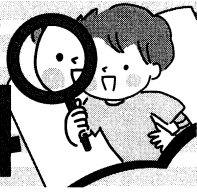


あれこれ **大百科**



元気なうちに、終活を考える。

終活とは人生の「終」わりに向けた「活」動の略です。この先、身体が不自由になった時、認知症になった時、そして亡くなった時など、自分で自分のことができなくなる前に、やっておくべきことを自分で考えること、それこそが終活の第一歩です。つまりは、自分が亡くなった後に残された家族、お世話になる人の手を煩わせないようにするのはもちろん、自分の希望を叶えてもらうために、前もって準備をしておくことなのです。自分の亡き後、家族に迷惑がかからないよう、終活を始めなければと考えている人も多いことでしょう。しかし、いざとなると何から手をつけたらよいのか、いつ頃から始めるべきなのか分からないのもまた、終活に二の足を踏む特徴といえます。終活は今やシニアの常識。終活の意味を理解して時間と心に余裕がある時にゆっくり始めてみませんか。

いつから、何をしたらいいの？

いざ、終活の計画を立てようと思っても何をしたらいいのかわからないものです。まずはご自身の健康寿命を「自由に動ける最後の年齢」と捉えましょう。つまり終活は健康寿命とされる65歳くらいから段階的に行うのが理想的なのです。65歳といえば「早い」と驚かれるかもしれませんが、健康なうちに体力のいることから順に一つずつ始めていく

のです。まず最初は不用品の整理です。ご夫婦二人暮らしや一人暮らしである場合は特に最初に行っていただきたい終活です。すでに役目を終えた物などは少しずつ処分していくようにしましょう。また、新たにお墓の購入を考えておられる方は、元気なうちにお墓の準備を始めましょう。なぜなら、お墓探しには見学が不可欠。足が悪くなってからでは見学も大変ですので早い段階での準備をお勧めします。

銀行、保険、カードなどの整理。

さらに、心も体も元気なうちにお金にまつわる個人情報の整理は必須です。認知症になったり、急な入院生活を強いられた時、そして死亡した時などに備えて、銀行関係、保険関係、クレジットカード関係などの情報を一つにまとめておくことが大切です。万一の時、生活費の引き出しから保険の支払いなどその全ては、子世代など他の人が手続きをしなければなりません。まずは、保険証券や銀行印の保管場所、クレジットカードの枚数などをご自身がしっかりと把握し、信用できる人に伝えておくことがとても大切です。

エンディングノートや遺言書の活用。

そして、介護、医療、葬儀、お墓についての希望を固め、エンディングノートなどに記しておきましょう。残されたご家族もあなたの希望さえ分かっていたら、スムーズに手配などが進められます。また、介護、葬儀、お墓については希望を伝えると同時に見積もりも算出し、あらかじめお金の準備をしておきます。また、相続については、できれば行政書士等の専門家に相談し、正式な遺言書を作成することをお勧めします。ご家族や信用できる人としてしっかり相談しながら進めることも終活には重要です。



ひのいわ葬祭

葬儀の

事前相談 無料

後悔しないお別れのために、ひのいわ葬祭ではひとりでも多くの方に事前相談をおこなっています。いざという時の準備をしっかりと考えてみませんか。

家族葬や親しい身内だけのコンパクト葬にも対応しております。

創業135余年の信頼と実績

日野岩葬送会館

想樹の杜

そうじゅのもり

会員制の特別割引サービス



Ceremony Support

はと倶楽部

入会金10,000円

年会費無料

通夜 葬儀 法事

365日

24時間受付

いつでも対応いたします

0120-122-866

〒380-0801 長野市箱清水2-26-14



送迎バス完備

hinoiwa.com

ひのいわ葬祭 検索

