

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～



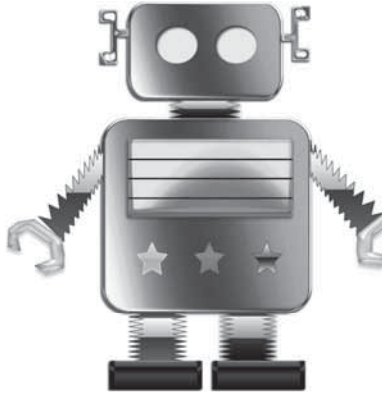
今回は、どんなテーマにしましょうか。



最近、終活ってよく聞くけど、終活って何かしら。



私は、終活について取り上げたいわ!!

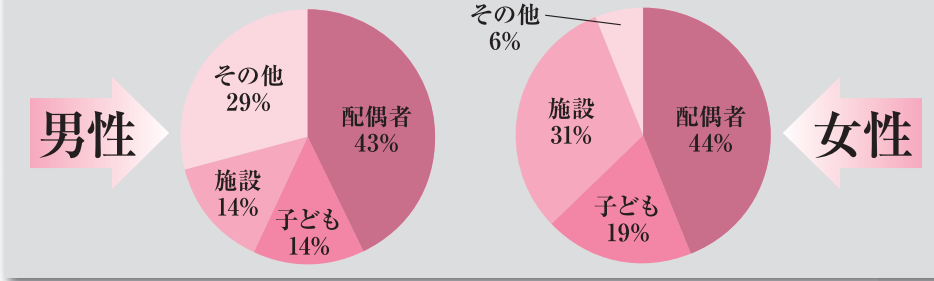


皆さん、こんにちは。私が今回そよかぜの紙面をサポートします。

「終活」とは、人生の終えんをよりよく迎えるための前準備のことを言うよ。中でも、最近話題のエンディングノートは、自分にもしものことがあったときのためにどんな葬儀にするかなど、自分の希望を伝え家族への負担を減らすことが目的です。

まずは、委員が集めた「自分に看護・介護が必要になったときは誰にみてもらいたいですか。」というアンケート結果を見てみましょう。

アンケート結果「自分に看護・介護が必要になったときは誰にみてもらいたいですか。」



アンケート結果を見ると、結構、女性も男性も家族にみてもらいたい人が多いことが分かるね。



看護・介護は男女平等でみていかなければならないのね。

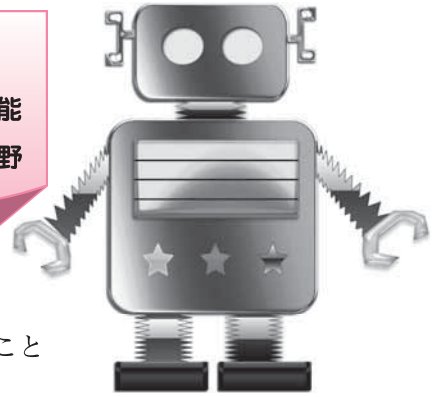
男女平等ってよく聞くけど、どういことなのかしら。



私が話をしましょう。

“男女平等”とは男女が、性別に関わりなく、個人として尊重され個人として能力を発揮する機会が確保されることにより、対等な立場で社会のあらゆる分野における活動に共に参画し、共に責任を担うことです。

朝霞市男女平等推進条例の基本理念を紹介します。



基本理念

1. 男女の個人としての尊重と性別による差別的取扱いを受けないこと
2. 性別役割分業意識の解消と自己決定権の確立
3. 政策や方針の立案及び決定における男女共同参画機会の確保
4. 家庭生活・社会生活活動への男女の対等な参画
5. あらゆる差別と暴力を決して許さない社会の構築
6. 市、市民及び事業者の責任の自覚と主体的な役割の履行及び相互協働
7. 国際的な協力の下での推進

*性別役割分業意識…家庭における夫婦それぞれの責務や役割について明確に区別するもの。



看護・介護は女性があるイメージがあるけど、男性でもいいのよね。私は家族にみてもらいたいわ。



いつ看護・介護が必要になるかなんて分からないものね。女性でも男性でも大人でも子どもでもみることができ環境をつくるのが大切ね。

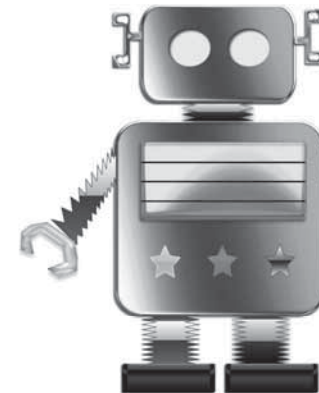


みられるかなー。不安だな。

大丈夫よ。みんなで協力すれば、なんとかなるわ!

1人で抱え込まずに、周りの人に助けてもらうことも必要よね。

助けてもらうためには、家族や近所の人と、コミュニケーションをとっておくことが大切だね。



コミュニケーションの1つとして、エンディングノートを書くという方法もありますね。

家族に対する自分の想いを書くことで、愛情を伝えることもできるのがエンディングノートのいいところ!元気なうちに家族や自分と向き合っ書き留めておくことが終活にもつながるといことですね。

今、元気で夫婦そろっていても、いつかは必ず、人生の終えんを迎えます。

そんなときに、残された家族に迷惑をかけたくない。そんな思いやりを形にできるのが、終活(エンディングノート)だと思います。今のうちにできることを行動に移して、重いテーマでも一歩踏み出して備えようと思いました。(とっと)

終活を学んだことで、今までの自分とこれからの自分を見つめて、よりよい未来に向けてのさまざまな考えを整理していくきっかけをもらえました。私は、もっと気軽に終活を話題にできる社会になるといいな!と思います。そうすれば、今生きていること・生かされていることが、深く重くありがたく感じる日々になって、より充実した人生になるのではないかなと感じました。(栗子)

子育て世代なので、今まで終活について考えたことがありませんでした。故郷が仙台で3.11の被災地ということもあり、いつ何が起るかわからないと思います。今回、夫と終活について話し合いましたが、私が思っていたのは異なる回答でした。とても大事な内容なので話し合い、つねにコミュニケーションを図るのは重要だと感じました。(はんちゃん)

「終活」というと、どうしても年配者向けの話題のように感じますが、誰にとっても身近なことです。家族を介護している立場から申し上げると、「本人は今喜んでいだろうか」「本当はどうしてほしいのか」と常に不安です。

元気なうちに何か伝えてもらえていたなら、また違ったことができたかもしれません。(うさこ)