

「ウィザス」は、
ウィズ=with us
「共に生きる—
男女共生社会」の
理念を
表しています。

ウィザス

特集

「エンディング・デザイン」のススメ

女性ニュース ● ● ● 「ライフエンディング・ステージ」について

平成23年8月、経済産業省は安心と信頼のライフエンディング・ステージとして『この構想を描きました。』
『エンディング・デザイン』は、必ずしも高齢期や終末期のみを指して行われるものではありません。人生の終末や死別後に備えた事前準備(生前)からの準備(後)を行う行動期としての本人にとっては死後、遺族にわたって死別後の生活の再構築や生活の安定に役立つさまざまな準備を促すこととなります。
また、同省は平成24年1月1日(現行)39歳以上の遺族を対象とした「ライフエンディング・ステージ」を促進する人権意識調査を実施、その結果として、国・県・自治体による高齢者の不安因

等の把握や、サポーターへのあり方に関する調査を求めました。
そして、人生の最後の準備を誰がどのようにかかわるものとするか、何、どのライフエンディング・ステージが人生において不可避のものであるべきか、何と認識をわけていくか、同時に生活に根ざしたサービス産業やサポーターの創出やその振興が必要であるか、現在もその検討が進められています。
「この行動期」については誰もが迎えるライフエンディング・ステージの「人ひとり」の人生や生活の(質)の〇しをより向上させ、よりよいための環境整備として、歓迎すべき取り組みの一つだと考えています。

平成25年度男女共同参画センター講座

マイ・エンディングライフを考える

自分らしく生きるための エンディング・サポート
人生の完成期をよりよく生きるため、自分なりの「ライフエンディング・ステージ」をデザインしてみませんか？
■日 時 12月4日(水)午前10時～正午
■会 場 男女共同参画センター ウィザスあしや
■講 師 NPO法人ほっとサポート理事長・久保下 多美子氏
■定 員 先着20人
■一時保育 2歳以上就学前児・先着4人(1人300円) <要予約>
■受講料 300円
■申し込み キャンセル待ちのみ受け付け(TEL 0797-38-2023)

一時保育つき大人の読書タイム

子育て中の皆さん、毎月第3火曜日の2時間、ゆっくりとお好きな本を読んでみませんか？
あなたの読書中、お子さんはウィザスあしやの保育室でお待ちしております。
■日 時 12月17日(火)・1月21日(火)・2月18日(火)
①午前10時～正午②午後1時～3時 ※①②各先着4人
■会 場 男女共同参画センター ウィザスあしや
■対 象 子育て中の親(祖父母を含む)と子ども(2歳以上就学前児)
■一時保育 午前・午後とも、先着各4人(1人300円) <要予約>
■申し込み 各月1日から、電話(TEL 38-2023)でセンターへ

ウィザスあしや フェスタ 2014

開いて 拓いて 啓いて ～つながろうふみだそう～
新しいセンターでの、初めてのフェスタです。
現在、実行委員会では来年3月に開催するための準備に取り掛かっています。
■開催期間 平成26年3月8日(土)～15日(土)
■会 場 男女共同参画センター ウィザスあしや
■内 容 バザー・喫茶コーナー・講演会・ワークショップ など
※詳細は、広報あしや・市ホームページ等で、決まり次第お知らせする予定です。

編集後記

私も今回、『エンディング・ノート』の記入にチャレンジしてみました。
年金・保険・銀行口座にクレジット…書き出してみると、何と異なる契約を結んでいるものかと、呆然としました。介護や看病については「子どもの負担にならないように備えたい」と夫婦で話し合い、今後の課題も見えてきました。
現在の自分の気持ちと向き合うことで、周りの人への感謝の思いも生まれ、これからのやるべきことの整理もできて、本当にすっきりしました。
40代、これからは折に触れ、『生前予約』などの空白の部分を書き足していきたいと思います。(上田)

ワーク・ライフ・バランス

エンディング・ノート



女性相談 直接相談

無料相談・予約専用電話 TEL 38-2022
～ご相談には、準備が必要～
■日 程 ①第1土曜日 ②第1～4金曜日
■時 間 ①午前10時～正午(1:50分)
②午前11時～午後4時(1:50分)
■内 容 女性が抱えるさまざまな悩み
※一時保育(無料)あり(要予約)

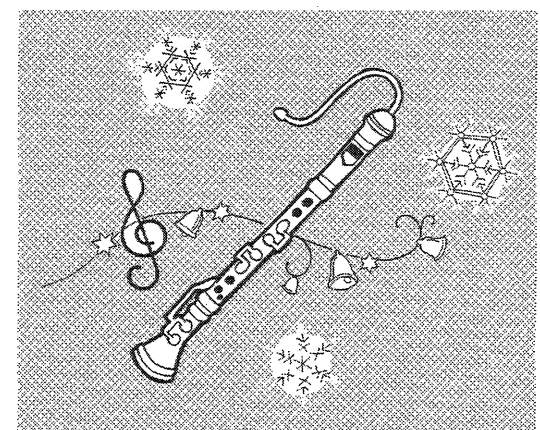
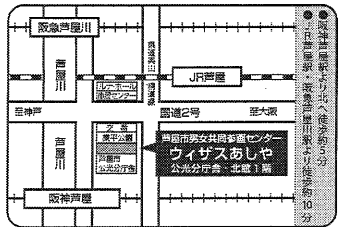
ウィザス No.75

平成25年12月発行(冬号)

編集・発行 芦屋市男女共同参画センター ウィザスあしや

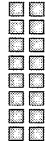
〒659-0065 芦屋市公光町5-8(公光分庁舎・北館1階)
TEL. 0797-38-2023 / FAX. 0797-38-2175
Eメール josai-ce@city.ashiya.lg.jp

■開 館：月曜日～土曜日・午前9時～午後5時30分
■休 館：日曜日・祝日・年末年始(12月28日～1月4日)
ホームページ <http://www.city.ashiya.lg.jp/danjo/withus/centerwithus.html>



「エンディング・デザイン」のススメ

～今日をより充実して生きるために～



自分の人生の完成期をよりよく生きるために、自分なりの「エンディング・ライフ」をデザインしてみませんか？

身近な人や家族等に、いつか迎える自分の葬儀やお墓・相続について、はっきりと自分の思い伝えることができれば、死後に家族や関係者の心の迷いを減らすことができるかもしれません。そして、自分もまた人生と人間関係を見つめることで気持ちを整理し、目標を持ってこれからの暮らしを豊かに描いていくことができるのではないのでしょうか。

今回は、よりよく生きるための「エンディング」の迎え方や、利用できる支援の内容などについてお知らせします。



自分らしい「エンディング」を迎えるために

最期まで自立して生活することは、多くの人の願いですが、人生に不測の事態はつきものです。「こんなはずじゃなかった」という事態を招かないために、認知症や寝たきりになったらどうしたいか、最期はどこで誰と迎えたいかについて、自分の気持ちを事前に整理しておきたいものです。

芦屋市にお住まいの場合、それぞれ次の窓口で相談を受けることができます。

- ◆介護・介護予防…高齢者生活支援センター
- 高齢者の介護に関する相談や、介護予防に関するケアマネジメント、権利擁護に関する業務等、高齢者の総合的な相談・支援にあたる窓口で、市内には次の4カ所の高齢者生活支援センターがあります。
- なお、相談は無料です。
- ①東山手(担当区域:朝日ヶ丘・岩園小学校区)
TEL. 0797-32-7552 (和風園内)
 - ②西山手(担当区域:山手小学校区)
TEL. 0797-25-7681 (アクティブライフ山芦屋内)
 - ③精道(担当区域:精道中学校区)
TEL. 0797-34-6711 (保健福祉センター内)
 - ④潮見(担当区域:潮見中学校区)
TEL. 0797-34-4165 (あしや喜楽苑内)

話題の「エンディング・ノート」

ここ数年、本屋の店頭には何種類ものエンディング・ノートが並び、新聞やインターネットにも書き方を指南したものの、また有料、無料でダウンロードできるサイト等も多くあつて、一種のブームのようです。

平成24年1月、経済産業省は30歳以上の男女を対象に、「ライフ・エンディング・ステージ」を取り巻く国民意識アンケート調査を実施しました。

その中で、「エンディング・ノート」を知っていると回答した人は全体の63.5%でしたが、実際に作成したのはその内の2%という結果でした。

また、その人たちが「エンディング・ノート」を作成するきっかけは、左表のとおりでした。

◆エンディングノート作成のきっかけ (※作成者のみに質問)

きっかけ	%
・家族の死去や病気、それに伴う相続	39.6
・身近な事故や災害等	5.7
・病気等で自身の健康に不安を感じたから	22.6
・家族や知人からの勧め	9.4
・書籍や雑誌、テレビなどで存在を知って	39.6
・その他	7.5
・特に理由はない	18.9

※「エンディング・ノート」を作成するきっかけは、身近な人の死去や相続を経験した中高年世代の人たちにとって、大きな関心事となっていることが分かります。

ライフエンディング・ステージを取り巻く環境の変化と課題

わが国は現在、国民の5人に1人が65歳以上であり、その9人に1人が75歳以上という本格的な長寿社会を迎えています。その結果、社会・経済のさまざまな場面で、新たな課題が出てきています。

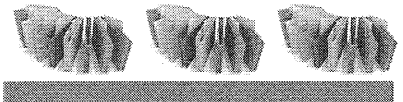
経済産業省は、平成23年8月10日に「安心と信頼のある『ライフエンディング・ステージ』の創出に向けて～新たな『絆』と生活に寄り添う『ライフエンディング産業』の構築～と題する報告書」(平成22年度報告書)を公表しました。

そこには、人生の最終章を「ライフエンディング・ステージ」とし、そのステージに立つ人自身や家族を社会全体で支え合うことの必要性が強調されています。そのために、死をタブー視せず、国民一人ひとりが自由で自主的な「ライフエンディング・ステージ」の実践をすることが必要ではないかと提言しています。その一方、サポートの担い手側には、分野や業種の垣根を越えた緊密な連携や、同じ目的意識を持った「新たなネットワーク」づくりが必要であると提言をしています。同時に、利用者のニーズに応じた適切なサポートの提供ができるように、継続的な取り組みをしていくよう求められています。

このように、私たちの「ライフエンディング・ステージ」を巡るサポート体制づくりは、徐々にではありますが整えられようとしています。

それらを反映してか、最近の新聞等・マスコミでも『エンディング・ノート』や遺言についての情報発信をよく見かけるようになってきました。

私たちのより豊かな「エンディング・ライフ」をデザインするにあたって、現在利用できるサポートの内容を知り、それらを大いに活用していきたいものですね。



「エンディング・ノート」には、決まった形式や法的拘束力はありません。ノートに自由に書くのもOKです。

記載する内容は、1つには個々人が自分の歩んできた人生や家系図、家族へのメッセージを綴り、もう1つの内容としては、人生最期に遭遇することになるかもしれない介護や延命治療、葬儀・墓・遺産等について、自分の希望を書き入れます。

「エンディング・ノート」の作成は、不慮の事故や災害・病気に備えるものでもあり、高齢者のみに限らないから大丈夫という楽観は禁物です。

中年になっても経済的に独立できないうちがいたり、孫の教育資金に親の遺産をあてにしている子があつたり、また土地や家屋などの分けにくい財産や、山林など、継ぎにくい資産が争いの元になることもあります。

遺言がない場合には、遺産は民法による「法定相続」を行うことになります。法定相続人全員で分割協議をし、合意しなければなりません。また、家庭裁判所の調定や審判で決めることとなります。

法定相続人というのは、亡くなった人の妻や延など、にまで及ぶことがあり、協議のために集まるだけでも大変です。

遺言があればこうした面倒は避けることができます。さらに遺言の内容は法定相続よりも優先されます。

遺言の形式で一般的なのは、自筆証書遺言と公正証書遺言(下表参照)です。

「遺言」を残し、相続争いを避ける方法

それぞれにメリットやデメリットはありますが、公証人役場で作成する公正証書遺言は、作成後の訂正や取り消しのでき、半永久的に公証人役場で保管してもらえ、紛失したり改ざんされたりする心配がありません。また、公正証書遺言の作成手数料は、全国共通の法定価格です。

遺言書作成に必要な書類には、①遺言者の印鑑登録証明書 ②相続人の戸籍謄本・住民票 ③土地・建物の登記事項証明書と固定資産評価証明書などです。

なお詳細については、最寄りのお公証人役場へお問い合わせください。(相談は無料です。)

名称	内容	メリット	デメリット
自筆証書遺言	遺言者が、遺言の全文と日付を自筆で書き、署名押印する。 ※パソコンやワープロ、他人の書いたもの不可	◆作成が簡単 ◆費用がかからない ◆内容の秘密が保てる	◆家庭裁判所の検認手続きに、約1カ月必要 ◆紛争事項に不備が生じやすく、無効になる可能性がある ◆紛失・改ざん・偽造等の可能性
公正証書遺言	遺言者が、遺言の内容を公証人に口述し作成。 ※2人以上の証人の立会い(1人5,000円)が必要	◆紛失や改ざんの心配がない ◆記載に不備がない ◆検認手続きが不要	◆費用がかかる(遺産→手数料) ・1～3千万円＝23,000円 ・3～5千万円＝29,000円 ◆内容の秘密が保てない



それらではありません。人生のさまざまな節目に自分の「エンディング・ライフ」に思いを馳せて備えるべきことを整理し、心豊かに人生の最終章を迎えたいものです。

