて実家を訪ねることが少ないようです。近いからこそ頼みにくいこともあるようです。そんな時に、お金を払ってでもちょっと見にいってくれる人がいればいいなと思います。信頼できるひとがいればですけど。

堂居さん：様子を見てくれるだけでも安心？

近藤さん：そうですね。終活に関しては、親本人が元気なうちに片付けたいと言っていて、突然の入院などがあると困るからとコツコツ片付けているようです。そして、「疲れたー」と電話がかかってくる（笑）

親野さん、堂居さん：（笑）

近藤さん：無理しすぎないかと心配ですね。頼ってほしいと思うことはありますよ。

親野さん：でも遠方にいるとなかなか難しいですよ。

近藤さん：そうなんです。たまに帰省した時に部屋の模様替えを手伝ったりはしますが、あとは電話で明るく話すことかな。孫の話とかね。「親孝行」ってどうしたらいいんだろうって考えます。近くに兄弟とうまく連携してやってくればいいですね。近くにいてできること、遠くにいてできること。きっとあるはずなんじゃないかなと模索中ですね。

マサキ：自分の自宅に呼び寄せることは考えますか？

近藤さん：一度話したことがあります。でもあっさり断られました（笑）まだ自分たちで生活できるというのが大きいと思いますが、友達もいないところに住みたくないと言っていました（笑）

堂居さん：距離は関係なく、自分の家から離れたくないというのは大いにあるでしょうね。自分の建てた家、思い出もある。長年に渡り住み慣れた家から離れる場合、認知症などにかかるリスクも上がるみたいです。

親野さん：そうなんですか？

堂居さん：環境の変化で認知症になってしまう方もいらっしゃるようです。例えば、メガネはここにおいてたはずなのに・・・自分の家の間取りと違うから戸惑ってしまう。突然発症してしまう方もいるそうです。

親野さん：でも、どうしても一緒に生活しなきゃいけない状況はありますよね。

近藤さん：そうですね。きっと楽しく生活している方もいらっしゃると思います。孤独は辛いです。ね。

堂居さん：自分の家で暮せるようにリフォームなどを考える人が多いようです。

近藤さん：うちの実家も玄関をスロープにしたり、手すりをつけたりしていました。

堂居さん：介護認定を受けていれば補助ができるようですし、安全に暮らしていくためにもリフォームも考えてよいでしょうね。

マサキ：堂居さんの家はどうですか？

堂居さん：片づけに関してうちの父親はバンバン捨てるタイプなんですけど、母親は「もったいない」となかなか捨てられない感じですね。

近藤さん：あーわかります。よかれと思っているんでしょうけど、孫に昔のキャラクターのタオルとかくれたり・・・いらぬという悲しそうな顔をするので結局もらうか感じに・・・。

堂居さん：それも親孝行の一つかと。

親野さん：親孝行になるんでしょうかねえ。

近藤さん：なりますよー。

堂居さん：思いやりの心とものを大事にする心を育てる！母にどうして捨てないのと聞くと「だって片付けたら死んじゃうじゃない」と・・・（笑）服にしても着るものは決まってるし、何か新しいものを買ったらなにか棄てるという決まりを作る。そうしないと、その増えた服や小物を入れるためにまたタンクが増えていくという悪循環に・・・。なので、片づけをするときはいっしょにやります。本人と必要かどうかの話をして処分していくと納得します。そうしないと棄てたはずの物がまた戻ってくる（笑）

親野さん：考え次第ですが、親と子では片づけのゴールが違っていることが多い。例えば、ここまでで十分と考える親、いやまだできると考える子ども。そこをどうすりあわせていくのかも一つの課題かもしれません。

近藤さん：親と一緒に片づけを始めるにしろ、きっかけは難しいですよ。

堂居さん：「さあ、終活始めよう！」とはなかなか言い出せない。（笑）

近藤さん：「親子で始める終活チェックシート」みたいなものがあると便利かも！

親野さん：いいですね！話のきっかけになるし！

堂居さん：親子のコミュニケーションにもなりますよね。

親野さん：終活、片づけを始めるためには親、子、共に健康でいなければ始められません。

近藤さん：そうですね。まずは健康！

堂居さん：コミュニケーションの一環として親子で旅行でも計画してみようかな～！

親野さん：いいですね！是非実行してください。

マサキ：3人の方々、それぞれ状況は違いますが親を想う気持ちは共通していますね。片付けも「親」中心に考え、子どもがサポートしていくスタイルで進めていくと、よいコミュニケーションもとれて、これから先の親子関係にも役立ちそうですね。片づけをきっかけとして親への想いを伝え、親孝行の一つとして始めてみてはいかがでしょうか？





受付
イタバシの

ごほうびスイーツ

妙ちくりん
『コーヒー大福』



とある日のこと。友達が遊びに来た時に差し入れをしてくれた一品をご紹介します。その名はズバリ！「コーヒー大福」。包みはどちらかというところごくごく普通。開けてみても普通に白いお餅……。友達は何かにかんまりしながら私の顔を見ている……。かぷっと一口……。次の瞬間、予想していなかった衝撃が！「お？おっ！美味しいー！！」そして顔がにんまり……。二口目を食べて、またにんまり（^u^）。中には、香ばしくコクのあるコーヒー餡。その中央には生クリームが入っていて、絶妙なバランスの美味しさです。何といても、そのコーヒー餡の味がしっかりしているのです。なんでも備長炭で丁寧に焙煎した、炭焼きコーヒー豆3種をブレンドしているそうです。だから香ばしく、苦味とコクのある、美味しい餡なのですね。最高です！一度食べたらクセになるお味ですよ。（社内でも、なかば半強制的に配りまして……。食してもらいました。皆、かぷっと一口のあとは……。 “にんまり反応” うふふっ…。^_^ 好評でした。）

クリームも、生乳から作った生クリームを使用。餅は国産米を使用と、素材にもこだわっています。

冷蔵・冷凍保存できるため、お取り寄せも（ネット、電話、FAX）可能です。また、この他にも、ショコラ味やティラミス味、抹茶にかぼちゃ、おぐら、宇治金時、モンブラン、ブルーベリー、黒ごま味など10種類の大福があります。ご友人やご家族同士で、自分好みのお味をみつけるのも楽しいですね。また、マンゴー味など、期間限定で販売される商品もあります。そして、春には「いちご大福」も販売されます。ただし、生のいちごを使用しているため、これだけは、店頭でしか購入できません。ちなみに、このいちご大福も美味しいですよ～。中の餡は小倉餡ではなく白餡です。

<店舗案内>

妙ちくりん 伊勢崎店

TEL : 0120-13-4339

妙ちくりん 高崎新保店

TEL : 0120-61-4339

妙ちくりん姉妹店 金こんかんこん 佐野店

TEL : 0120-78-4339



編集後記

先日、九州に帰省してまいりました。娘と息子も大はしゃぎで大満喫！気候もこちらよりすこしやすく感じました。両親も元気にしており、ひと安心。弊社スタッフより伝授された「トイレ掃除」も行い、ピカピカになったトイレを見て両親も喜んでいました。また、毎年恒例の部屋の模様替えも行い、少しは役に立つことができたかな。なかなか帰省できないですが、これからも三世代で一緒に過ごす時間を大事にしていきたいと思います。

(編集担当：マサキ)

私にお任せ！

鈴木 悠平

(すすきゆうへい)

草野球で
センターを守っています

『お客様に安心感を与えられるよう話し方とテキパキとした行動を心がけています。』

ジャイアンツの
ファンです

ひとりでも多くの人を笑顔にできるよう
頑張っています



便利屋アルファ

24時間スピード対応

見積・相談無料

URL : <http://www.benriya-alpha.jp> E-mail : info@benriya-alpha.jp

総合受付 0120-02-8686

365日 休まず営業!