

# 2022年9月号

## FP 武蔵野グループ

### 大切な人に思いを残すために

伏石 知子 CFP®

終活という言葉をご存知でしょうか。

週刊朝日誌の造語で2010年の新語・流行語大賞にノミネートされ、2011年に映画「エンディングノート」の公開後の2012年に新語・流行語大賞でのトップテンに選出されたことで一般に認知されてきました。

「終活」とは人生の終わりのための活動の略。人間が自らの死を意識して、人生の最期を迎えるための様々な準備や、そこに向けた人生の総括を意味する言葉である。(ウィキペディアより)

この言葉が認知されてきた背景には少子高齢化があります。

65歳以上の高齢者人口は、1950年には総人口の5%にもなりませんでした。55年後の2005年は20.2%となり2013年後には25%を超えました。団塊の世代(1947年～1949年)が65歳の高齢世代に入ったのが2012年、さらに2022年には75歳の後期高齢世代に入ってきました。

生き方の多様化に伴い子供1人や子供のいない夫婦、未婚者などが珍しくなくなりました。

また周囲に迷惑をかけたく無いと考える人が増えてきたこともあるでしょう。

このような背景があり自分自身で人生の幕引きの準備をする人が終活を意識するようになってきました。

終活は人生を振り返ったり、今の自分の状況を把握したり、最期にどうしたいのかを考えなくてはなりません。時間と気力と努力が必要になるはずですが。

終活をすると決めたら、入りやすいのがエンディングノートを書いておくということです。

エンディングノートには色々なレイアウトのものがあり、本屋さんやネットショップで手に入ります。値段も600円くらいから上は6,000円と幅がありますが、人生を振り返りたいなら自分史を記入できるページが多いものを、今の状況を把握したいのなら銀行口座・投資記録・保険・クレジットなどの金融記載のページが多いものを、亡くなった後の事が心配でしたら葬儀に来てほしい方の連絡先・葬儀についての希望・お墓・相続などのページが充実しているものを選びましょう。すべてが心配と思っても記入欄が多すぎると書くことに疲れてしまいます。エンディングノートは持っているだけでは役に立ちません。また書いたからと言って安心してはいけません。日々世の中は変わっていきますので最新の状況を知るための勉強が必要になります。新聞記事・TV番組・雑誌記事等にアンテナをはっておくことも大切かもしれません。

以上