

「終活」ブームを考える

今、「就活」ならぬ「終活」がブームだ。この言葉がメディアにはじめて登場したのは、2009年、「週刊朝日」の記事と言われている。その後、文字通り人生を「終えるための活動」、すなわち遺言状の書き方やお墓をどうするかなど、「死」に向けた準備をする活動がビジネスとも結びつき、盛り上がりを見せた。

「終活」が流行する社会的な背景は理解できる。かつてのように、人みな家族や地域社会に囲まれて生きていた時代であれば、老いて死を迎えるにも一定の型や様式があり、死の準備に迷うこともあまりなかっただろう。しかし、現代のように家族や地域の紐帯が断たれ、個人がバラバラの状態になってしまうと、死を迎えるときもしかすると「孤独死」、周りに迷惑をかけてしまう、といったことが心配になるのも無理はない。

万一の際の家族への希望や財産の

情報などを記すいわゆる「エンディングノート」をつけることも「終活」の一環だ。2011年に公開された映画『エンディングノート』（砂田麻美監督）は、ガンの宣告を受けた父親が、それをきっかけに自分の人生を総括し、家族にあてたエンディングノートを残すまでを描いたもの。

妻や子、孫たちと共に泣き笑いしながら終焉の準備を進める父親の姿が感動を呼び、ドキュメンタリー映画としては異例のヒット作となった。

自分を見つめ、 今をよりよく生きる活動

2011年に設立された一般社団法人終活カウンセラー協会（東京都）では、「終活」を「人生の終焉を考えることを通じて自分をみつめ、今をよりよく自分らしく生きる活動」と定義している。



終活カウンセラー協会主催の「終活フェスタ2013」

「協会の設立当初から、「終活」の定義については前向きなものとして考えていました」と語るのは、終活カウンセラー協会の武藤頼朝さん。同協会では、「終活」に悩む人にアドバイスを行う「終活カウンセラー」の検定や勉強会を行っており、常に定員オーバーとなる盛況だそう。昨年からは終活にまつわる総合イベント「終活フェスタ」を開催、今年も2000人を超える参加者があったという。

ある団塊世代の参加希望者は「私たちは、今はまだまだ元気で、明日死ねるわけではない。でも現実にはけっこう近い将来の問題。じめじめと悩むより、自分で出来ることなら解決しておきたい」とメッセージを寄せてくれたとか。死ぬ準備というより、むしろ明るく「人生の棚卸し」と捉え、身辺整理と同時に我が人生そのものを見つめ直すきっかけ

になると、前向きに考えていることがうかがえる。

死を「コントロール」 しようとするのではなく

しかしまた一方で、「終活」という言葉には違和感もある。そもそも「終活」とは、「就活」や「婚活」という言葉になぞらえた造語。「死」という絶対に未知のことがらを、「就職」や「結婚」という既知の領域に繰り入れて安心しようとする心理がうかがえる。それはつまり、幼稚園から大学まで次々いい学校に入るための準備に追われ、学校を出れば就職、結婚というハードルを順調に越えなければいけないような生き方の果てに、「死」もその最後のハードルと見なし、死も言えるだろう。

「死」という絶対にコントロールできないものを、何とかコントロールしようとしてあがくのではなく、終活カウンセラー協会の方が言われるように、自分の力ではどうすることもできない死と向き合うことで、今をよりよく生きられるような前向きな活動として「終活」が役立てばよいと思う。