

# 人生100年時代



## 終活で安心のそなえを

人生後半期をより良く生きるために、人生の最後を意識しながら「もしも」に備えることで、限りある人生の時間を前向きに生きるための活動である【終活】について学びます。

### 第1回 6月30日(火)

#### 「エンディングノートは私自身の心のノート」

一年前に実弟を突然死で失ったとき、弟が残しておいてくれた「終活書」なるエンディングノート。実体験の中からエンディングノートの必要性和ポイントについてお話しします。

講師：終活協議会上級認定講師 竹内 輝美

### 第2回 7月15日(水)

#### 「なかなか聞けない最近のご葬儀事情」

昔は通夜、葬儀の一連の儀式が一般的でした。最近は「家族葬」「直葬」などご葬儀の形態も変化しています。送る側、送られる側の両面から、最近のご葬儀事情について聞いていきます。

講師：株式会社 大田葬祭 寺本 弘幸  
終活協議会上級認定講師 竹内 輝美

### 第3回 9月29日(火)

#### 「供養（変化するお墓）について」

最近よく耳にする「墓終い」。実際の墓終いからお墓の現場での日々を話していただきます。また、ご供養の形が「樹木葬」「納骨堂」「合祀」「海洋散骨」など様々なので、多様化しているご供養について紹介してもらいます。

講師：株式会社 宮本石材店 宮本 健二  
終活協議会上級認定講師 竹内 輝美

時間：いずれも13:30~15:00

定員：20人（定員になり次第締切）

対象：どなたでもできれば3回通して参加できる方

参加費：無料

申込・お問合せ：平良市民センター 電話：31-1251

※手話通訳、要約筆記が必要な方は、5月30(金)までにご連絡ください。

受付時間：平日8:30~17:00 ※休館日(祝日・年末年始は除く) (TEL)31-1251 (FAX)31-1532