

飛騨市終活支援センター
を開設します

市では、大切な家族を亡くされた市民に寄り添ったさまざまな支援のできる体制整備と、ご家族を想い生前からの終活を推進していくため、飛騨市社会福祉協議会に運営を委託し、飛騨市終活支援センターを開設します。

残された遺族の負担
を和らげるために

●遺族支援
突然大切な人が亡くなってしまつたら：

あまりにも急なことで、気持ちの整理もつかないまま、葬儀や手続き等に追われることとなります。多く

の方は、何から手をつければよいのかと思つている間に時間だけが過ぎてしまうということになりがちです。

死亡届を出された後、市民保健課「おくやみワンストップ窓口」もしくは、各振興事務所から死亡後の手続きに関する案内がります。葬儀が終わつたら、その案内にしたがつて必要な書類を揃えます。

「おくやみワンストップ窓口」は、令和元年6月に本庁舎1階の市民保健課に設置され、市役所における手続きを一箇所で行うことができる窓口となつております。(各振興事務所においては、これまでと同様に手続きいただけます) こういった市役所での手

続き以外においても、身の回りにはまだまだ多くの処理しなければならぬ事柄があります。

給付金の手続き、遺産相続に関する手続き、医療保険に関する手続き、少し落ち着いてからも免許の返納であったり、各種サービスの名義変更や解約など、一故人を取り巻く社会との繋がりは思った以上に多く、手続きは時間のかかることばかりです。その一つひとつを自分で処理できればよいのですが、どうしたらよいのか整理がつかない、どの窓口で相談すればよいのかわからないといった方々もいらつしやることと思つます。整理をして取り掛からないと、見落としがあつて何度も出

向く必要が発生したり、相続等に影響する場合があります。

10月1日に開設される飛騨市終活支援センターでは

市役所で手続きを終えられた後のタイミングで必要な各種手続きについて、一目でわかる「遺族のための各種手続きチェックリスト」等をご用意しました。このチェックリストは、各種手続きの期限内に表示しています。ご不安なことや疑問があらましたら、お尋ねください。

自分自身が未来を
よりよく生きるために

●生前準備支援
「終活」という言葉をご存知ですか

「終活」とは、「人生の終わりについて考える活動」を略した造語です。

2012年には流行語大賞にノミネートされたことで、世の中の関心が高まり、耳にする機会が増えたことで、ご存知の方も多いかと思つます。このような言葉が出てきた背景として、高齢化社会や価値観の多様化と共に、従来はタ

ブー視されていた家族や自分の人生のエンディングについて、早くから考え行動するこの活動が目されるようになってきているのです。

「終活のイメージは暗い？」

多くの方は、終活のイメージが不安や寂しさなど、どうしても後ろ向きなことを連想してしまうのではないのでしょうか。しかしながら、この「終活」は、遺される家族への思いやりがたくさん詰まっているものなのです。また、ご自身が未来に向かい、自分の希望や思いを考える機会になるものなのです。

「終活は、いつからはじめても意義のある活動

節目となるような出来事(配偶者や親しい人が亡くなった時、自分が入院した時など)があつて始められる方が多いようです。いづれにしても、元気で気力のあるときに、少しずつ始めるのがよいと思われま

す。
何から始めたらよいのか
大きく分けて二つになり





ます。ひとつは「身の回りの整理」、そしてもうひとつは「必要事項を書きだす」ということです。例えば、身の回りの整理として、使っていない家財道具や衣類等を手放す、写真を整理処分する、本や書類を分別する、不動産の相続登記を行う、または売却するなど。また、必要事項を書きだすこととして「エンディングノート」を活用することを勧めします。最近では、さまざまな形のエンディングノートが市販され、終活イベント等でも配布されていますが、左記のような内容で市販のノートに書いてあるだけでも十分役立ちます。

- 葬儀のこと
 - 財産、資産のこと
 - デジタル遺品のこと
 - ご自身の大切な人への想いのこと
- ただしこれらの内容は、定期的に見直し、書き足したり、変更したりすることが重要になってきます。それらのノート(メモ)は、あまり人目につかない場所に置き、置いてあることを身内の誰かに知らせておくことも大切です。

エンディングノート作成講座を開催します

エンディングノートの作成に関する疑問を解決するため、エンディングノート作成講座の開催を予定しています。日時については、決まり次第お知らせいたします。

エンディングノートと遺言書

「エンディングノート」と「遺言書」は同じものではありません。エンディングノートには、法的な効力はないため、遺言書の代わりにはなりません。この「必要事項を書いておく」ということが、遺族の負担を軽くすることに繋がります。こういった事を明確に簡単に書きだすことができれば問題ありませんが、手間のかかる問題を含んだ事項や、相談して整理しないと書きだせない事項、またその相談を誰にしたらよいかわからないといったお悩

みも当然出てくるものと思われれます。

相談者の心に寄り添いながらアドバイスいたします
お気軽にご相談ください

10月1日開設予定の飛騨市終活支援センターでは、生前における準備に関する事、遺された家族が行う手続きに関する事の両面から終活の支援をいたします。

年金・給付金、保険、遺産相続、遺品整理、不動産売却、葬儀、お墓、お仏壇、遺言書、相続登記、ペットなど、終活に関係したお悩みやご不安の解決に向けてアドバイスをいたします。そして、必要があれば専門家や専門業者にお繋ぎいたします。

終活を行うことは、ご自身にとっても遺された人にとっても、安心と充実につながります。自分らしい終活を、今日からはじめてみませんか。

☎ 地域包括ケア課
高齢支援係
0577-73-6233

飛騨市終活支援センター
(運営者：飛騨市社会福祉協議会)
飛騨市古川町若宮二丁目1-66
☎ 0577-73-3214
✉ syukatsu@hidasi-syakyo.net
開所時間：8時30分～17時15分

飛騨市終活支援センター開設記念講演
「終活のススメ」

日時：令和元年10月11日(金) 13時30分
場所：飛騨市文化交流センター 小ホール
講師：大正大学人間学部学部長 宮崎 牧子 氏
入場は無料ですが、事前のお申し込みが必要です。

☎ 飛騨市社会福祉協議会 ☎ 0577-73-3214

