

# 西の手の紙

題字 シニアコンシェルジュ 國分ひろみ

SC レター (第2号) 2016年5月発行

**シニアコンシェルジュ協会**は、2015年11月にシニアライフ協会でシニアコンシェルジュとして活動していたメンバーが、それぞれの強みを生かし、より身近に、より地域に根ざした活動ができるよう独立、設立した団体です。

現在は、品川区をはじめとし、関西地区（奈良、大阪）、九州地区で活動を展開しております。

サポートを必要とするシニアの方を、シニアを含めた地域の人が支える仕組みを確立すること、その仕組みにより、シニア世代が豊かに、安心して過ごせる、そしてエンディングを迎えられる社会の実現を目指します。

アクティブシニアと言われる支える側の方も、いずれは、支えられる側になります。必要なのは、5年後10年後にむけて、循環型社会のしくみをつくること。ひとりではできないことを、力を合わせて作り上げていきましょう。そのために、イベントへの出展、アンケート調査、地方自治体・医療機関・介護施設への講師派遣、個別相談などの活動をしています。

## 活動報告 ～しながわ～

### ☆シニアお気軽講話会 in しながわ☆

シニアのみなさまが知っておきたい、シニアライフの問題をわかりやすくお話しすることを目的に、シニアコンシェルジュ協会が、毎月、開催するイベントです。

会場：きゅりあん（変更の場合あり）

会費：無料



#### しながわ シニアお気軽講話会

**テーマ**  
**終活に答えはない**  
**シニアライフを考えたときから終活・エンディングまで**

**日時** 6月7日火  
 10:00～11:00

**場所** きゅりあん4階  
 研修室

**講師** 杉山明  
 シニアコンシェルジュ協会 理事  
 (シニアコンシェルジュ協会 代表 国分ひろみ 監修)

**協賛** 品川区  
 品川区高齢者福祉課

本区や他区等以上の教育委員会や自治体様で



今年も参加します!!

### ☆健康・生きがいフェスタ2016☆

2016年12月10日（土）大井町きゅりあん

開催決定、今年も参加予定です。

すでに準備が始まりました。

区内の他団体と連携しながら

イベントを盛り上げていきます!!



## 2016年 シニアお気軽講話会 in しながわ

1月12日（火）	大竹 麻佐子	シニアコンシェルジュ	いまこそ思いを込めた保険を・・・
3月9日（水）	寺尾 俊一	シニアコンシェルジュ	終わりを知ること生き活きと暮らす
4月5日（火）	芳川 幸子	シニアコンシェルジュ	マイナス金利時代、シニアはどうする？
5月11日（水）	尾崎 充	公認会計士、税理士	相続対策と相続税対策のちがいを知る!!～知っておきたい相続対策の知識～
6月7日（火）	杉山 明	シニアコンシェルジュ	終活に答えはないシニアライフを考えよう

## ◆関西（大阪・奈良）メンバーの活動◆



1月16日～3月12日に「明るい終活セミナー」（全6回）を奈良県大和高田市にある社会福祉法人大樹会「和里（にこり）」様と共同開催いたしました！利用者様やご近所の方にご参加いただき、にぎやかな会となりました。



寺尾は、終活における宗教性（魂のことやスピリチュアルなよりどころ）の重要性についてお話をさせていただきました。一般的な終活ではサービスや手続き的なことが先行し、心のことについては触れられることは多くありません。しかし、「哲学的な終活はただの茶番にすぎない」のです。

ホスピスの看護師としてご活躍されている大森有美さんに、ご自身の立場から見た「終生の過ごし方」についてお話をいただきました。今は「終末期」とは言わずに「終生期」と呼ぶらしいのですが、その姿勢が前向きで聞く人も元気になったようです。



### 講座一覧

- 老後にかかるお金の話（杉山明・シニアコンシェルジュ）
- 簡単にわかる気持ちを伝える保険（田中早苗・シニアコンシェルジュ）
- ホスピスの看護師からみた終末期の過ごし方（大森有美）
- 認知症と成年後見（高嶋康伸）
- 相続・遺言書について（木谷慎一郎・シニアコンシェルジュ）
- 葬儀・お墓のこと（寺尾俊一・シニアコンシェルジュ）



わきあいあいとした様子です。

今後も、地域の方々のお役にたてるよう、親しみをもって頂けるよう、地域のニーズを把握して、セミナーに限らず、さまざまなアクションを起こしていきたいですね！！

### 記念写真



←オフィスシオンの留守番犬「いーちゃん」も一緒です



## シニアライフコラム

品川区の協働イベントへの出展で、様々な団体とのご縁が広がっています。

ひとりでは達成することが難しくても、だれかの力を借りればできることがあります。一晩中、考えても結論のでなかったことに対して、翌日友人との食事で話したら、5分で解決したという経験ありませんか？

シニアコンシェルジュ協会では、豊かにシニアライフを送ること、また送れるように、学び、考え、行動をサポートしていきたいと考えています。健康であり、生きがいがあり、豊かであること…どれも欠けてもシアワセとは言えませんよね。事実、金融資産がたくさんあっても、シアワセに見えない人って多いと思いませんか？

みんながシアワセになるためには、笑顔で毎日を送るためには、どうしたらよいのでしょうか。

先日、一般社団法人街活プランナーズさんの事務所を訪問させて頂きました。人と人の繋がりを大切に、そして活用できる生活空間としての『街（まち）』を創るために活動されている行政書士を中心とした団体です。

## シニアライフコラム

今日は、 فرانクルという心理学者の書いた一冊の本を紹介いたします。フランクルは第二次世界大戦時、ドイツの強制収容所に収容されていた心理学者です。フランクルは心理学者の眼を通してその時の体験を、「夜と霧」という本に書いています。

この本はアメリカで、『人生で最も影響を与えた本ベスト10』に選ばれたこともあり、日本でも東日本大震災の後に再び読まれています。この本の中には強制収容所で生き残ることができた人と、亡くなってしまった人の違いについて書かれています。

その生き残ることができた条件とは、肉体の強さでも、世渡りのうまさでもありません。未来に希望が持てるかどうかです。このことを象徴するエピソードがこの本に書かれています。ある時、収容所の中で、クリスマスに休暇が出て家に帰ることができるという噂がたちました。その時、収容所の人達は大きな期待を持ちました。いつ死ぬかわからない過酷な状態の収容所で、亡くなる人の数が劇的に減りました。

そこでのお話、首都圏を襲う大地震の可能性が年々高まるなか、防災体制の整備、拡充が大きな課題となっています。自助・公助・共助により地域の皆が無事生き残るためには、まず防災体制の強化が大切です。木密地域不燃化特区10年プロジェクトや空き家対策もそのひとつです。特に空き家問題は、防災面だけでなく、防犯上、景観上も対策が必要です。

核家族化により受け継ぐことのない住宅、空き家を取り壊して更地にすると固定資産税が高額になるなど税法上の問題も絡み複雑化しています。また、争族問題から処分できず空き家となるケースも多いとのことでした。

私たちシニアコンシェルジュは、普段から想いを伝える、シニアライフ・ノートなどを遺すことで、相続を笑顔で解決し、空き家発生を防ぐこともできるのではと思います。私たちだけでは解決できないこと、今後も積極的に様々な団体や携わる方々と繋がっていきたくて考えています。

（シニアコンシェルジュ大竹麻佐子）

しかし、クリスマスが近づき家に帰ることができないことにみんな気が付いてしまうと、過去になかった数の死者がでました。フランクルはこんな状況でもまだ希望を持ち続けられる人でないと生き残ることはできないとこの本に書いています。

フランクルの場合、この収容所での体験を本にして出版することが自分の使命と感じていました。この本を出版することで、苦悩と戦っている人達の助けになると考えていました。だから絶対に生き残らなければならなかったのです。

同じ過酷な状況でも、ある人は生に向かいある人が死に向かいました。自分の未来に希望を抱くことができるかどうか、人を生と死に分けることになったのです。

私はシニアコンシェルジュ協会というところで、活動をしています。そしてフランクルがこの本を書いたように、生きにくいと感じる人たちの助けに少しでもなればと考えています。

（シニアコンシェルジュ大下吉之）

# 今後の予定

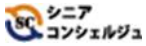
## 東日本地区

### シニアお気軽講話会 I N品川

2016年6月7日(火) きゅりあん研修室  
「終活に答えはないシニアライフを考えよう」

講師：杉山 明

シニアコンシェルジュ協会理事  
CIIA® GFP® 証券アナリスト



### 健康・生きがいフェスタ 2016

2016年12月10日(土)  
場所：大井町きゅりあん



# 講師紹介

	<p><b>加藤 祐司</b> 終活サポーターズ名古屋代表 (有)ジャンクション代表取締役 終活カウンセラー上級インストラクター NPO法人中部コーチング連盟代表 シニアコンシェルジュ 中級障がい者スポーツ指導員 日本体育協会テニス上級指導員 叱り方検定師 マザーズサポーター1級</p>
<p>プロフィール</p>	<p>「関わる人みんなが笑顔で暮らせる社会を築く」ということを人生の使命として、テニス、コーチング、終活をそのツールとして活動している。人と人をつなげ、サポートすることが、大好き。会社名ジャンクションの由来はそこにある。現在「笑顔の種本」執筆中</p>
<p>専門分野</p>	<p>コーチング 終活全般(介護、相続、遺言、保険、葬祭) 叱り方</p>
<p>講演タイトル</p>	<p>スポーツコーチから見た終活 ～健康でいきるために～ 残りの人生笑顔で歩いて行こう ～より自分らしく生きるために～ 人間関係のわだかまりを無くす方法</p>



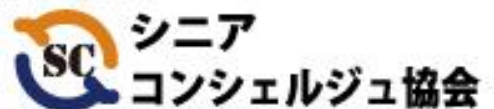
#### シニアコンシェルジュ憲章

- わたしたち、シニアコンシェルジュは
- ・相談者であるシニアの利益を常に最優先します
  - ・知識と実務の探求に精進し、専門能力の向上に努めます
  - ・組織として専門的なアドバイスを提案できるネットワーク構築を目指します
  - ・シニアコンシェルジュの社会的信用の向上に努めます

シニアコンシェルジュ無料相談窓口  
フリーダイヤル  
**0120-365-624**  
お気軽に  
お電話ください!!

シニア  
コンシェルジュ協会

一般社団法人



<http://www.428c.org>

<https://www.facebook.com/428corg/>

[info@428c.org](mailto:info@428c.org)

シニアコンシェルジュ  
認定講習 申込受付中!!