

テーマ:「もしもの時のために人生会議」～人生の終わりまで自分らしく生きる～

今年3月、スキップでは第24号の編集最中でした。にわかには新型コロナウイルス感染症が拡大しつつあるとマスコミで騒がれ始めていました。まだ、その時は緊急事態宣言前でしたので、印刷まではこぎつけました。しかし、いざ配布になった時、各サロンは中止になり、公共施設の利用もできない緊急事態宣言が発令されていました。5月に予定していた「人生会議」の講座も会場が利用できず、中止をせざるを得ませんでした。そして、スキップも取材も定例会もできない状態になりました。

6月、リモートで定例会を行い、今後の活動について話し合いをしました。そして、延期していました講座を一般募集せずに、「勉強会」として縮小して開催することにしました。コロナ禍で開催した「スキップ勉強会」の概要をお伝えします。

はじめに

数年前から、TV、新聞でも終活、エンディングノート、墓活など、耳にすることが多くなってきました。

スキップの定例会でも、「自分の望む最期の迎え方」「いかに自分らしく生きるか」「これからの生き方」などの話題が増え「人生会議」というキーワードが出てきました。

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると約70%の方が、これからの医療やケアなどについて自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなるといわれています。

新型コロナ感染症で人気タレントの急逝の知らせは、そのことをより身近に感じられました。まだまだ、収束の兆しが見えず、「もしもの時」が誰にでも起こる事を実感させられます。

誰にもお別れの時は来ますが、旅立つ人、見送る人が心穏やかにその時を迎えることができるよう、準備や対策があります。

身近な人と沢山語り合っ、お互いの価値観や大切にしたい事や物について、共有できるようになれば良いと思います。

そして「もしもの時」が来ても、あなたの思いを想像して、あなたの代わりに事を進めてくれるでしょう。それは、残された人の負担を少し軽くしてくれることになるに違いありません。



「スキップ勉強会」もしもの時のために人生会議

終了

- 10月22日(木)
内容 在宅医療について
在宅医療について・医療と延命治療・
終末期ケア・緩和ケアなど
講師 マザーホームクリニック院長 松山齊久先生
- 10月29日(木)
内容 しあわせになる生前整理とは
物・心・情報を整理する
講師 かえるファクトリー 佐藤洋行氏
(生前整理診断士)
- 11月12日(木)
内容 葬儀の形、お墓事情など
講師 社会福祉法人 足跡の会 木村大輔氏
- 11月19日(木)
内容 相続、家族信託、遺言など
講師 城南信用金庫
(一社)しんきん成年後見サポート

テーマ：在宅医療について～

在宅医療とは、病気などで通院が困難な方の自宅や施設に医師が訪問して行う医療で **訪問診療**と**往診**があります

訪問診療

- ・計画的診療（月に1～2回）、急変時、緊急時診療
- ・在宅療養支援診療所・在宅療養支援病院で対応
- ・24時間・365日対応

往診

- ・急変時、緊急時診療
- ・地域の診療所・病院で対応

*在宅医療のメリット・・・ 住み慣れた環境で、療養できる
待ち時間がない
一般的に入院治療よりも安い



マザーホームクリニック
松山久院長先生

ケアマネージャーと在宅医を見つけるために、まずは地域包括支援センターへ相談

<在宅医療を利用して家で看取るには>

- ・本人と家族が共に「自宅が最期を迎えたい」という意思があること
- ・家族や介護サービスによる介護力があること
- ・在宅医や訪問看護などの医療チームの体制が整うこと

松山先生

介護をやり切った人は最期を笑顔で見送っています

**あらかじめ人生の最終段階の治療やケアについて
家族と話し合い、伝えておくことが大事だと思います**

テーマ：葬儀の形 お墓事情

●お葬式の持つ役割

- ・社会的な役割（告別式）
亡くなったことを知らせる、除籍
- ・物理的な役割
尊厳を守るため火葬・土葬を行う
故人と物理的なお別れ
- ・文化宗教的な役割
故人との新たな関係を作る
宗教的儀式

お葬式は遺された人の役割

●葬儀の種類と特徴

- 直葬：通夜や告別式を行わない
病院⇒安置⇒納棺⇒火葬場
- 家族葬：友人、近所、会社関係等の参列を断り行う
：1日葬など通夜を行わない
親族も呼ばずに家族だけで行う方もいる
- 個人葬：一般的に皆さんが参加する葬儀
- 社葬：会社（団体）で行う葬儀（団体葬）



社会福祉法人足跡の会
木村大輔氏

●お墓事情 霊園と寺院墓地

- 霊園：宗教の制約が無い
：墓石の形、デザインを自由に選べる
- 寺院墓地：お寺にお墓を建てるには檀家になる事です。
檀家になる事で、子孫の代まで手厚く供養してもらえます。
- ◎ 檀家になることは寺院の運営を共に支える支援者になる事です。
- ◎ 檀家になる時はお寺の決まりやルールがある事を知っておきましょう。

お墓、霊園どこにしたらいいか迷ったら、石材店は霊園の情報をたくさん持っているので、石材店に相談しましょう。

スキップ勉強会まとめ

テーマ：しあわせになる生前整理

遺品整理の現場でおくる問題 ➡ 残された家族にかかる負担が大きい

相見積りを取りましょう

<時間 や 費用>
休暇の度に片付け・賃貸なら家賃の支払い
業者に処分を頼むと20～30万かかることも



★生前整理のメリット

残された家族の負担を少なくできる・価値のあるものをしっかり把握できる
余裕を持った生活を送れる・余生をより充実なものにできる 等



KAERUファクトリー
佐藤洋行氏

★生前整理のポイント

デジタル（写真・データ）の整理・通帳の無いネットバンク等の存在
パソコンやスマホなどのパスワード管理 等も忘れずに！

講師からのステキな言葉☆☆☆

**“ 元気な今、やる！
物と心をスッキリさせて、新しい思い出で心を満たしていきましょう！ ”**

**これまでの人生を振り返りながら、本当に大切なモノ・大切なひとたち
大切なトキ（時間）を過ごせるよう少しずつ準備（断捨離）をしたいと思います。**

テーマ：相続、家族信託、遺言

講師の第一声

預金は本人しか払い戻しできません

認知症になったり、自分の意思を伝えられなくなったら・・・
自分が元気なうちに、家族が困らないように、**事前の対策が必要！**

対策 ①任意後見

⇒本人に代わって財産管理（及び身上監護）をする後見人を選ぶ

②家族信託

⇒生存中に家族に財産管理を託す。
託すので相続税は発生しない

③遺言

⇒自分の大切な財産を残された家族がもめることなく
スムーズに相続可能
遺言執行人を決めておくこと

④死後事務委任

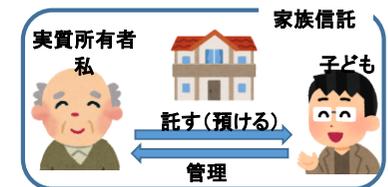
⇒亡くなった後を安心して頼める親族がいない場合の
死後事務を委任



城南信用金庫
沢井歩氏 青島直子氏



（一社）SKサポート
吉原毅氏



**自分、高齢の親には何をすればいいのか、色々考えることが出来ました。
大切なお金を無駄にしないように元気なうちに考えていきたいと思います。**

みんなの掲示板

スキップ勉強会にご協力いただいた講師のご紹介

マザーホームクリニック院長 松山齊久先生

ご自宅で安心して療養生活を過ごしていただきたいとの思いから、平成24年8月、座間市緑ヶ丘に在宅支援診療所を開院いたしました。

介護・看護に携わる方々や他医療機関と連携し、患者様の意志を尊重した良質な医療の提供に取り組んでいます。(HPより引用)

「赤ひげ先生」のような地域医療にかかわるお医者さんを目指して医師に。と伺いました。

“for others”の精神で地域医療に取り組まれています。

KAERUファクトリー 代表取締役 佐藤洋行氏

ひばりが丘でリサイクルショップを経営の傍ら、生前整理診断士として、講演活動もされています。まもなく「就労継続支援B型事業所」を開所し、身体や知的、精神に障がいがある人や難病などにより一般就労が難しいと診断された人の就労支援サービスに取り組まれます。



息子さんの湊くんが色々挑戦している「ミナトTV おもしろ系ダウン症YouTuber」を動画配信。カメラマンとしてサポート。是非、ミナトTV見てください。

社会福祉法人足跡の会 理事 木村大輔氏

足跡の会は令和2年度座間市相互提案型協働事業「無縁遺骨を縁のある遺骨に変え適切に埋葬する事業」に取り組んでいます。生前誰にも迷惑をかけずに生きてきた方でも、死後になって、周囲に費用の負担や苦勞を掛けてしまう場合があります。まずはご自身の死後の事柄について何を知っておくべきか、心配なことはご相談ください。



城南信用金庫 お客様応援部 & 一般社団法人しんきん成年後見サポート(SKサポート)

社会貢献事業として、成年後見制度の普及を通じて、地域の高齢者の皆様の安心なシルバーライフのお手伝いをするため、5つの信用金庫(さわやか信用金庫、芝信用金庫、湘南しんきん、城南信用金庫、目黒信用金庫)が母体となり設立されました。

「信用金庫のOB・OG」が複数名で担当していますので、安心です。城南信用金庫では「城南なんでも相談プラザ」を開設。お気軽にお電話で相談ができます。

新鮮市場なかや座間入谷店
お買い物が不便な地区の皆様
新鮮市場なかやは座間市内を中心に
お買い物送迎車の運行を行っています。



仲屋商事本部 046-266-5177 担当若林

広告

地域のご相談の上、自治会担当者様で、お住いの地域の自治会での利用となります。

私たちと一緒に活動しませんか？

スキップ会員募集！！

「老いても座間で暮らす」には、、、どのように暮らしたいか、何があれば良いのか等、自分達の知りたい事を調べ発信しています。

主な活動は、

- ・「情報交流カフェ スキップ」の発行
- ・上記発行のための取材や情報収集
- ・講座やイベントの企画、運営 など

定例会：毎月第2水曜日 13:00～15:00
会場は主にサニープレイス座間で開催
年会費：1000円(入会金なし)

発行：「スキップ」 ざまの介護情報誌を作る会
お問合せ：046-252-4727 安部
令和2年12月 発行 (1000部)

お知らせ情報募集！(無料)

講座・イベント開催など *左記問合せ先までご連絡ください