

# ユーカリ通信

第25号 2024年12月

編集：ユーカリ通信編集室  
発行日：2024年12月1日

Elegance  
with Hospitality

## 終活

終活（しゅうか）とは、人生の最終段階に向けて自分自身の生き方や死に方を考え、準備をする活動のことを指します。単に死を迎える準備だけでなく、人生をより豊かにするための活動でもあります。

### 生まれるに時があり、死ぬに時がある（聖書）

終活についての一般的知識は書店やSNSで簡単に取得でき、必要とされる主な専門家は弁護士・税理士・葬儀社・介護支援専門員・心理カウンセラー・宗教者が挙げられます。そこで本稿では、葬儀社としての30年の経験から、終活に役立つ「希望に沿うお見送り」の事例を紹介いたします。

#### ■「自宅の畳の上で皆に囲まれて、お別れしたい」（85才男性）

長期の入院生活で死期が迫った本人が、家族にこの言葉を残して、病院で亡くなられました。ご家族は、病院の霊安室で、「安置所に行く前に一時間でも二時間でもよいので、自宅でお別れをしたい」と希望されました。当社はその気持ちに沿い、自宅での「お別れの場を」設営し、その後、安置室への搬送を決めました。

大切な最後の時間を

住み慣れた自宅で「家族団欒のお別れ」の後、菩提寺の住職の枕経をいただきます



家族団欒でのお別れ

した。首都圏の慌ただしい葬儀事情からは考えにくいのですが、故人の意思に基づいた心温まるお別れができました。

#### ■「知らせていただき感謝も上げます。お礼に、お持ち帰りください」（78才男性）

おひとり暮らしの男性が、ご自宅で亡くなられました。数日の間、玄関のドアが開かなくなったので、お隣の方が心配して、警察に連絡し、死亡が確認されました。枕元には、2枚の書類（下写真）が置かれていました。A4サイズ台紙に1万円札



緊急時のお願いとお礼

が貼られ、上記のメッセージがあり、もう一枚には、次の文章が記されてました。

私は独居老人です。孤独死を見つけた際には、ご面倒ですが下記関係者に通報してください。

親族代表氏名、友人代表氏名、葬儀社せいわライフサービス（株）、各連絡先の簡条書き。※葬儀施行委託および公正証書遺言の執行依頼を事前に契約済。

本人氏名・生年月日・被保険者番号・住所・電話番号・警察110 #90110・救急車119 #7119 ※本人の希望により応急処置及び延命の処置は必要ありません。本人署名<sup>印</sup>。

※2020年の国勢調査では、単身世帯は全世帯の38%で過去最多との報告があります。

#### ■「跡継ぎがいません。先祖の遺影、位牌をどのようにすれば良いでしょうか」（86才女性）

「今は高齢者施設で楽しく過ごしていますが、86才になり後のことが心配です。特にご先祖さまの位牌が6柱、遺影



書店の「終活コーナー」

が4面、仏壇1基についても、どのようにしようかと悩んでいます」との事前相談をされてから3年後に亡くなられました。身寄りがないので、施設の責任者が死亡届出人になり、施主として取り仕切る3ことになり、葬儀、四十九日、納骨式、居室の整理の後、遺影、位牌、仏壇の「魂抜き」法要の後、浄火による「お焚き上げ」までをお手伝いしました。

近年、首都圏でのお焚き上げは困難ですが、この時は秩父の寺院で消防署立会いの下、安全に施行できました。



寺院での魂抜き法要と、蓮華壇でのお焚き上げ

▼せいわライフサービスでは、ご本人、ご家族様のご意向に沿ってお手伝いさせていただきます。事前相談、緊急の時も0120・802・109にどうぞ。



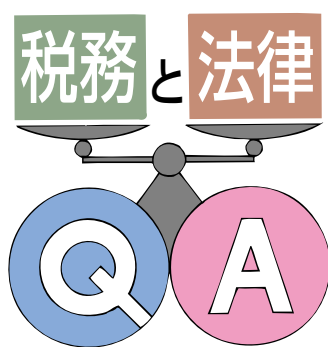
# 「遺言書」のススメ

渋谷共同法律事務所 弁護士 吉田 悌一郎

ご自身に万が一のことがあった場合に、ご遺族の方が困らないようにするために、遺言書の作成を検討することを勧めします。

遺言書は、自分で手書きで作成することもでき、これを自筆証書遺言と言います。ただ、この自筆証書遺言に法的な効果が認められるためには、厳しい要件があります。例えば、日付を書き忘れたら、それだけで無効です。また、原則としてその全文を手書きで書かなければならず、パソコンで作成した遺言書も無効です。

しかし、この自筆証書遺言を利用しやすくするために、



数年前に法律が改正されました。例えば、自筆証書遺言に遺産の目録をつける場合、それまでは全てそれらも手書きしなければなりませんでしたが、法改正で、預金通帳のコピーなどを添付することが認められるようになりました。また、法務局でこの自筆証書遺言を保管してくれる制度もありますので、この制度を利用すれば、遺言書の紛失や変造などを防止することもできます。

ただし、要件が緩和されたとはいえ、やはり要件を守らないと遺言が無効になってしまふことになりはありませぬ。そうならないためにも、遺言書の作成をお考えの方は、その内容や作成方法などについて、弁護士に相談することを勧めします。

渋谷共同法律事務所  
03(3643)4351  
<http://shibuyakyodo-law.com/>

## NHK交響楽団が贈る 珠玉のニューイヤークンサート



Bunkamura 便り



サツシャ・ゲッツェル ©Özge Balkan



ヘラ・イエサン・バク ©Bruno Grandi

年に幕開けに相応しい豪華な組

2025年の新春を飾る第131回は、N響オー

チャード定期には3度目の登場となるサツシャゲツツェルの指揮のもと、ウィーン出身の彼が得意とするウイナナウルツなどで構成するニューイヤークンサートをお楽しみいただきます。ヨハン・シュトラウス二世の喜歌劇「こつもり」序曲

やアリアをはじめ、映画「ロビンフッドの冒険」でアカデミー作曲賞を受賞し、ハリウッドでも大活躍したオーストリアの作曲家、エーリヒ・ヴォルフガング・コルンゴルの作品も取り上げるなど音楽の都ウィーンで生まれ育ったゲツツェルならではの趣向を凝らしたプログラムです。ゲスト歌手には韓国出身の気鋭のソプラノ、ヘラ・イエサン・バクが出演、新春の華や

み合わせによるウィーン音楽をどうぞご堪能ください。

N響オーチャード定期2024/2025 東横シブ大渋谷劇場「Dance Dance」第10回

〈日程〉2025年1月11日(土) 15時30分開演  
〈会場〉横濱みなとみらいホール大ホール  
〈出演〉指揮…サツシャ・ゲッツェル  
ソプラノ…ヘラ・イエサン・バク

〈曲目〉▼J.シュトラウス二世…喜歌劇「こつもり」より序曲「侯爵様、あなたのようなお方は」、南国のバラ 作品388、ベルシヤ行進曲作品289、喜歌劇「こつもり」より「田舎娘を演じる時は」、狂乱のポルカ 作品260 ▼コルンゴルト…シュトラウス「うわごと」作品212、ポルカ「マズルカ」とんぼ」作品204ほか  
〈料金〉S席9800円、A席8400円、B席6700円、C席4600円  
(全席指定税込未就学児入場不可)

Bunkamura チケットセンター  
03(3477)9999  
[www.bunkamura.co.jp](http://www.bunkamura.co.jp)

## こんな本 こんな映画

### 「介護費用は必ず本人の口座から」

森永卓郎 著 『身辺整理』死ぬまでにやること

半年の余命宣言を受けた著者が「これだけは生の声で伝えたい」として生ある内に行うべき「身辺整理」について述べている。亡き父の親の資産整理で味わった「相続地獄」の経験が執筆の動機の一つでもあった。介護にかかる費用を記録

せず、立替えて支払っていたため、死亡した父親から返済されることなく、相続財産が余分に計上され、本来支払わなくても良い税金を支払う羽目となった。同じ思いを家族にさせたくないとの思いで、資産リストの作成や通帳の一本化など一念発起して死の支度をはじめた。本書はその記録を分かりやすく整理してまとめている。最後の章

では、著者の「遺言」がある。「人生で一番大事なモノ」は「教養」「リベラル・アーツ」であり、今を楽しく生きること、専念するとしている。また、「最期は沖繩のビーチで紫煙とともに、こと切れること」と、その思いは明確だ。





## 動脈硬化予防、メタボ対策にも！

# 「イタリアンな白和え」

ロータスカフェ東京 中村 由記子

動物性食材を一切使わない  
ヴィーガン料理ではいつもお  
豆腐が大活躍します。

お店では特殊な素材を使う  
事が多いですが、今回はどの  
家庭でも手に入る材料だけ  
で作れる、簡単で一味変わった  
お惣菜を紹介します。

元々ヘルシーな白和えにオ  
リーブオイル、酢が加わり、  
さまざまな健康効果が期待で  
きます。

### ■材料

- \*木綿豆腐.....1丁
- \*ほうれん草.....半束
- \*トマト.....2個
- 《ドレッシング》
- \*オリーブオイル.....30ml
- \*酢.....30ml
- \*醤油.....5ml
- \*白すりごま.....10g
- \*塩.....3g
- \*メープルシロップ お好みで(砂糖でも良い)
- \*ブラックペッパー.....少々

### ■作り方

- ①ほうれん草をさっと茹で水で冷やし、水気をよく絞る。3、4センチの長さに切っておく。
- ②木綿豆腐の水気を切り、手で潰す。
- ③トマトをくし切りにする。
- ④①〜③を合わせる。
- ⑤ドレッシングの材料を全て入れ全体を混ぜ合わせ、お好みでブラックペッパーを振る。

100%ビーガンレストラン

Lotus Cafe Tokyo

03(5422)3071

<https://lotuscfe.jp>

## さんぽ道



おなかから健康的な心と身体へ

### 〈玄点〉の「玄米キューパン」

東急百貨店広報 磯山 柊哉

今年10月、東急フードショーエッ

ジに〈玄点〉がオー

ブンしました。「食べて人によい、環境にいい」をコンセプトに玄米を使用したベーカリーや、おにぎりなどを取り揃えています。

キューパンは玄米をベースに色鮮やかなスーパーフードを使用し、シンプルな「きほん」(380〜450円)とアレンジを加えた「きわみ」(620〜

640円)の2種類のラインナップを提供しています。中でもおすすめは「きわみ」シリーズの「トマトピザ」(640円)。とろける無添加チーズと程よい酸味のトマトソースが口いっぱい広がり、

シンプルな材料だからこそ素材本来の美味しさを味わっていただけます。そのほかにも10色のカラフルなキューパンは、それぞれ異なるテーマの素材で彩られ、楽しみながらお選びいただけます。



※表示価格は消費税を含んだ税込価格です。

渋谷スクランブルスクエアエアショールーム&レストラン  
地下2階東急フードショーエッジ〈玄点〉  
03(6805)0839



### 知られざる観光地の魅力を「ご案内

## はとバスで探訪しませんか

株式会社はとバス 広報室 竹下 成美

はとバスは1名様からご利用いただける定期観光バスを毎日運行しています。

ます。

東京タワーや浅草、豊洲や迎賓館赤坂離宮に至るまで、時代のトレンドや新たな名所などを採り入れた多彩なコース展開により、長きにわたり全国の皆様にご愛顧いただいています。

東京周辺はもちろん、郊外への旅もはとバスにお任せください

い！季節の花々や景色、温泉や味覚狩りへご案内する郊外日帰り・宿泊付きのツアーもご用意しております。

バス旅の最大のメリットは食事や観光、移動もセットで楽しむことができる点です！車窓観光を楽しみながらバス車内でごゆっくりお過ごしください、交通機関への乗り換えなく観光地までご案内いたします。購入したお土産はバスの中に置いて観光できます。

お手軽に旅行が楽しめる、はとバスへのご利用を心よりお待ちしております。

はとバス予約センター  
03(3761)1100  
[www.hatobus.co.jp/](http://www.hatobus.co.jp/)





## 終活

### 母を送って わが身を思う

今から4年前に知人の紹介で、せいわの「イザ時予約」を用いて契約し、旅立ちの準備をいたしました。

私は7年前に最愛の母を亡くしました。母はレビー小体型認知症を患い、幻視、幻聴による異常な症状に家族は悩みました。亡くなるまでの4年間は寝たきり状態になり、自宅で胃瘻、吸引などを行いました。次第に母との意思疎通が困難になりましたが、亡くなる前日まで私の名前を呼び続けてくれたことは娘としての喜びでした。

8年間の自宅介護の末、母は穏やかな表情で旅立ちました。92歳になったばかりでした。

母の葬儀後、死後の様々な届け出を済ませてから母の遺品整理に取り掛かりました。私も老いの身、作業はきつく時間がかかりました。

私のときは、私の遺品整理をしてくれる人は誰もいないのです。母の介護と他界後の経験から、私が存命中に終活をせねばと強く思いました。

エンディングノートと遺言書の作成、成年後見人制度の利用など、将来に向けて私ができることを殆ど済ませ、立川市の高齢者住宅に入居いたしました。

「せいわライフサービス」の担当者様からお話を伺いながら、旅立ちの装いから納骨に至るまで私にふさわしい葬儀内容を決めました。お蔭さまで、現在、私は安心した穏やかな生活を送ることができております。



旅立ちのドレス

竹内久枝(東京都立川市)

### 事務局だより

- ・顧問 山本靖子(92・当社創業者山本浩の妻) 2月14日逝去
- ・取締役会長 林 正弘(93・元東急弘潤会専務理事) 9月15日逝去  
謹んでご報告申し上げます。

### 6月24日 渋谷桜丘サクラ木霊鎮め式に参加

倒木の危険がある桜木伐採に際し、作業の安全と「さくら簞」への再生を祈願いたしました。当日の様子は右のQRコードからご覧ください。



## プロのお仕事 相続に関する ワンストップ相談窓口

### 相続のお悩みをご相談ください

東急保険コンサルティング株式会社 長野裕一

東急保険コンサルティングは、「保険を売ることを目的」として、保険に限りならず、お金に関するご相談に寄り添い続けてきました。相続は対応すべき範囲が広い

ため、誰に相談したらよいか、難しいテーマです。「残されたご家族で分割の話し合いがスムーズにいか

ない」「残されたご家族で分割の話し合いがスムーズにいか

「争続」になってしまうケースや、相続税申告までの手続きが煩雑かつ十ヶ月と限られた期間内に完結させるには多大な知識と労力が必要のため、手続き代行のご依頼も増えています。また、最近では認知症になってしまったら……などの不安もあり、その対策として「家族信託」が注目されています。家族信託は信頼できる家族に不動産や預

貯金といった財産を託して、管理・処分を任せることにより、後見制度よりも使い勝手が良い仕組みを作れます。例えば、資産凍結されたくない財産を「家族信託」で託して、それ以外の財産を「遺言書」で行き先を決めることとで包括的な相続対策を実現できます。

私たちは、税理士や司法書士等の専門家との連携はもちろ

総合的にご提案させていただきます。お客様が抱える様々な悩みを、ぜひ私たちに相談ください。初回相談は無料です。

東急保険コンサルティング株式会社  
0120-560-709  
www.tokyu-hoken.co.jp/wealth/



「想い」づくりのお手伝いをいたします。

0120-802-109



せいわライフサービス株式会社

〒150-0031 東京都渋谷区桜丘町15-8-103

https://www.seiwa-life.co.jp

TEL:03-3780-9991 FAX:03-3780-9990



東急グループ「東急ラヴィエール」提携葬儀会社

■家族葬、音楽葬などの自由葬、伝統葬儀(仏教、神道、キリスト教)、火葬場葬、社葬、ホテルメモリアル、お別れの会など。

■葬儀プラン 遺言作成、相続手続きなど専門スタッフが親身にご相談を承ります。

■お祝い花、お弔い花の手配。

■ユーカリの会(入会金・年会費なし)入会受付中。

