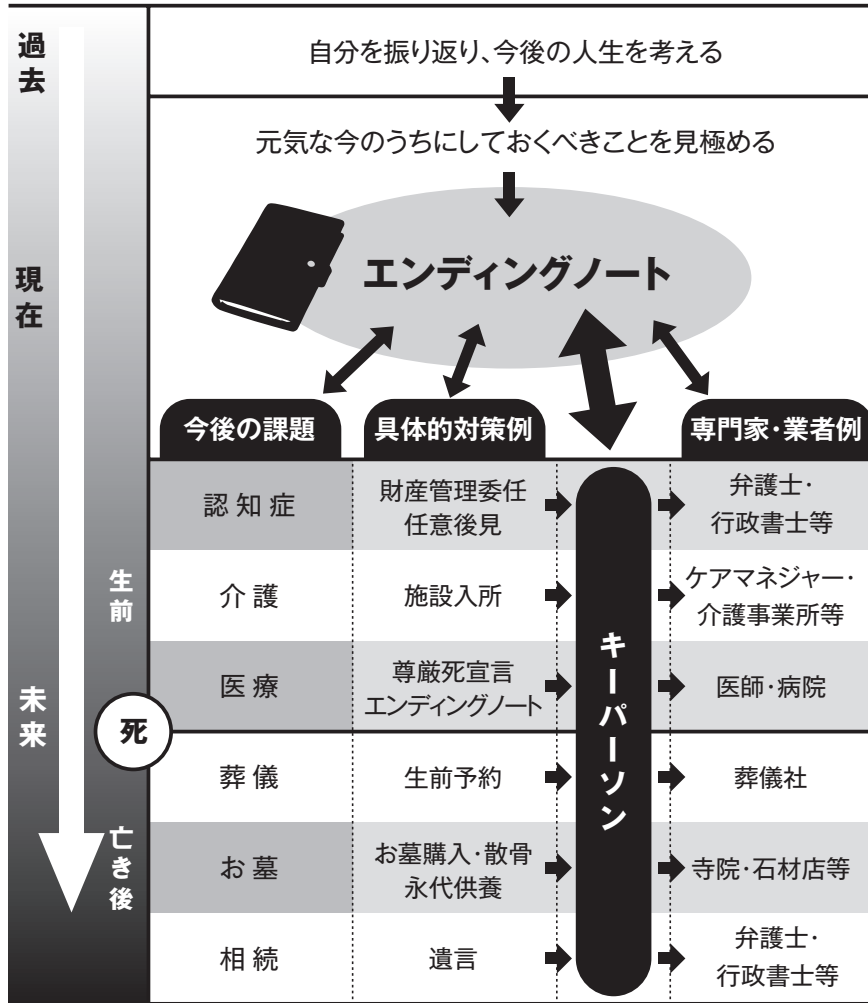


終活の全体図



終活には6つの課題がある

終活における課題は、大きく分けて6つあります。「認知症」「介護」「医療」「葬儀」「お墓」「相続」です。私が考える「終活」は、次ページの図のようなイメージで表すことができます。

これら6つの課題全てに必ず取り組まなければならないわけではありません。例えば「お墓」について、先祖代々のお墓があり、そのお墓を守ってくれる人がいれば、「お墓」についての対策を講じておく必要はないでしょう。「葬儀」についても、特にこだわりなく、全て自分の子どもが中心になってやってくれるから何の対策も必要ない、そんな人もいます。

要は、あなたの置かれた状況から見て、将来、特に心配なことや不安に思っていることがあれば、それが終活において取り組むべき課題となります。その課題に対し、解決のための選択肢を学び、自分なりの考えをまとめ、キーパーソンに伝え、理解してもらうことができれば、将来に対する安心が得られます。自分の終活の課題が何か、まずそれを知ることが「終活」の第一歩になります。