

オピニオン

争論

人生の終わり、エンディングに向け準備する「終活」がブームだ。2012年には「ユーキャン新語・流行語大賞」のトップ10に入るほど。

マニュアル本なども人気だが、半面、商業主義に陥っているきらいも。終活の現状と課題を聞いた。

終活

武藤 頼胡氏 終活力ウンセラー協会 代表理事

小谷みどり氏 第一生命経済研究所 主任研究員

「なぜ終活が注目されているのか。」

「人は余命を宣告されては、余命を生きるという意識が、お葬式のことを話すのには『起死回生』といった、今は話せるようになってきた。終活セミナーでは、遺言書がなくて困った事例、お葬式で困ったことなどを話しながら『元気にうちに家族と話し合おう』と伝えていく。家族の在り方が最も大切なことだ。」

「セミナーではどのような相談があるのか。」
「お葬式は半分くらい。それ以外には『嫁と仲が悪いので話ができない』『お墓はどうすればいい』『家族がいなくて誰がお葬式を仕切ってくれるのか』などいろいろ。『何が不安か分からず不安』という声も多い。」

「お葬式との関係は。」
「家族との関係は。『独り暮らしが目立ってきた』『核家族化によって、子どもと同居せずに、親子でも他人みたいな家族も多い。お互いが気持ちをよく分かっていない。近くの人の方が分かっているという現実が、不安を増幅している。』」

「終活ブームの理由は。」

「一番大きいのは、高齢者の核家族化がこの20年で急速に進化した。それまでは3世代同居が多かったが、今は高齢者世帯の5割超が単独か夫婦のみだ。自立できなくなったときに誰に頼るかという問題が出てきた。」

「意識の変化は。」
「『最期まで自分らしくありたい』という考えがある。生前葬や散骨をしたなどよくメディアで取り上げられるが、全体から見れば少数だ。ほとんどの人の本音は『残った人に迷惑を掛けたくない』だ。お金と手間を掛けることが迷惑になると考える人は多い。東京23区では3割近くが火葬までの間、お葬式をしない直葬となっているのも、こうした意識の表れだ。」

「なぜ迷惑だと。」
「今の80代、90代の人は戦前生まれ。同居する親を自宅で介護し立派な葬儀を出したが、同じ苦勞を自分の子どもにはさせたくないし、期待もできないという思いがある。」
「死亡者が年100万人を超え、葬式が少なくなっている。お葬式は見えて世間体で成り立ってきたが、地域のつながりが薄れ、お葬式の意味合いが変わった。死亡年齢が高くなり、家族葬など葬式が少なくなっているお葬式が増えている。」

相談に乗る専門家必要

「自分で調べたり、人に聞いたり、家族で話し合ったりして、お葬式のことなど先の不安を解消することで、今をよりよく生きる。人生は1回で、終わりが来る。最期をきっちり認識することを通じて自分を見つめ、後悔しないように自分らしく生きる活動が終活だ。」

「終活力ウンセラー制度をつくった。」
「誰に何を聞いていいかわからない人がたくさんいる。体の悪い人も多い。困っている人のそばに行き相続や遺言、保険、葬儀、お墓、介護などの相談に乗る専門家が必要だ。私一人で限界がある。全国的にきっちりやった方がいいと考えて終活力ウンセラー協会を立ち上げ、11年10月から資格制度を始めました。」

「どのような人がなっているのか。」
「これまで1500人くらい認定した。会費として月315円を協会に入れてもらい、活動は任せている。葬祭業、保険業、士業など本業に生かそうと考えている人が多い。あと、主婦や自分のために認定を受けたという人も3分の1はいる。」

「8月には終活フェスタを開いた。」
「葬儀だけでなく、海洋散骨、相続相談、遺品整理などさまざまなサービスがあり、お棺に入る体験もあった。ただ、エンディングノートを読んでみても、商売だけを考えると不安をおおるものもある。『お葬式を考えたあとも、お葬式セミナーを『終活セミナー』に変えて人を集める葬儀屋もあるが、お葬式と終活は違う』」

業者側がつくった流行

「このため葬儀の単価がどんどん下がっている。」
「エンディングノートが売れている。」

「実際に書き込んでいる人は少ない。お葬式について多くの人が心配するのは費用の問題だ。ノートでは祭壇の形、お花の種類など細かく聞いているが、そこにこだわる人は少数。そもそも、終末医療やお葬式、お墓にはどんな選択肢があり、それがどういふものなのかが分からないと、書きようがない。」

「死の準備として何をすればいいのかわからないのか。」
「どのくらいお金がかかるのか心配なら、近所の葬儀社で見積もりを出してもらえば心積もりができる。インターネットで見積もりを出す会社もある。そのほか、訃報の連絡先リスト」

「どのような人がなっているのか。」
「お葬式やお墓は死んだ人だけ、残される人のためにもある。葬儀の方法なども含め亡くなる側の独りよがりであってはいけない。残される人と一緒に話し合うことが大切だ。細かく指示するよりも『あとはお任せ』『安心して死ねます』の一言があればいい場合もある。」



小谷みどり 1969年大阪府生まれ。奈良女子大大学院修了。著書に「今から知っておきたいお葬式とお墓45のこと」など。

むとう・よりこ 1971年静岡県生まれ。大手保険会社などを経て2011年に協会を創設。葬祭企業コンサルタント「リテアライン」社長。著書に「終活の教科書」(編著)。