



終活 (IRSME15018)

平成 27 年 9 月 29 日 出口友恵

平成 27 年度卒業・終了予定者を対象にした就職活動を 8 月 1 日より解禁とした協定が物議を醸した年となった。『就活(シュウカツ)』とは、職業に就くための活動を総称した就職活動の略称であるが、2009 年より人生の終わりのための活動のことも『終活(シュウカツ)』として高齢者の間で認知が広がっている。現在では、終活カウンセラーという民間資格もある。市場規模も 1 兆円と見込まれており、停滞気味の日本経済の中では、終活ビジネスは確実な成長が見込まれる数少ない分野である。

■ 終活とは

終活とは、『人生の終わりのための活動』の略であり、人間が人生の最期を迎えるにあたって行うべきことを総括したことを意味する言葉として使われている。人生の終わりに対して前もってポジティブな準備を行うことであるともいわれている。終活は 2009 年に週刊誌から生み出された言葉であり、その後書籍の出版とともに、少しずつ世間に認知されていった。ライフメディアのリサーチバンクによると、60 歳以上の全国男女 2,000 名にアンケート調査をしたところ、約 92%の方が『知っていた』『聞いたことがある』と答えた。ここまで認知が広がっているのは、日本社会が他国とは比較にならないほど急速に少子高齢化が進んでいることが背景にあるといえる。自分たちが親の介護を経験し、人生の最終盤を見送った高齢者の間では、子供など周囲に迷惑をかけずに人生を終わるための準備が進んでいる。

■ エンディングノートの活用

終活の代表的な活動として『エンディングノートの作成』がある。既製のエンディングノートは広く販売されており、書店やインターネットで簡単に手に入る。

一般的な内容は、下記のとおりである。

- ① 基本情報…氏名、生年月日、血液型、住所、現在かかっている病気・病院
- ② 自分史…家族との思い出、学歴、職歴、これまで住んでいた家や場所
- ③ **企業史…企業の歴史、お世話になった方のエピソード**
- ④ 関係者連絡先…親戚関係、友人・知人関係
- ⑤ **取引先連絡リスト…取引先、所属団体**
- ⑥ 財産…預貯金、株式、有価証券等の金融資産、不動産、借入金、ローン

平成 27 年 9 月 29 日

(IRSME15018) 終活

- ⑦ 保険…生命保険や損害保険、個人年金や企業年金の状況
- ⑧ 介護…介護が必要になった際の扱い、資産管理に関する要望
- ⑨ 告知や延命治療…ガン告知、延命治療に関する要望
- ⑩ 葬儀…葬儀の実施、葬儀社、費用、宗教、戒名など
- ⑪ お墓…希望する埋葬方法、お墓の場所、費用など
- ⑫ 携帯電話・会員サービス…携帯電話、SNS、会員サービス、web サービスなど
- ⑬ 遺品の整理…形見分け、遺品の整理、遺品の個別対応リスト
- ⑭ 遺言書…遺言書の有無、遺産分割、依頼・相談先リスト
- ⑮ 大切な人へのメッセージ

以上のように、エンディングノートの記載項目は多岐にわたる。特に経営者は個人のことだけでなく、③**企業史**や⑤**取引先連絡リスト**についてもきちんと整理し、スムーズに引き継げるようにしておく必要がある。いきなり完璧なものを目指すのではなく、書きやすいところから記入したり、書き直し、書き足しながら完成させたりしても問題はない。ただし、既往症や終末期医療についての希望、貴重品の管理、友人の連絡リストなど緊急時に必要なことを最初に書いておくと安心ということは押さえておきたい。

■ まとめ

エンディングノートを活用し、人生の最期の準備をすることは非常に大事なことであるが、活用にあたり、注意したいこともある。エンディングノートは法的な強制力はない。手軽に始められる反面、法的効力はないため、財産管理や相続について確実に実行してもらいたいことがある場合は、遺言書など正式な書類を作成することが必要であることも注意したい。また、エンディングノートは記載して完成ではない。記載した内容が実現されるためには、配偶者や子供などの信頼できる親族に内容を説明し、納得してもらい、託しておくことが大切であることも押さえておきたい。(了)