



# いきいきかわら版仙台支部第43号

9月23日に二十四節季の秋分が過ぎ、まもなく10月8日には寒露が訪れます。

今年は、台風が各地に甚大な被害を及ぼし、異常気象の怖さを思い知らされた夏と秋でしたね。

コロナによる感染状況も、全数把握を行っていない事から減少したかのように報道されておりますが、実際は、まだまだ感染状況は続いています。引き続き、感染防止を徹底して、穏やかな日々をお過ごし下さい。

この度9月1日付で、仙台支部は大阪本部と合同にてクオリティ・オブ・ライフ・ネットワーク株式会社（略称QOL社）と身元保証代行及び生活・見守り支援事業等全ての業務で提携契約を完了致しました事を会員の皆様にご報告申し上げます。

QOL社は、当面、仙台支部の出張所として業務を開始致します。

QOL社は、葬儀社も運営しており、ご夫婦のどちらかが先にお亡くなりなつた場合、残られた方をサポートしていく事を行いたいとの事、また、お一人の方からの葬儀の相談も多いことから、今までも24時間見守り事業を展開しておりました。

弊社との繋がりは、一般社団法人シールバーパートナーズにお互い加盟しており、弊会の会員様の葬儀の生前契約先でもありました。6年間お付き合いする中で、山内社長はじめ社員の方々が実直に仕事をされる姿を見て業務提携を大阪本部に打診し、了承されました。

よろしく  
お願いいたします。



当面は山内侑也（やまうちゆうや）専務と菊池彩（きくちあや）取締役（介護資格者）が対応を行って参ります。

弊会メンバー同様、今後は、皆様のサポートを行う機会もあるかと思えます。その際は、宜しくお願い申し上げます。



菊池彩取締役

山内吉利社長

山内侑也専務

# シニア福祉アドバイザー 潔のワンポイント講座

前月号では、終活についてお話をさせて頂きました。9月に入り、対象になる会員様とご相談する機会を作り、徐々に作業を進めさせて頂いておりますが、まだ、ご連絡を差し上げていない会員様もいらっしゃいます。

引き続き10月もご相談させて頂きますので、宜しくお願ひ申し上げます。

今月号では、自分で進められる終活について再度、お伝え致します。弊会は毎月1回、仙台市シルバーセンターにて無料終活相談会を実施しております。そこに相談に来られる方は、ほとんどお一人で過ごされている方です。

では、お一人で過ごされている方が終活を行う場合、どのような手順で行うのが良いのでしょうか？



弊会では

①自分の身の回りを少しずつ整理していく

②遺言書を作る

③エンディングノートを作る

④万が一のときにために備えておくべきこと

⑤孤独死を避けるためにやるべきこと

⑥生前契約を利用する事をお話しさせて頂いております。

今回は、①自分の身の回りを整理するについてお話させて頂きます。

まずは、自分の身の回りが、余計なものでも溢れかえっていないか、見直してみてください。服や家電品など、日常生活で使うものももちろんですが、

銀行口座やクレジットカード、貴金属や有価証券など、お金や財産に関する部分まで見直して、整理する事をお勧め致します。

ものへの執着を捨てて、なるべく不要なものを減らすことにより、生活がしやすい環境が整うことから心身ともに平穏・快適に過ごしやすいくなります。その空間に身を置くために片付けが億劫でも、毎日少しずつ習慣にして続けていけば、限りある面積・いつかは整うはずです。

何年も使っていないものから片づけるのが、コツです。いつか、使うかも？は使いません。また、思い出や愛着のあるものを無理して捨てる必要はありません。

しかし、もったいないからと捨てずにいるものは、この先も使うことはないでしょう。

まずは、身の回りから整理してみたいかがですか？

