

# 2022年10月号

## FP武蔵野グループ

### 終活って何から始めればよいの…とお考えの方に

人生100年といわれていますが、その人生の後半期を自分らしく生き生きと暮らしていくためには何をすればよいのでしょうか？週刊誌や月刊誌やテレビのお茶の間向けのテーマに「終活」という言葉が取り上げられています。多くの人が「終活」に関心を持つ時代となってきていると実感しています。

終活にはいくつかのポイントがあります。

1. 自分自身が自分らしく人生を送るための「ライフプラン」を考える
2. あなた亡き後、残された家族が困らないための「リスクマネジメントプラン」を考える
3. 自分が亡くなる時に必要なことを書いておく「ラストプラン」などがあげられます。

なんだか難しそう！やっぱりやめておこう…。

いえ、いえ、大丈夫です。終活といっても何をすればよいのかわからないという人は、まず「エンディングノート」を眺めてみるとよいでしょう。終活のポイントがまとめられていて、確認しながら書き込んでいくノートが「エンディングノート」なのです。私が使用している「ら・し・さノート」では次のようなページに分かれています。

#### (1) ライフプランのページ

- ・自分の年齢、健康、仕事、住まい、家族、趣味
- ・過去の自分を知る(過去の上に今がある)

#### (2) 資産のページ

- ・経済的な基盤の安定は重要です
- ・財産の一覧表の作成は残された家族にとっても大変重要な情報になります(預貯金、有価証券、不動産、保険など)

#### (3) ラストプランのページ

- ・葬式やお墓など希望

1. 2. 3. と (1) (2) (3) は似ていますね。終活の手始めとして、エンディングノートを利用し、書けるところから書いていく、ことをお勧めします。あなたの体力、財力、知力を活用して最後まであなたらしく、希望するように暮らしていけるとよいですね。

生活が変化した、気持ちが変わった場合はエンディングノートを書き直ししてください。自分で対処ができない問題点が見えてきた場合には、専門家に相談をしましょう。

最後になりますが、終活が気になり始めた年代の方、親の終活が気になる方に向けた講演会のお知らせをいたします。お誘いあわせの上、ご参加をお待ちしております。

10月29日(土)に武蔵野スイングホール11階レインボーサロン(JR中央線武蔵境駅北口徒歩2分)にてNPO法人FP武蔵野グループ主催「終活と相続税～残された家族が困らないために」を開催(資料代500円)いたします。

第一部は「いまからはじめる「終活準備」～自分や家族が困らないために」明石久美氏に講演をいただきます。

第二部は「相続税の基本」税理士の野上浩二郎氏に講演をいただきます。

お申込みは以下でお受けしております。

NPO法人FP武蔵野グループ

- ・ホームページ：<https://fp-musashino.com/20221029event/>
- ・Eメール：fpmusashino-g@jcom.zaq.ne.jp
- ・電話：0422-90-3034(わたなべ社労士事務所)

以上

NPO法人FP武蔵野グループ  
三谷ますみ