

通信

きずな

第4号

白老町高齢者大学定例講座

・10月20日(火)

白老町中央公民館201号

長生大学セミナーのお知らせ

・11月6日(金)

沼ノ端コミュニティセンター

終活  
9月号  
会報

きずな通信

終活イベントのお知らせ

【自筆証書遺言書】

自分だけの  
遺言書を書こう!

第2・3木曜日10時～

場所 アシストライフ  
定員 各日1組・1名様  
会費 お一人様1,000円

※事前にご予約下さい。  
ご希望の日時でもOK!

【参加者の感想】

先の不安が解消した。  
他のことでも困ったことが  
あったら相談したい。  
(澄川町 女性 H様)

簡単だと思っていた相続  
が難しいことだと判った。  
もう一度整理してから、また  
来たいと思った。ありが  
とうございました。  
(双葉町 女性 O様)

無料相談

終活のことなら  
なんでもOK!

場所 アシストライフ  
時間 1時間  
※完全予約制

必ず事前にご予約下さい。

大好評!

苫小牧民報連載

佐藤美幸の  
終活一問一答

掲載日

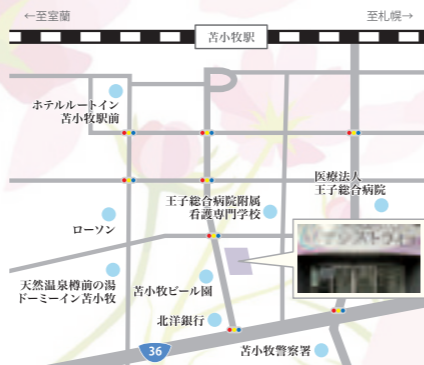
10月7日(水)

※毎月第一水曜日に掲載  
されます  
ぜひ、ご覧下さい。

- 事務所案内  
開所時間/9:00～18:00  
休日/日曜日・祝日
- 交通案内  
道南バス 市役所前降車 徒歩5分
- 駐車場案内  
タイムズ苫小牧表町第2(向かい)  
駐車料金(1時間迄)当社負担

アシストライフ  
苫小牧市表町1丁目3-4

お問い合わせ 0144-84-3300



表敬訪問

～岩倉苫小牧市長～

2020年7月21日に苫小牧市の岩倉博文市長とお話させていただく機会を得ました。

当社は現在、民間病院より依頼され、病院用に特化した「財産管理契約・メディカルプラン」を立ち上げ連携しています。この契約は一人暮らしの方が病気に罹り入院した場合、当社と契約することで、入院費や生活にかかる費用を代行してお支払するプランです。このプランにより、病院の看護師やソーシャルワーカーが、入院患者様のお金の管理や支払いを心配することなく、本来の業務に専念できることを目指しております。

そこで、これからの少子高齢化社会にとっては必要な事柄になるため「成年・任意後見人」と「遺言執行人」「死後事務委任契約人」の違いや各々の契約の役目などを知り、死後における「事務手続き」など一連の作業を、行政の窓口職員の方々と一緒に勉強する機会について提案しました。

現在、苫小牧市の人口の29%を高齢者が占めています。

このことから、苫小牧市としても少子高齢化社会に対応するため、本格的に福祉などに力を注いでいます。また岩倉市長は、テレビで見た終活の話題や親子関係における終活の捉え方の違いなどから、「終活(看取り)」にも注視し、今後の苫小牧市の問題点と解決策として、さまざまな部署間との連携を含めたシステム作りなど、苫小牧市民の皆様が、より良い生活を営めるようにしたいというお話など、話題は尽きず楽しくお話ができました。この度の訪問で、改めて当社の取り組みが広く認知され、苫小牧市の皆様に愛される企業であり続けることが大切だと思いました。岩倉市長、ありがとうございました。

岩倉博文  
市長の  
経歴

1950年1月15日生まれ(やぎ座)

苫小牧市出身 立教大学経済学部経営学科卒業  
アメリカ合衆国アンカレッジコミュニティ・カレッジ基礎  
経済学講座修了。日本に帰国後、岩倉建設の社員・役  
員を経て、1989年に日本青年会議所副会頭に就任。  
平成12年～平成15年衆議院議員  
平成18年7月苫小牧市長に当選し現在4期目を迎える。



## 前向きな生活をはじめ（人編）



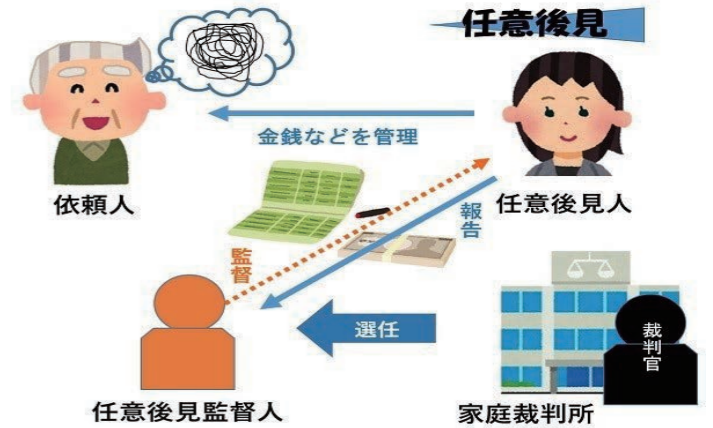
### 断捨離からはじめる…

断捨離とは、モノへの執着を捨て不要なモノを減らすことにより、生活の質の向上・心の平穏・運氣向上などを得ようとする考え方のことをいいます。断捨離はヨガの「断行・捨行・離行」から生まれた言葉で、「断」は入ってくる要らないモノを断つこと、「捨」は家にあるガラクタを捨てること、「離」はモノへの執着から離れることを表すそうです。「断」や「捨」は、比較的わかりやすいので、すぐ行動に移すことができるのではないのでしょうか。ただ「離」はどうでしょう？モノや人に執着しないというのは、難しいのではないのでしょうか。

モノや人に執着していたからこそ、成功があったり、頑張れたこともあると思います。でも、必要以上の執着は憎しみや悲しみを伴うことがあります。特に人に対しては、自分の要求通りにならないと「どうして？私はこんなに貴方のことを思ってきたのに」とか「なんで私を分かってくれないのか」と悩み憎しみを持つこともあります。残念ながら子どもでも、友人でも、人を変えることは大変難しいと思います。いま、憎んだり悲しんだりして辛い思いをしているなら、強い気持ちをもって、その人から離れてみるのもいいかもしれません。そして自分と向き合うことで、気づきがあると新しい生活が始まるかもしれません。年齢に関係なく、自分の意識の持ち方で生き方も違って来るかもしれません。

## 知っておきたい任意後見契約のはなし

任意後見制度は、将来、判断能力が不十分（認知症）となったときに備えるための制度です。この契約は、本人の判断能力があるうちに、将来、自らの判断能力が低下した場合に財産管理や療養看護に関する事務について、信頼できる方に依頼し、引き受けてもらう契約を結びます。任意後見契約は、任意後見人を誰にするのか、どんなことを依頼するのかは全て本人が決めることができます。そのため、判断能力低下後も、これまでの生活スタイルを維持できるというメリットがあります。



任意後見人にどのような事務を依頼するかは、契約当事者同士の自由な契約によります。任意後見契約で委任することができる（代理権を与えることができる）のは、財産管理に関する法律行為と介護サービス締結等の療養看護に関する事務や法律行為です。ただし任意後見人に死後の葬儀等を依頼することは出来ません。たとえば、葬儀費用の支払い等、本人の死後事務は、任意後見契約の対象外です。葬儀等死後事務をお願いしたい場合には、任意後見契約とセットで死後事務委任契約を結んでおくといでしょう。ほかに、入院・入所・入居時の身元保証、医療行為についての代諾も任意後見契約の対象外となります。本人または任意後見人が死亡・破産すると契約は終了します。元気で判断能力がある内に、判断能力が低下した時に備えておくのが任意後見制度です。将来、安心して老後を迎えるために自己責任で備える制度であり、家族に迷惑をかけないためにも必要な契約です。

### 話題の終活の本

#### ～死という最後の未来～

石原慎太郎氏と曾野綾子氏の対談本。宗教も生き方も違う二人が「死」をテーマに対談しました。前向きに「死」ととらえる二人の話には興味がそそられます。とても読みやすい本です。あなたは「未知派」？「貪欲派」？



## TOPICS

### ～エンディングノートレッスン③～

エンディングノートは、連絡先リストから書き始めます。連絡先リストは、家族や親せき、友人の電話番号や住所を書きます。連絡するときのタイミング（入院したとき、危篤状態になったとき、葬儀時に連絡するなど）も記しておく、いざというときに活躍します。親子であっても、親せき関係や友人関係は知らないことが多いと思います。親せきに連絡してほしい人がいる場合はハッキリと書いておく必要があります。家族葬で行う場合に、遺族が参考にできます。

### 心もいきいき！十五夜

#### お月見をしよう

月を眺めて気持ちも、ゆったりまったり♪

#### ①ススキ

ススキは秋の七草の1つ。白い尾花が稲穂に似ている、魔除けになるという理由で供えるようになりました。

#### ②月見団子

丸い団子を月に見立て、団子の数は十五夜なら15個。ピラミッドのように積んで供えます。これは一番上の団子が霊界との懸け橋になると考えられていたからです。

#### ③農作物

里芋、栗、枝豆などの農作物を供え、豊作に感謝します。

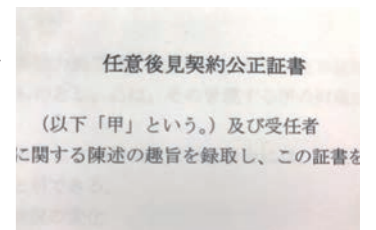


### 看取り家族代行サービス

#### ～任意後見契約～

アシストライフの看取り家族代行サービスには、任意後見契約があります。通常、財産管理契約書と一緒に公正証書で作成します。アシストライフでは、遺言書、死後事務委任契約書と同時に作成します。この遺言書と3つの契約があるからこそ、お客様を法的にサポートし、お守りできるので。

【お問合せ先】  
0144-84-3300



### 御朱印の旅〈明治神宮(めいじじんぐう)〉

大正9年(1920年)11月1日創建。東京都渋谷区にある神社。明治天皇と昭憲皇太后を御祭神とする。境内はそのほとんどが全国青年団の勤労奉仕により造苑整備されたもので、現在の深い杜の木々は全国からの献木が植樹された。新年には毎年のように国内外から観光客が集まり、初詣では例年の参拝者数が1位となっている。大鳥居は1966年(昭和41年)7月22日に大鳥居が落雷によって破損したため、1975年(昭和50年)12月23日に建立。(左は明治天皇)



### 編集後記

あっという間に9月！まだまだ続くコロナ禍！長引くコロナ禍で、心も元気がなくなってふさぎこんでいませんか？こんな時だから、お月見をしながら、ゆっくりと美味しいお茶をいただき、作物に感謝して生活しましょう。いまこそ心の栄養が必要だと思います。懐かしいビデオや歌を聞いたり、本を読んだりして秋の夜長を楽しむゆとりが欲しいですね♪写真の整理も良いですね！ (佐藤美幸)