

# 家族へのラブレター

No.30

# よか

2013.3月号

～終活から始まる新たなコミュニケーション～



最近考えたこと

BOOKコーナー

女性総合相談

DV相談

いろいろ情報

特集 家族へのラブレター

～終活から始まる

新たなコミュニケーション～

## Book コーナー

### 「エンディングノートのすすめ」



本田 桂子 著  
講談社現代新書2165 780円+税

最近、注目を集めているエンディングノートを書くことによって、どのようなメリットがあるのでしょうか。

- 万一のことがあった時に自分も家族も助かる
- 準備をすることで、「いま」を安心して過ごせる
- 書くことで頭の中が整理できる
- 終活をスタートするきっかけになる

人生の最終章に関することは、自分ひとりではできません。さまざまな場面で家族に迷惑をかけることになりま。私自身のラストシーンに関することは、自分自身で決めて書き記しておきたいと思いました。

「介護で感じた終活の意味」

祖母が脳梗塞で倒れて入院したとき、祖母は私の母に言いました。「嫁に面倒はみてもらわない」と。意地を張ってる訳でも、遠慮している雰囲気でもなく、冷たく放ったそのひと言が悲しかったのを覚えています。

自分の育ててきた者たちは寄り付かず、結局母が祖母の介護をすべてやっておりました。壮絶な十数年でました。次第に祖母を恨むようになりました。しかし、祖母が亡くなってから、祖母がたった今、本当は介護される側もつらかったのではないかと振り返ることがあります。

祖母は、あまり人と関わりや会話を望む人ではなかったため、元氣な



### 「介護で感じた終活の意味」

ころから意思は伝わっていなかったように思います。

流行語にもなった「終活」。これは伝えるということが不可欠ですが、私の祖母のように、コミュニケーションが苦手な人もいます。しかしながら、介護される側にも、心や人権はあるんですよ。今後「終活」に関する事業を行う人、団体、それを取り上げる媒体は、そのような人に対応できる作戦も練っていく必要があると感じました。

二年前の大震災で痛感させられた「絆」。そのキーワードと共に、一歩前進した「終活」を皆さんも考えてみませんか。

まず、身近なところから…。

(そよかぜ委員)

★相談場所が平成25年1月4日から 女性センターそれいゆぶらざに変更になりました。(朝霞市中央公民館・コミュニティセンター内)

## 悩める女性のために 女性総合相談

\*面接相談のみ(予約不要・先着順)

家族間のもめごとや対人関係の悩み、暴力や虐待、離婚問題などあなたの悩みや問題などに対して経験豊かな相談員がご相談をお受けします。

相談日：毎週木曜日(年末年始除く)  
 時間：午前10時～午後3時  
 場所：女性センター それいゆぶらざ  
 問合せ：048-463-2697(直通)

## DVでお悩みの方に DV相談(配偶者暴力相談) 支援センター

\*面接及び電話相談(予約不要・先着順)

相談日：火～日曜日(年末年始を除く)  
 時間：午前9時～午後5時  
 場所：女性センター それいゆぶらざ  
 問合せ：048-463-0356

\*毎週火・土曜日は、専門の相談員が相談をお受けします。

◆個人の秘密は守ります。◆相談は無料です。

## いろいろ情報

### 「日本女性会議2012仙台」に参加しました!

昨年10月、宮城県仙台市において約2,100名の参加者を得て、盛大に開催され朝霞市から公募市民3名と職員1名が参加しました。

「きめる、うごく、東北から」を大会テーマとし、内閣府男女共同参画局長からの基調報告や記念講演、6つのテーマ別に行われた分科会など、参加者が会場を歩き交り語り合った熱気あふれる会議でした。

\*「日本女性会議2012仙台」の報告書は、女性センターそれいゆぶらざをはじめ、市内各公共施設に設置予定です。

### 女性センターそれいゆぶらざ開所に伴う 記念講演会を開催しました!

1月26日(土)コミュニティセンターにおいて、「これからの男女共同参画-女と男の再チャレンジ」と題し、元埼玉県副知事である昭和女子大学学長の坂東真理子さんをお招きして、記念講演会を行いました。

講師の仕事と家庭を両立することについての苦労話や、私たちは今後どうい社会をつくり、どのように生きていくのかなどについてお話いただきました。参加された皆様は、今後の自分に役立つ内容ということで、熱心に聞き入っていました。